

Sonno sicuro

Come tenere sicuro il vostro bambino per ridurre il rischio di morte infantile improvvisa.

Per tutti i neonati da 0 a 12 mesi



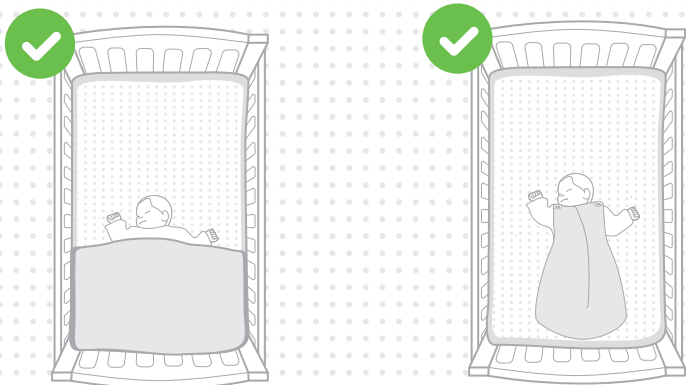
Per tutti i neonati da 0 a 12 mesi, **Red Nose** raccomanda sei passi chiave per ridurre il rischio di morte infantile improvvisa.

1 Fate sempre dormire il neonato sulla schiena.

Facendo dormire il neonato sulla schiena contribuirete a tenere le **vie respiratorie libere** e a favorire l'azione dei **riflessi protettivi**. Dormire sulla schiena riduce il rischio di soffocamento, surriscaldamento e soffocamento.

2 Tenete il viso e la testa del neonato scoperti.

I neonati regolano la temperatura corporea tramite il viso e la testa, pertanto **tenendo la testa e il viso del neonato scoperti durante il sonno** contribuirete a ridurre il rischio di **surriscaldamento**. Inoltre farete in modo che le sue **vie respiratorie siano libere** riducendo così il rischio di soffocamento.



3 Evitate il fumo di sigaretta per il nascituro e il neonato.

Fumare durante la gravidanza e attorno al neonato dopo la nascita aumenta il rischio di morte infantile improvvisa; questo vale anche per il fumo passivo.

Se voi o il vostro partner fumate, **non fatelo attorno al neonato e non fumate mai dove dorme il neonato**.

Per assistenza gratuita per smettere di fumare, chiamate la **Quitline** al numero **13 78 48**.

✗ Niente superfici soffici o oggetti ingombranti

Nella culla non usate oggetti soffici. Oggetti soffici nello spazio destinato al sonno sono pericolosi e aumentano il rischio di surriscaldamento e soffocamento



- ✗ Copriletto o coperte non rimboccate
- ✗ Cuscini
- ✗ Paracolpi per culla
- ✗ Sottocoperta in lana
- ✗ Giocattoli soffici come orsacchiotti di peluche

