

Altri consigli

CONSIGLI

- Usa un pigiama intero o una coperta indossabile. Non usare coperte troppo ampie.
- Accertati che il bambino non sia troppo caldo.
- Allatta il bambino.
- Prova a usare un ciuccio per la nanna, ma non forzare il bambino.
- Fai vaccinare il tuo bambino.
- Se il bambino è in un passeggino frontale o posteriore, accertati che il suo volto sia sempre visibile.
- Non usare mai seggiolini per auto, altalene per neonati, passeggini o altri supporti senza allacciare correttamente le cinture. Vi sono stati casi di morte dovuti al fatto che i bambini sono rimasti impigliati in cinture parzialmente allacciate.
- Accertati che nessuno fumi nell'abitazione o vicino al bambino.
- Non usare alcol o droghe.
- Non fare affidamento sui baby monitor.



Accertati che
chiunque
si prenda cura del
tuo bambino
segua questi consigli!

health.ny.gov/safesleep



Department
of Health

Office of Children
and Family Services

Department
of State

Division of
Consumer Protection

Segui gli 
ABC
del **sonno sicuro**



A Alone (solo).

Il bambino deve dormire **solo**.

B Back (schiena).

Adagia il bambino sulla **schiena**.

C Crib (lettino).

Adagia il bambino in un **lettino**.

★ Solo.

★ Schiena.

★ Lettino.

Nello Stato di New York, circa 90 bambini muoiono ogni anno per cause correlate al sonno. Aiuta il tuo bambino a dormire in sicurezza fin dal momento in cui si addormenta.

SOLO

- Quando arriva il momento della nanna, adagia il bambino sulla schiena – anche se è nato prematuro.
- Il neonato non deve dormire con adulti o altri bambini.
- Condividi la tua camera, non il tuo letto. Condividere la camera ti consente di sorvegliare attentamente il bambino e di evitare gli incidenti che potrebbero verificarsi se dormisse in un letto per adulti.
- Nel lettino deve esserci solo il bambino: togli cuscini, paracolpi, coperte o giochi.



SCHIENA

- Adagia il bambino sulla schiena quando arriva il momento della nanna, non a pancia in giù o sul fianco.
- Ogni giorno, quando il bambino è sveglio, stendilo per un po' a pancia in giù. Senza perderlo di vista, incoraggialo a muoversi. Passare del tempo a pancia in giù aiuta il bambino a sviluppare i muscoli di collo e spalle.



LETTINO

- Se il bambino si addormenta su un letto, un divano, una poltrona, una fascia porta-bebè, una sdraietta o qualsiasi tipo di marsupio, spostalo su un lettino non appena possibile.
- Usa lettini, culle e box conformi alle norme di sicurezza*, muniti di un materasso rigido e di lenzuola con gli angoli.
- **NON USARE LETTINI CON SPONDE MOBILI.** Gli standard di sicurezza federali vietano la produzione e la vendita di lettini a sbarre con sponde mobili.
- Prima di acquistare o usare un lettino, una culla o un box, assicurati che non siano stati ritirati dal mercato. Puoi consultare la lista dei prodotti richiamati, stilata dalla CPSC, su www.cpsc.gov/Recalls/.

**Per informazioni sulla sicurezza dei lettini, consulta il sito della Consumer Product Safety Commission (Commissione per la sicurezza dei prodotti di consumo): www.cpsc.gov/en/Safety-Education/Safety-Education-Centers/Cribs*