

## Coperta della buona nanna: rubate tre copertine

**Pubblicato:** Venerdì 29 Giugno 2012

Nella **hall dell'ospedale di Circolo di Varese** è esposta **fino al 13 luglio** una piccola parte della maxi coperta di 115 metri quadrati realizzata nell'ambito della campagna sociale **"L'abbraccio della buona nanna"**, promossa da **MAM Association e Happybimbo**.

Dal primo giorno dell'esposizione, sono già state raccolte delle offerte per sostenere la ricerca contro la SIDS. Purtroppo qualcuno ha portato via tre delle parti che insieme a molte altre vanno a costituire la maxi coperta.

Si invitano queste persone a restituire le tre parti, senza le quali la grande coperta risulta incompleta in vista delle prossime esposizioni dell'opera nel suo complesso.

Si tratta dei 115 metri quadrati di coperta di lana e fibra di latte cuciti unendo le migliaia di quadrotti lavorati a maglia dalle mamme (e anche dai papà) di tutta Italia che hanno scelto di diventare "Ambasciatori" dei piccoli gesti della vita e di aderire alla campagna informativa sulla SIDS. L'Abbraccio della buona nanna, lanciata un anno fa da MAM Association e happybimbo per informare sulla sindrome della morte in culla del lattante e divulgare le raccomandazioni internazionali che aiutano a preservare la salute dei neonati e la loro nanna sicura.

### Che cos'è la SIDS

Meglio conosciuta come la morte improvvisa del lattante, la SIDS colpisce sia maschi che femmine, di giorno e di notte, di solito durante il sonno, nel primo anno di vita, con un picco di incidenza tra i due e i quattro mesi. I più colpiti sono i maschi, che rappresentano circa il 60% delle vittime.

La ricerca ha fatto molti passi avanti rispetto agli anni '70, quando si incominciò a parlare di questa sindrome per tutte quelle morti improvvise e inaspettate di un bambino apparentemente sano e per le quali non era possibile accertare una causa precisa nemmeno con esami specifici.

Tuttavia è ancora fondamentale parlarne. I risultati emersi dagli oltre 7mila questionari raccolti negli ultimi 18 mesi a Milano, Roma, Bolzano e Bari da happybimbo lo confermano. L'88% delle mamme ha sentito parlare della SIDS, ma solo il 10% in modo esaustivo. E solo il 45% conosce le 5 raccomandazioni della nanna sicura che, se seguite, aiutano a ridurre il rischio di morte in culla.

Dai questionari emerge inoltre che, per ora, le notizie utili sulla SIDS arrivano alle mamme soprattutto attraverso riviste e giornali (34%), a seguire ospedali (15%), corsi di parto (20%), amici (10%), consultori (6%). Serve dunque più informazione.

Sebbene le cause della SIDS non siano ancora note, dalle ricerche effettuate in molte parti del mondo sono emerse delle correlazioni con alcune situazioni, sulla base delle quali sono stati individuati alcuni comportamenti in grado di ridurre sensibilmente l'incidenza. L'adozione di 5 semplici regole, nei Paesi in cui sono state diffuse attraverso campagne di informazione di massa, ha portato a ridurre l'incidenza della SIDS fino al 60%.

### Le 5 regole della buona nanna

Oggi, in Europa, la SIDS colpisce con una percentuale compresa tra lo 0,5 e l'1 nati per mille. Nelle regioni italiane, come la Toscana e la Lombardia, e, in generale nei Paesi dove l'informazione è stata opportunamente divulgata dalle istituzioni, la media è scesa allo 0,3 per mille.

In Italia è stato istituito il "Gruppo Tecnico Interregionale sulla SIDS" coordinato dalla Regione Toscana che

ha elaborato le “Raccomandazioni per la Riduzione del Rischio di SIDS”. Si tratta di cinque semplici regole che se osservate aiutano a preservare la salute del proprio bambino.

Il neonato non dovrebbe mai addormentarsi a pancia in giù e nemmeno sul fianco, bensì in posizione supina. La SIDS sembra infatti collegata a un incompleto sviluppo dei sistemi che regolano la respirazione durante il riposo. La posizione prona, che facilita il sonno profondo, impedirebbe il risveglio a seguito di una possibile apnea del neonato.

Allo stesso modo, è utile che il bambino dorma nel suo lettino o nella culla, evitando la presenza di peluche e pupazzi che potrebbero impedire la corretta respirazione. Il bambino non deve essere eccessivamente coperto, nemmeno in caso di febbre. Per questa ragione è preferibile farlo dormire nel suo lettino anche accanto al letto dei genitori, ma non nello stesso letto. I meccanismi che regolano la temperatura corporea, soprattutto nel primo anno di vita, non funzionano ancora in modo corretto e l'ipertermia è sempre in agguato.

No al fumo sia durante la gravidanza che in presenza del bambino, per assicurargli una corretta ossigenazione.

Sì al succhietto. Come sostengono gli studi più aggiornati, il succhietto, dato al momento del sonno aiuta il bambino a rilassarsi e contemporaneamente riduce il rischio di SIDS. Non influisce in alcun modo con l'allattamento, se somministrato ad allattamento avviato a partire dal primo mese di vita. Se viene “perso” durante il sonno, il suggerimento è di non ridarlo al bambino.

Una nota importante infine va riservata all'allattamento al seno che, pur non rientrando tra le 5 raccomandazioni per la nanna sicura del neonato, è risultato essere un elemento fondamentale per il benessere del neonato. Il latte materno rappresenta infatti il miglior alimento nei primi mesi di vita del bambino: non solo lo protegge dal punto di vista immunologico ma aiuta a prevenire anche le patologie correlate con il rischio SIDS.

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)