



Rubriche ■ Info ■



PREVENZIONE  
3 aprile 2017

commento a cura di

**Dottorssa Paola Marangione**

primario di Neonatologia e Patologia Neonatale dell'ospedale Humanitas San Pio X

## Sindrome della morte in culla, come evitarla?

La **sindrome della morte in culla** è un evento ancora non completamente prevenibile. Il rischio d'insorgenza di questa sindrome, un evento fortunatamente raro, si può contenere al massimo con alcune piccole ma decisive accortezze. A cominciare dal modo in cui si fa dormire l'**infante**: se il bebè dorme nella stessa stanza dei genitori, ma non nello stesso letto, il rischio di "**morte in culla**" si dimezza. Il dato arriva dall'American Academy of Pediatrics che ha pubblicato su Pediatrics le sue nuove raccomandazioni.



Baby holding mothers hand for reassurance in his nursery

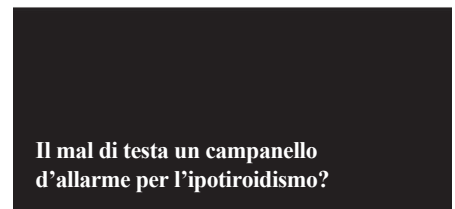
La **sindrome della morte in culla** o **Sids**, dall'espressione inglese "sudden infant death syndrome", colpisce i bambini tra un mese e un anno di età. Si riconosce questo evento quando è possibile escludere tutte le altre cause note per spiegare il decesso di un neonato, ricorda l'Istituto superiore di Sanità. Cosa provochi la "morte in culla" non è ancora noto: «L'ipotesi più accreditata è che sia dovuta a un disturbo elettrico nel sistema di conduzione cardiaco scatenato da diversi fattori», aggiunge la dottorssa **Paola Marangione**, primario di Neonatologia e Patologia Neonatale dell'ospedale Humanitas San Pio X. «Nessuno dei fattori di rischio riconosciuti, in ogni caso, è direttamente causa dell'evento ma è importantissimo eliminarli tutti».

### Ecco le raccomandazioni per evitare la sindrome della morte in culla:

- **Dormire "insieme"**. «Certamente per i primi 6 mesi, meglio per il primo anno di vita, è bene che i **bambini** dormano in camera da letto dei genitori ma non nel letto con loro. In questo modo gli adulti possono sempre intervenire in caso di necessità ma si evita il rischio di schiacciamento o di caduta»;
- **In culla** o su un lettino. «La superficie dev'essere rigida e il piccolo deve dormire con la pancia in su sotto lenzuola o copertine aderenti per evitare che si spostino sul suo viso». Inoltre la superficie dev'essere libera da oggetti morbidi come cuscini, giocattoli e parabordi per culla o lettini. Allo stesso modo il bebè non deve dormire su divani, poltrone o altre superfici morbide, sia da solo che con altre persone, aggiungono i pediatri americani;
- **Ambienti sicuri**. «È fondamentale che il bambino non respiri fumo passivo né che la temperatura della casa sia troppo alta. Il calore, come il fumo passivo, può innescare difficoltà respiratorie a loro volta associate al rischio di Sids. Ecco perché è meglio evitare che dorma insieme ai grandi, perché la temperatura può aumentare quando



### Le nostre rubriche



invece il bambino deve poter respirare liberamente»;

- **Latte materno.** «Anche l'allattamento al seno aiuta a limitare il rischio di "morte in culla". Questo perché – spiega la dottoressa Marangione – il bambino si nutre di un alimento altamente digeribile che difficilmente provoca reflusso gastroesofageo, un altro fattore di rischio di Sids»;
- Un **esame del cuore** contro la Sids. «Come abitualmente facciamo a Humanitas, è bene sottoporre il neonato a un elettrocardiogramma a circa un mese dalla nascita per valutarne la salute cardiaca. Un'onda elettrica anomala, il cosiddetto "QT lungo" è un elemento predittivo della sindrome della morte in culla. Con un semplice test si può fare una sorta di screening del rischio di Sids»;
- **Dispositivi per il controllo a distanza** del bebè. «Lo ricorda anche la società americana di pediatria: i "baby monitor", ovvero i sistemi di allerta che rilevano eventuali anomalie nella respirazione **dell'infante**, non sono utili perché possono sortire un effetto contrario. Dal momento che non sono molto sensibili come la strumentazione elettromedicale e tendono ad allertare per qualsiasi anomalia riscontrata, i genitori possono arrivare a un punto tale per cui non prestano più la necessaria attenzione ai segnali lanciati dai dispositivi e dunque a sottovalutarne l'urgenza. In questo modo si riduce il livello di guardia», conclude la specialista.

(Per approfondire leggi qui: [Allattamento al seno, i benefici per mamma e bambino](#))

- 👉 [Home](#)    👉 [morte improvvisa in culla](#)    👉 [morte in culla](#)
- 👉 [neonati morte in culla](#)    👉 [Paola Marangione](#)    👉 [sids cause](#)
- 👉 [sids morte in culla](#)    👉 [sids prevenzione](#)
- 👉 [sindrome della morte in culla](#)    👉 [sindrome morte in culla fumo](#)

**MAGAZINE**

**Naso e gola, dieta e mali di stagione. La diretta FB con il dott. Malvezzi e Marco Bianchi**

**PREVENZIONE**

**Reflusso, zenzero e curcuma per una migliore digestione: esperti in diretta FB. Guarda il video**

**Ultime notizie**

Sigaretta elettronica, in America proibita la vendita ai minorenni

Lo sai che l'esercizio fisico aiuta a guarire dall'infarto?

Lo sai che alcune abitudini causano denti storti nei bambini?

Terapia del dolore, quando assumere gli integratori?

Sole e vitamina D, benefici per ossa e sistema immunitario

Parlare mentre ci si guarda negli occhi, ecco perché non è facile farlo

"L'esercizio fisico migliora l'umore", vero o falso?

**Ospedali Humanitas**

- IRCCS Istituto Clinico Humanitas
- Humanitas Gavazzeni
- Humanitas San Pio X
- Humanitas Mater Domini
- Humanitas Cellini
- Humanitas Gradenigo
- Humanitas Centro Catanese di Oncologia

**Aree mediche**

- Cancer Center
- Cardio Center
- Centro Oculistico
- Fertility Center
- Neuro Center
- Ortho Center
- Centro Odontoiatrico

**Didattica, Ricerca e Assistenza**

- Humanitas University
- Humanitas Research
- Fondazione Humanitas per la Ricerca
- Fondazione Humanitas
- Fondazione Ariel
- Cookie Policy
- Privacy Policy