



il Notiziario

- **In questo numero** pag. **1** *La parola alla Presidente* Allegra Bonomi
- 2** *30 anni di Semi per la SIDS* Piero Sebastiani
- 3** *30 anni con amore* Ada Macchiarini
- 4** *Intervista al Prof. Gianpaolo Donzelli* Valeria Covini
- 6** *Quelli che restano* Giovanna Donini
- 9** *Nanna sicura: ecco cosa si sbaglia* Valeria Covini



Cari Amici,

siamo oramai verso la fine del 2021, un anno purtroppo ancora all'insegna del Covid e con grandi limitazioni per la nostra attività associativa. Nonostante tutto abbiamo raggiunto un traguardo importantissimo: Semi per la SIDS compie 30 anni! In questo notiziario troverete un bel messaggio di Pietro Sebastiani, il nostro socio fondatore che insieme a sua moglie Maria Cristina ha dato vita all'Associazione in una fredda giornata di gennaio del 1991.

Nel ripercorrere col pensiero la nostra storia non posso non ringraziare i presidenti che mi hanno preceduto: Paolo Turchi, Antonella Romanelli e Ada Macchiarini. Un grazie particolare va proprio ad Ada che mi accolto nell'Associazione quando ne avevo più bisogno e ancora oggi mi sostiene e mi aiuta nel suo ruolo di Segretaria. Le affido il compito ingrato anche oggi di riassumere in poche righe i tanti obiettivi raggiunti in questi trent'anni. E proprio perché si parla della storia di questo gruppo di genitori non poteva mancare l'intervista a Gianpaolo Donzelli, Presidente della Fondazione Meyer nonché il medico pediatra che ci ha affiancato proprio agli esordi e che tutt'ora ci è vicino.

Ospitiamo poi il contributo di Giovanna Donini, che ha fondato un'associazione dedicata a suo nipote Simone vittima della depressione. Giovanna è una nota autrice teatrale e televisiva ed è una conduttrice radiofonica RAI, che ha perciò molta dimestichezza con le parole, ma in questo caso anche con il dolore, un dolore molto simile al nostro. Ci siamo conosciute qualche anno fa e ci siamo ritrovate proprio in quella particolare condizione di essere "quelli che restano" dopo un grave lutto. Mi hanno colpito molto le sue riflessioni e ho pensato che fosse importante condividerle con voi e lei gentilmente ha accettato di scriverle.

Siccome però dobbiamo guardare anche avanti e continuare a lottare perché queste morti continuino a diminuire, Valeria Covini ci racconta come possiamo migliorare la nostra comunicazione nel diffondere le regole della Nanna Sicura, ad oggi lo strumento più prezioso che abbiamo.

C'è quindi tanto da leggere e c'è anche un piccolo pensiero. Visto che si parla di genetliaci abbiamo pensato che fosse carino farvi avere in anteprima i nostri biglietti di buon compleanno. Se vi piacciono e ne volete ancora potete acquistarli scrivendoci e ve li manderemo molto volentieri. Chiudo questa mia lettera per darvi notizia di una iniziativa importante. A novembre saremo, anche se solo virtualmente, a Brisbane per partecipare alla Conferenza Mondiale sulla SIDS. Porteremo un contributo parlando del nostro infogame che sta avendo tanto successo e che consente a genitori e operatori sanitari di verificare le proprie conoscenze sul sonno sicuro in modo interattivo.

Lo scorso febbraio, quando abbiamo fatto un primo check sulle adesioni, in occasione della partecipazione al Summit internazionale sulla SIDS di Seattle, siamo rimasti sorpresi perché più di 3.300 persone avevano già partecipato! Sempre a Brisbane annunceremo ufficialmente il lancio della Conferenza Internazionale sulla SIDS del 2023 che ospiteremo noi a Firenze. Mi spiace essere ripetitiva, ma tutte le battaglie si vincono insieme, per cui anche quest'anno vi chiedo di continuare a sostenerci.

Un grazie, un abbraccio e un caro saluto a Tutti

Allegra Bonomi

30 anni di Semi per la SIDS

Piero Sebastiani

Cari Soci,

ricorrono quest'anno 30 anni dalla costituzione della nostra Associazione. Ricordo ancora quel 9 gennaio 1991 dal notaio a Lucca, una giornata livida e fredda, e ricordo anche che in una pausa dell'atto parlando con casa dei miei suoceri appresi che in città c'era appena stato un altro caso di Sids, Martina Turchi, la figlia di Paolo. E fu con Paolo, che contattai il giorno stesso, che nelle settimane e nei mesi a venire gettammo le basi della nostra associazione. Con lui scambiavamo fax su fax (io lavoravo all'epoca a New York dove pure creai una not for profit Seeds for Sids, all'epoca la Sids Alliance americana stranamente non riusciva a coprire la metropoli) e lunghe telefonate.

Il 1991 fu un anno di grande lavoro, cercammo di trarre profitto dall'esperienza del gruppo di genitori milanesi che si riuniva attorno alle signore Cattaneo e Garbagnati e che avevo contattato nell'autunno del '90.

Loro lavoravano già sia per assistere i genitori SIDS lombardi (assieme ad alcuni medici: Stramba Badiale, Schwartz, ecc.) sia per tenere qualche contatto a livello Internazionale (la prima riunione della SIDS International si tenne sul Lago di Como nel 1987). Successivamente entrammo in contatto con un gruppo di genitori dell'area fiorentina (Ada Macchiarini, Lorenzo Ghilli ed alcuni altri) e si crearono le premesse per un grande lavoro a livello regionale e nazionale, compreso il grande convegno internazionale del '94 a Firenze.

Questa mia breve lettera, che marca una ricorrenza per noi importante, è un ringraziamento a tutti coloro, centinaia e centinaia, che come genitori, medici, personale paramedico, amministrativo, sostenitori, ecc. hanno contribuito ciascuno con le sue forze e le sue possibilità alla nostra causa. Grazie di cuore a voi che vi state impegnando in questa fase della vita della nostra Associazione ed in particolare alla Presidente.

Un forte abbraccio

30 anni con amore

Ada Macchiarini



Cari amici raccolgo l'invito di Allegra che mi chiede di raccontare questi 30 anni insieme, scegliendo di declinare tutto questo tempo sia in maniera sintetica che enfatica, trovando il filo conduttore delle nostre azioni, del nostro esserci, questo anniversario se lo merita, ed approfittando di quanto scrive Giovanna mi affianco a lei e condivido la parola amore. Provo a guardare indietro e vedo che di sicuro è stato questo sentimento a dare la spinta che ha fatto nascere e crescere questa Associazione.

L'amore verso i nostri bambini che se ne sono andati lasciandoci attoniti e disperati ma con i quali abbiamo voluto mantenere un legame e lasciare un segno del loro passaggio proprio per dichiarare quanto fosse stato importante averli con noi.

Amore verso le altre famiglie, che abbiamo accolto, con le quali abbiamo condiviso dolore e speranze in uno scambio che ci ha regalato tantissimo, aiutandoci a crescere ed a progettare insieme un'altra vita.

E amore verso una comunità più vasta per la quale ci siamo impegnati a promuovere la conoscenza della SIDS e le misure per ridurne il rischio, così da contenere questa morte.

E ancora amore verso tutti i "bambini nuovi" che abbiamo accolto come un dono ma anche con tanta trepidazione, per quanto ci hanno aiutato a riconciliarci, ad avere fiducia, ad essere ancora e nuovamente felici.

E adesso che conosciamo la ricetta non ci resta che proseguire.....
Buon Compleanno



Intervista al Prof. Gianpaolo Donzelli

Ecco perché i genitori sono i più grandi alleati della scienza



Prof. Gianpaolo Donzelli

Professore ordinario di pediatria nella facoltà di medicina dell'Università di Firenze, Gianpaolo Donzelli è direttore del Dipartimento feto-neonatale e dell'Unità operativa di medicina neonatale del Meyer dal 1973. Ha un curriculum vastissimo che lo vede impegnato protagonista là dove la medicina e l'etica s'incontrano. Sarà per questo che non riesce a separare medicina e umanesimo, scienza e poesia, il modo che ha di raccontare le emozioni della sua vita professionale.

Un retaggio culturale che deriva dall'essere stato accanto con empatia ai piccoli neonati, seguendoli quando nascono, quando lottano, quando sopravvivono e anche quando non ce la fanno.



Valeria Covini

Professor Donzelli, lei è stato tra i primi a voler istituire il Centro SIDS a Firenze, più di vent'anni fa.

Perché era così importante allora creare un centro specializzato nella morte in culla?

Me lo fecero capire due persone: Ada Macchiarini e Pietro Sebastiani, una mamma e un papà, entrambi accomunati dall'aver perso un figlio, entrambi con lo stesso obiettivo: affrontare la morte in culla.

Perché se, da un lato, la scienza conosceva la SIDS, sapeva che dava una mortalità tra le più elevate per quel problema specifico, dall'altro, i medici erano impreparati a sostenere i genitori, a spiegare la necessità di certe indagini, a puntare sulla prevenzione. In altre parole, culturalmente la SIDS non esisteva.

Occorreva quindi lavorare in quella direzione.

Le sue esperienze da medico volontario in Africa l'hanno messa a contatto con situazioni laceranti per un pediatra che vedeva bambini morire di morbillo senza poter far nulla. Quale insegnamento ne ha tratto?

Il primo, più forte insegnamento è non arrendersi mai, andare avanti fino in fondo, con la consapevolezza di aver fatto del proprio meglio, di aver dato il tutto per tutto.

Con questo monito interiore lei ha trascorso più di vent'anni in terapia intensiva neonatale.

Ma quando, nonostante tutto, la morte ha il sopravvento su queste nuove vite come ci si sente?

Si comprende che bisogna starci accanto alla morte e svilupparne la sensibilità. Credo che chi fa un mestiere come il nostro deve trovare il neonato dentro di sé e immedesimarsi.

Per capirne meglio i suoi bisogni, il suo dolore, la sua voglia di lottare. Deve anche, in qualche modo, andare alla ricerca della propria madre, quella che prima della nascita parlava con quel bimbo, che giocava con lui, in un dialogo interiore, primordiale.

La SIDS annienta qualsiasi genitore, impreparato a perdere un bimbo sano, senza una causa apparente. Il pediatra che cosa può dire loro?

Può stare loro accanto e facilitare l'incontro con altre famiglie, con le associazioni come Semi per la Sids che aiutano a fare rete, a trovare conforto. E laddove queste associazioni non ci sono fare in modo di promuoverle, di incentivarle.

Morte in culla è una delle sue poesie che addirittura il poeta Mario Luzi volle pubblicare nella propria collana. Quale messaggio affida a quei versi?

La lacerazione della morte di un figlio. Nella nostra vita ci sono due momenti di grande impatto emotivo: la propria nascita e la propria morte ma ce n'è un altro, simmetrico ad essi, che è dare la vita ad una nuova vita.

Ecco perché la morte inattesa di un figlio per una madre è un evento dilaniante.

Morte in culla

*Un sonno misterioso
ti ha tolto la vita.*

*Dimmi, può un ramo
trovare in sé la violenza
per spezzarsi e respingere
le sue foglie? Quale acqua ha tradito,
sorgendo da profumi mortali,
ha essiccato le tue radici?
Perché il sole infuocato, indifferente omicida,
ha bruciato i tuoi petali?*

(dalla raccolta di versi Stupore della nascita)

E i papà? Anche se ormai vivono con più intensità sia la gravidanza sia la paternità la loro sofferenza resta diversa?

Certamente oggi si sono stemperate le identità e i ruoli, ci sono sempre più padri che seguono la gravidanza, assistono al parto e accudiscono i figli sin dai primi mesi. Tuttavia, il fatto che quel bimbo sia cresciuto nel corpo di una donna continua a fare la differenza. Anche nel dolore.

“La cura” è la nuova collana che nasce per la Nave di Teseo in collaborazione con la Fondazione Meyer. Perché è importante, soprattutto oggi, affidare alla parola, ai libri, il tema della medicina?

Perché la parola può far ritrovare l'etica. La tecnica ha sovrastato la medicina. Così rincorrendo la scienza, i suoi altissimi traguardi, le sue super specializzazioni, si è andata perdendo la dimensione del paziente che doveva venire prima della malattia. Oggi al centro del lavoro dei medici c'è la malattia e non la persona e così si ricovera un fegato, un cuore, un rene...'

Una collana per capire come ci si prende cura

Medicina inedita ed Esperienza della malattia e spiritualità sono i primi due saggi che hanno inaugurato a luglio la collana editoriale “La cura”, lanciata da Elisabetta Sgarbi per La nave di Teseo, in collaborazione con la Fondazione Meyer e il professor Gianpaolo Donzelli.

Filo conduttore che muove le scelte editoriali è riflettere sul concetto di cura, non solo nel senso proprio della medicina ma anche in quello del prendersi cura, dell'attenzione, della comprensione dei bisogni.

Una riflessione che esce dai confini della scienza per toccare la letteratura, la filosofia, l'arte.

In genere, i pediatri - rispetto ad altri specialisti - sono tra i migliori comunicatori, "allenati" forse proprio dai loro piccoli pazienti...

E' vero, impariamo molto da loro, anche quando sono in un'incubatrice. Lo strumento della parola diventa fondamentale nella cura, con i piccoli deve essere essenziale, con i genitori comprensiva. Senza non c'è rapporto di cura.

Nel 2023 l'ospedale Meyer ospiterà il Congresso internazionale sulla SIDS, un bel traguardo. Che cosa si aspetta?

Mi aspetto novità dalla ricerca, dallo scambio di studi e di esperienze. Ma quello che mi preme far rilevare è che non esiste al mondo nessun congresso internazionale che, come questo, annoveri accanto a un presidente scientifico anche un presidente-genitore. Questo per sottolineare come al centro di tutte le nostre attività scientifiche ci debba essere sempre questa alleanza, che in tutti questi anni ha dato una grande mano alla ricerca, alla prevenzione, alla cultura.

Quelli che restano

Come si fa ad andare avanti dopo il lutto più grande che ci può colpire: la perdita di un figlio?

Se lo chiede Giovanna, la zia di un ragazzo a cui la depressione ha tolto la vita, ripercorrendo quei terribili momenti.

E trovando una risposta

Giovanna Donini

È il 18 febbraio del 2021. Giovedì pomeriggio. Ore 16.18.

Simo parcheggia la macchina, scrive le ultime righe di una lunga lettera d'addio che ci ha lasciato, fa circa venti passi, tre rampe di scale grigie, si siede sopra un pezzo di metallo gelido dando le spalle alla sua città e alla sua vita coperta dalle nuvole e si lancia da quella maledetta scala antincendio progettata per salvare vite, ma che quel giorno serve solo a disintegrarne una, anzi più di una. Sotto quella scala antincendio, è morta anche una parte di noi. Solo che noi siamo ancora qua, solo che noi siamo quelli che restano. Ma come si fa a restare? Si fa grazie all'amore.

Sono tante le persone che sono venute ad abbracciarci in quei primi giorni terribili. Io non potrò mai dimenticarle e ogni giorno le ringrazio infinitamente per esserci state ed esserci ancora.

Il campanello e il telefono suonavano di continuo.

Gli amici di Nelli e Ivan, i suoi genitori.

Gli amici di Manuel, suo fratello.

Gli amici di mia mamma, sua nonna.

I miei amici.

Gli amici di Simo.

I parenti e perfino semplici conoscenti.

Tante, tantissime persone ci hanno raggiunto (e ancora lo fanno) in quei primi giorni terribili subito dopo aver saputo che Simo a soli 27 anni si è tolto la vita per colpa di una malattia che disintegra l'anima, la mente e il fisico, per colpa di una malattia che è la più diffusa al mondo tra le malattie



mentali e in generale la seconda malattia più diffusa dopo le patologie cardiovascolari: la depressione.

Di depressione si può guarire.

Di depressione si può morire.

È necessario quindi accettare e prevedere subito sia la guarigione che la morte. È una malattia violentissima e molto pericolosa e molte persone ancora oggi si vergognano di averla quando non c'è nulla di cui vergognarsi. Le cure esistono ma bisogna trovare quelle giuste altrimenti le possibilità che chi soffre di depressione si tolga o tenti di togliersi la vita, sono elevate. Con e per Simo abbiamo lottato tanto. Lo psichiatra e lo psicologo che lo avevano in cura credevano di essere sulla strada giusta. Credevano che la sua depressione fosse "gestibile", credevano che in fondo non fosse così grave perché lui, nonostante tutto, la perdita di peso, l'incapacità di sentire e sentirsi, l'anedonia, l'apatia, i pianti, la disperazione, e l'intenzione (più volte) dichiarata di farla finita, continuava a progettare la sua vita, continuava a sognare di raggiungere la felicità, continuava a lottare per tornare ad essere di nuovo il ragazzo solare, allegro, divertente, pieno di passioni e amici che era stato.

«La sua voglia, nonostante tutto, di progettare la vita, ci ha depistati», hanno detto subito dopo lo psichiatra e lo psicologo che lo avevano in cura.

Come si fa a restare?

Siamo rimasti nel buio a gridare.

Siamo rimasti pieni di perché, travolti da un dolore che mi sembra sinceramente riduttivo definire immenso.

Siamo rimasti spezzati ma, e questa è la cosa più importante, non siamo rimasti a guardare e poi non siamo mai rimasti soli.

Mai.

C'è chi ci ha portato da mangiare, chi ci è venuto ad abbracciare, chi ci ha cucinato, perfino lavato e poi accarezzato piano. C'è chi ci ha scritto lettere e messaggi, chi ci è rimasto accanto in silenzio, chi ci ha solo sfiorato la mano, chi ci ha regalato soli, cuori, pesci e chi ci ha aspettato solo per dirci: «se serve ci sono». E tutto questo succede ancora oggi a distanza di mesi. Adesso lo so: tutto questo amore serve. Serve perché chi riesce ad esserci può fare davvero la differenza nella vita di una persona che ha subito un trauma così violento.

Le parole, gli sguardi, gli abbracci, le carezze, l'amore di chi riesce (ed è riuscito) a farsi sentire ci salvano, ci tengono in piedi e in vita, Ci fanno andare avanti, ci fanno restare.

Adesso lo so, prima pensavo, in modo cinico e presuntuoso, che fossero solo parole.

In quei primi giorni terribili il nostro cuore si è disintegrato in pezzettini troppo piccoli per recuperarli e tentare di ricomporlo. Credevo quindi che nessuno di noi sarebbe riuscito a restare in vita. Personalmente ho attraversato dei momenti di dolore così forte soprattutto vedendo stare male così forte i suoi genitori, suo fratello e sua nonna che poi è mia madre, che faticavo a parlare, respirare, aprire gli occhi e credevo di morire o di essere addirittura già morta. Invece sono state le carezze, gli abbracci, le parole e perfino le lacrime di chi mi è stato vicino, anzi dentro e addosso a darmi la forza. E mi sono state dentro e addosso anche persone che non mi aspettavano facessero. Tra queste mi hanno colpito in particolare due amici e colleghi con cui ho sempre avuto un buon rapporto ma mai così intimo, che per giorni e giorni mi hanno letteralmente incitato a lottare, mi hanno sostenuto con puntualità, costanza e passione e solo dopo qualche tempo ho realizzato che ci sono riusciti in modo perfetto perché anche loro purtroppo

conoscono bene cosa succede dentro di te quando perdi all'improvviso una persona che ami. Anche loro sanno che evidentemente puoi fare la differenza semplicemente facendoti sentire forte e chiaro con qualcuno alle prese con tanto inaspettato dolore.

Come si fa a restare?

Si fa con l'amore.

Siamo rimasti qui ma, e questa è la cosa più importante, non siamo mai rimasti soli e poi, dicevo, non siamo rimasti a guardare.

In quei primi giorni terribili infatti abbiamo deciso di creare con i suoi e nostri amici l'Associazione Il Filo di Simo che è nata proprio con l'intento di aiutare chi soffre di depressione e i suoi familiari.

Il Filo di Simo



*Se potessi cambiare il nome al sole
lo chiamerei Simone*

Di depressione si muore.

Di depressione si guarisce.

Si guarisce ma spesso le famiglie si ritrovano sole ad affrontare questa malattia che troppe volte ancora oggi viene sottovalutata o scambiata per tristezza.

Quando Allegra Bonomi mi ha telefonato in quei primi giorni terribili, non conoscevo la sua storia e nemmeno la storia della vostra Associazione.

Io e Allegra abbiamo parlato molto, ci siamo sentite vicine, dentro e addosso perché noi siamo quelli che restano e come si fa a restare?

Si fa solo grazie all'amore che ricevi e dai.

Adesso lo so.

ASCOLTO, PRESENZA, AIUTO



Nanna sicura: ecco cosa si sbaglia

Le regole sono semplici ed efficaci, eppure è ancora facile informare in modo scorretto. Vediamo quali sono gli argomenti che ingannano i neogenitori e mettono a rischio i bambini

Valeria Covini



Ci sono punti deboli nella comunicazione che riguarda la SIDS? Dopo anni e anni di battaglie informative, condotte con tutti i mezzi, dagli opuscoli, ai video, ai quiz interattivi a questo interrogativo si dovrebbe rispondere senza esitazioni: nessuno. Invece, seguendo la rassegna stampa, ci si accorge che ci sono ancora delle informazioni che stentano ad arrivare nel modo corretto. Alcune, come vedremo, partono da presupposti apparentemente giusti, altre da convinzioni del tutto sbagliate. Tutte creano confusione e false certezze.

La questione tempo

Il fatto di parlare di “morte in culla” talvolta induce a credere che la SIDS colpisca i neonati di poche settimane, tanto che c’è chi consiglia di lasciare la posizione supina e di far dormire il bebè sul fianco già dai 3 mesi di vita. Altre volte, invece, l’errore è pensare che il potenziale letale si riduca dal sesto mese in poi. Entrambe queste informazioni sono errate e pericolose: abbassare la guardia al terzo mese significa esporre il bambino al periodo di maggiore incidenza della SIDS che è proprio tra i 2 ai 4 mesi di vita. Questo “picco” tuttavia non deve neppure far pensare che passata la boa del sesto mese il pericolo scompare: sappiamo bene che la SIDS può verificarsi per tutto il primo anno di vita.

La domanda allora è perché si vuole psicologicamente restringere il periodo di rischio? Perché parlare ai neogenitori di un evento improvviso e letale come la SIDS e ricordargli di restare in allerta fino al primo compleanno forse non fa audience.

Ma una divulgazione efficace deve essere chiara, corretta (e sincera, se vogliamo mantenere il registro emotivo) che dica: “cari genitori il rischio SIDS esiste ma si può contrastare facilmente, adottando le regole della nanna sicura per tutto il primo anno!”.

I test miracolosi

La neonatologia ha fatto passi straordinari negli ultimi cinquant’anni, basti pensare alle percentuali di sopravvivenza dei grandi prematuri. Screening neonatali sempre più raffinati poi consentono di evidenziare malattie metaboliche già nei primissimi giorni di vita, battendo spesso sul tempo l’insorgere della patologia. Questi traguardi talvolta creano l’illusione di poter avere un’arma per giocare d’anticipo anche sulla SIDS. E così, spesso, si trova scritto che gli screening neonatali potrebbero evitare le morti in culla. Magari, diremmo noi.

Ma la realtà è ben diversa. Sembra difficile far passare il concetto che al momento attuale i medici ignorano la precisa causa di SIDS, ma che tutti gli esperti ritengono che alla base di un evento così drammatico ci sia una multifattorialità, cioè un insieme di circostanze scatenanti sia proprie (fisiche, genetiche) dei bambini, sia ambientali.

La SIDS quindi può essere definita solo dopo una diagnosi di esclusione: purtroppo non vi sono marcatori in grado di predirla, come nel caso di malattie metaboliche o di patologie cardiache che vengono appunto diagnosticate attraverso questi test.

Nessuna giustificazione per il co-sleeping

I ritmi sonno veglia dei neonati sono il grande tormentone di tutti gli speciali dedicati al rientro a casa dopo il parto. Che si allatti al seno o al biberon, il mantra è '8f imparare a rispondere ai bisogni del bebè e lo si può fare, sempre meglio e sempre più in fretta, stando in simbiosi con lui. Da qui, nasce l'esigenza di avere sempre vicino il neonato, il che è senz'altro importante specie nei primi mesi.

Ma tra condividere la camera e condividere il lettone c'è una grande differenza in fatto di sicurezza! Il lettone ha cuscini morbidi, lenzuola e coperte che si possono spostare mentre si dorme e il bambino può rimanervi schiacciato e rischiare il soffocamento.

Non dobbiamo dimenticare poi che, anche se piccolissimi, i bebè si muovono e possono scivolare negli spazi tra il materasso e la struttura del letto, o ritrovarsi pericolosamente a pancia in giù.

Inoltre, finché non si stabilisce un giusto ritmo di sonno e poppate, le mamme risentono della stanchezza e quando si appisolano spesso entrano in un sonno profondo, diventando meno risvegliabili.

Una situazione che, di nuovo, può essere pericolosa se nel letto (ma anche distese sul divano) con loro c'è un bambino di pochi mesi.

Ecco perché la condivisione del lettone è dimostrato che aumenta il rischio di SIDS.

Sembra assurdo quindi che vi siano esperti che incantino i neogenitori al co-sleeping, come unico mezzo efficace per ritrovare quel rapporto simbiotico fra madre e bambino: così facendo, oltre a farli sentire ancor più inadeguati, si elimina dalla loro mente una regola di prevenzione fondamentale in nome di una presunta naturalità assolutamente rischiosa.

E non basta. C'è anche chi auspica il breastfeeding come formula di allattamento al seno sicura, e addirittura lo considera un fattore protettivo rispetto al rischio SIDS.

Qui il messaggio positivo - l'allattamento al seno riduce il rischio - ne cancella un altro, altrettanto importante: condividere la camera, non il letto è il sistema più sicuro per proteggere i neonati dalla SIDS e da altre morti infantili legate al sonno.

Cuscino delle mie brame

Il cuscino anti-soffoco è un nonsenso: anche se traspirante, anche se in memory foam, non va assolutamente utilizzato nel primo anno di vita. Ne quelli anti-reflusso né '8e quelli per i bimbi che hanno la testa piatta. Eppure, leggendo certi articoli, sembra che indurre all'acquisto di un oggetto per il bebè sia più efficace che mettere in atto semplici accorgimenti come scegliere un materasso rigido, evitare ogni tipo di cuscino, togliere paracolpi e pupazzetti, abbandonare coperte e, appunto, cuscini.

Ancora una volta si sposta l'attenzione da una soluzione sicura e a portata di mano, ad una che apparentemente toglie ansia ma in realtà non offre alcuna garanzia di sicurezza.

Ma che fare allora se il piccolo ha la testa piatta o soffre di reflusso? Il problema della testa piatta non può diventare più importante della prevenzione della SIDS, tanto da sacrificare la posizione a pancia in su.

E' un problema temporaneo a cui si può tranquillamente ovviare mettendo il bebè a pancia in giù durante il giorno, nel cosiddetto "tummy time", l'ora del pancino, in cui il piccolo da sveglia può esercitare i muscoli di testa, collo e braccia.

Stesso discorso per il reflusso: per evitarlo bastano semplici accorgimenti: pasti piccoli e frequenti, soste durante la poppata per il ruttino, posizione verticale sia durante che dopo il pasto.

E se qualcuno mette il bimbo a pancia in giù per paura che il rigurgito lo soffochi, va ricordato che proprio in questa posizione l'esofago è sopra la trachea e quindi risulta più facile che eventuali rigurgiti possano entrare ed essere aspirati. Un altro motivo per coricare i piccoli sulla schiena!



... e non dimenticate il grande appuntamento di novembre 2021!

ISA / ISPID 2021 11 -13 November 2021 Brisbane Convention Centre, Queensland, AUSTRALIA

DRIVING CHANGE

in Stillbirth, SIDS and Infant Deaths

Proudly Supported by...

PERINATAL
SOCIETY
of Australia &
New Zealand
PSANZ



international
stillbirth alliance



ISPID
International Society for the Study and
Prevention of Perinatal and Infant Death



Stillbirth
CENTRE OF RESEARCH EXCELLENCE



mater



red
nose

per donarci
il tuo

5
x Mille

C.F. 92011620462

Semi per la SIDS
non ha fini di lucro
e vive di fondi derivanti
da donazioni o ricavati
dall'organizzazione
di manifestazioni culturali
e ricreative

www.sidsitalia.it



www.facebook.com/SEMIPERLASIDS

■ Per sostenerci

IBAN IT 75 00335901 6001 0000 0142802

C.C. postale n°12424552

via web www.sidsitalia.it

alla pagina *Sostienici / Donazioni e 5x1000*

ASSOCIAZIONE SEMI PER LA SIDS ONLUS

Piazza SS. Annunziata, 12 - 50122 Firenze

Cell. 346 1864751

e-mail posta@sidsitalia.it www.sidsitalia.it

C.F. 92011620462 tipo A per 5 per 1.000

- *gruppo di discussione/supporto aperto alle famiglie*
<http://it.groups.yahoo.com/group/SemiPerLaSids/>
- *gruppo di discussione/supporto aperto a tutti*
<http://it.groups.yahoo.com/group/SidsItalia/>

Mandaci il tuo indirizzo email

a posta@sidsitalia.it

Potrai ricevere il nostro Notiziario Annuale

in formato elettronico e così insieme contribuiremo a preservare l'ambiente.

