

# Manuale 1

## COME CREARE UN AMBIENTE SICURO PER UN NEONATO

### **DICHIARAZIONE DI NON RESPONSABILITÀ:**

**Questo manuale** contiene solo una parte delle procedure da mettere in atto per creare un ambiente sicuro. Tuttavia la messa in sicurezza della casa e degli ambienti con questi accorgimenti **non esclude il verificarsi di incidenti domestici.**

## COME CREARE UN AMBIENTE SICURO PER UN NEONATO

La sicurezza di un neonato è una priorità assoluta per ogni genitore. Poiché i neonati sono estremamente vulnerabili e imprevedibili, è fondamentale adottare misure preventive per ridurre al minimo i rischi in casa e nei dintorni.

Questo manuale ti guiderà attraverso una serie di consigli pratici per garantire che l'ambiente in cui vive il neonato sia il più sicuro possibile. Tuttavia la messa in sicurezza della casa e degli ambienti con questi accorgimenti **non esclude il verificarsi di incidenti domestici.**

## **SICUREZZA GENERALE IN CASA**

La casa deve essere sicura per prevenire eventuali incidenti. Anche se i neonati non si muovono molto nei primi mesi, è importante prepararsi in anticipo per quando inizieranno a esplorare.

### **Protezione delle Prese Elettriche**

Utilizza copriprese di sicurezza per evitare che il bambino possa infilare le dita o altri oggetti nelle prese di corrente. È essenziale installare copriprese in tutte le stanze, anche quelle dove il bambino non è solitamente presente, per coprire ogni eventualità.

### **Bloccare le Scale**

Se la tua casa ha delle scale, è importante installare cancelli di sicurezza all'inizio e alla fine delle scale. I neonati, una volta che iniziano a gattonare, possono facilmente avvicinarsi ai bordi delle scale, con il rischio di cadute pericolose.

### **Protezione degli Angoli**

I mobili con angoli appuntiti possono essere una fonte di rischio per il bambino quando inizia a muoversi. Installa protezioni in gomma o silicone sugli angoli dei tavoli, scrivanie e altri mobili per prevenire urti e ferite.

### **Cavi e Tende**

Tieni i cavi elettrici, i fili delle tende e le corde lontani dalla portata del bambino. I neonati possono afferrare questi oggetti e rischiare di rimanere impigliati, aumentando il rischio di strangolamento.

### **Piante e fiori**

Alcune piante e alcuni fiori se ingeriti anche in piccole quantità possono essere fatali per il tuo bambino. Scarica dal mio sito il manuale sulle piante e fiori velenosi per il tuo piccolo.

## SICUREZZA IN CUCINA E NELL'ALIMENTAZIONE

Non lasciare mai il bambino da solo con cibo disponibile

**Blocchi di sicurezza per armadietti:** Installa serrature di sicurezza sugli armadi e cassetti della cucina, in particolare quelli che contengono coltelli, detersivi o altri oggetti pericolosi.

**Impedisci l'accesso a fornelli e pentole:** Assicurati che il bambino non possa raggiungere pentole calde o utensili affilati. Usa i fornelli posteriori quando cucini e gira i manici delle pentole verso l'interno.

**Tenere piccoli elettrodomestici fuori portata:** Frullatori, tostapane e altri elettrodomestici dovrebbero essere posizionati in modo che il bambino non possa tirarli giù o infilare le mani.

**Durante i primi mesi, l'alimentazione del neonato richiede molta attenzione per prevenire il rischio di soffocamento e altri incidenti.**

### Allattamento e Biberon

Se stai allattando al seno o con il biberon, non lasciare mai il bambino da solo con il biberon in bocca, poiché potrebbe soffocare. È importante sorvegliare sempre il neonato durante la poppata e non sdraiarlo subito dopo aver mangiato per evitare reflussi.

### Cibi Solidi

Quando il bambino inizia a passare ai cibi solidi, intorno ai sei mesi, assicurati che i cibi siano tagliati in piccoli pezzi e siano facili da masticare. Evita cibi noti per il rischio di soffocamento, come uva intera,

carote crude, mozzarella, pezzi di mela dura, popcorn o noci, frutta secca... la lista è infinita... qui serve buon senso. Sul mio sito trovi il manuale sugli alimenti da evitare nel primo anno di vita del bambino.

## **SICUREZZA IN CAMERA DA LETTO E NEL SONNO**

Il sonno sicuro è uno degli aspetti più importanti della sicurezza del neonato. La posizione e l'ambiente in cui dorme possono ridurre significativamente i rischi, incluso il rischio di SIDS (Sindrome della morte improvvisa del lattante).

### **Culla Sicura**

La culla del neonato deve essere conforme agli standard di sicurezza. Assicurati che:

- Le sbarre della culla abbiano una distanza massima di 6 cm tra di loro per evitare che il bambino possa rimanere incastrato.
- Le vernici usate sulla culla siano atossiche e resistenti.

### **Materasso Rigido**

Un materasso rigido è fondamentale per evitare che il neonato affondi troppo mentre dorme, riducendo così il rischio di soffocamento. Il materasso deve essere della dimensione esatta della culla, senza spazi vuoti tra i bordi.

### **Evita Cuscini e Oggetti Morbidi**

Non inserire cuscini, trapunte, peluche, paracolpi o oggetti morbidi nella culla, poiché questi possono aumentare il rischio di soffocamento. Tieni la culla minimalista, con solo il materasso e il lenzuolo.

### **Posizione del Sonno**

Fai dormire sempre il neonato sulla schiena, poiché questa posizione è stata dimostrata come la più sicura per ridurre il rischio di SIDS. Evita di metterlo a dormire sul fianco o sulla pancia, queste posizioni possono ostacolare la respirazione.

## **SICUREZZA NEL BAGNO**

### **Sicurezza durante il Cambio del Pannolino**

- Piano del cambio stabile: Assicurati che il piano del fasciatoio sia stabile e dotato di cinghie di sicurezza per evitare che il bambino rotoli e cada sul pavimento.
- Tenere gli oggetti a portata di mano: Quando cambi il pannolino, assicurati che tutto ciò che ti serve (pannolini, salviette, creme) sia facilmente accessibile, in modo da non dover lasciare il neonato incustodito.
- Non lasciare mai il bambino incustodito: Anche per pochi secondi, non allontanarti mai dal fasciatoio senza tenere una mano sul bambino. Se ti giri per qualche secondo metti sempre una mano sul bambino.

### **Sicurezza durante il bagnetto**

Il bagnetto è un momento piacevole, ma richiede particolare attenzione per evitare incidenti con l'acqua.

- Temperatura dell'Acqua: L'acqua del bagnetto deve avere una temperatura di circa 37°C. Usa un termometro per l'acqua per garantire che non sia né troppo calda né troppo fredda. Anche una leggera scottatura può essere pericolosa per la pelle delicata del neonato.

- **Supervisione Costante:** Non lasciare mai il neonato incustodito durante il bagnetto, nemmeno per un momento. Bastano pochi centimetri di acqua per rappresentare un pericolo di annegamento. Un neonato perde coscienza in 20 secondi ed in pochi secondi annega. Assicurati di avere tutto il necessario a portata di mano prima di iniziare il bagnetto.
- **Tappetino Antiscivolo:** Per evitare che il bambino scivoli durante il bagno, utilizza un tappetino antiscivolo nella vasca. Questo aiuta a mantenere stabile il neonato, specialmente quando inizia a muoversi di più.

## **Prodotti per la Cura del Neonato**

I PRODOTTI PER LA CURA QUOTIDIANA DEL NEONATO DEVONO ESSERE UTILIZZATI CON ATTENZIONE E CONSERVATI IN MODO SICURO.

Prodotti per il neonato: Scegli prodotti ipoallergenici e specificamente formulati per la pelle delicata dei neonati. Evita prodotti con fragranze forti o ingredienti irritanti, che possono causare reazioni allergiche o dermatiti.

## **Conservazione di Detersivi e Prodotti Chimici**

Tutti i prodotti chimici, inclusi detersivi, saponi e medicinali, devono essere tenuti fuori dalla portata del bambino, preferibilmente in armadi chiusi con blocchi di sicurezza.

## **SICUREZZA DEI GIOCATTOLE E DURANTE IL GIOCO**

I giocattoli possono essere una fonte di divertimento e stimolazione per il neonato, ma è fondamentale sceglierne di sicuri.

### **Giocattoli Adatti all'Età**

Scegli giocattoli adatti all'età del bambino. Molti giocattoli sono etichettati con l'età consigliata. Assicurati che siano sicuri per il livello di sviluppo del neonato.

### **Evita Giocattoli con Piccole Parti**

Assicurati che i giocattoli siano privi di piccole parti che potrebbero staccarsi e essere ingerite, rappresentando un rischio di soffocamento. I giocattoli di grandi dimensioni e privi di componenti staccabili sono la scelta migliore per i neonati.

**Giocattoli non tossici:** Assicurati che i giocattoli del bambino siano fatti con materiali non tossici e siano privi di vernici o sostanze chimiche pericolose.

**Supervisione del gioco:** Sebbene i giocattoli possano sembrare sicuri, è importante supervisionare il bambino mentre gioca, soprattutto se i giocattoli hanno parti mobili o piccole componenti.

## PREVENZIONE DEI PERICOLI AMBIENTALI

**Rilevatori di fumo e monossido di carbonio:** Installa rilevatori di fumo e monossido di carbonio in tutta la casa e controlla regolarmente che siano funzionanti.

**Aspirazione regolare:** Aspira regolarmente il pavimento per rimuovere piccoli oggetti che il bambino potrebbe ingerire accidentalmente, come monetine, bottoni o pezzi di plastica.

**Sostanze pericolose lontane dal bambino:** Farmaci, detersivi e prodotti chimici devono essere conservati in armadietti chiusi a chiave e fuori dalla portata del bambino.

## SICUREZZA ALL'APERTO

**Protezione solare:** Quando esponi il bambino al sole, usa creme solari adatte ai neonati e assicurati che indossi cappelli e vestiti leggeri che coprano la pelle.

**Zanzariere e protezioni dagli insetti:** Se vivi in una zona con molti insetti, utilizza zanzariere per carrozzine o passeggini e assicurati che le finestre di casa siano ben schermate. Se utilizzi repellenti assicurati che siano atossici e soprattutto adatti all'età del bambino.

**Supervisione costante all'aperto:** Quando il bambino è all'aperto, sorveglialo sempre, soprattutto vicino a piscine o fonti d'acqua o piante velenose.

## **AUTO E PASSEGGINO**

Quando viaggi con il tuo bambino, è essenziale garantire la sicurezza durante i tragitti in auto e durante le passeggiate.

### **Seggiolino Auto Omologato**

Utilizza sempre un seggiolino auto omologato e installato correttamente. Il seggiolino deve essere posizionato contro il senso di marcia almeno fino ai 2 anni, poiché questo riduce il rischio di lesioni in caso di incidente.

### **Passeggino Sicuro**

Il passeggino deve avere un'imbracatura a cinque punti per tenere il bambino al sicuro. Assicurati che sia stabile e dotato di freni funzionanti per evitare movimenti improvvisi.

## **SICUREZZA CON ANIMALI DOMESTICI**

**Introduzione graduale:** Se hai animali domestici, assicurati che SIANO ADATTI ALLA CONVIVENZA CON BAMBINI, introducili gradualmente al neonato, sorveglia attentamente ogni interazione. Contatta una addestratrice per un parere esperto.

**Igiene:** Assicurati che gli animali domestici siano sempre puliti e che i loro letti e accessori siano lontani dagli spazi di gioco e di riposo del bambino.

**Spazi separati:** Mantieni separati i giocattoli del bambino da quelli degli animali per evitare contaminazioni.

## EMERGENZE E PRONTO SOCCORSO

**Numero di emergenza a portata di mano:** Assicurati che i numeri di emergenza siano facilmente accessibili, come il pediatra, il pronto soccorso e i numeri di emergenza locali.

**Kit di pronto soccorso:** Tieni sempre un kit di pronto soccorso ben fornito in casa, con tutto il necessario per le piccole emergenze (cerotti, disinfettanti, garze).

**Corsi di primo soccorso:** Considera l'idea di seguire un corso di primo soccorso per neonati e bambini o un corso di distruzione infantile. In modo potrai essere preparato in caso di emergenza.

# Conclusione

Seguire questi consigli per creare un ambiente sicuro per il tuo neonato ti aiuterà a proteggere il bambino da potenziali pericoli e a ridurre al minimo i rischi di incidenti domestici. La sicurezza non è mai troppa quando si tratta di neonati, quindi è importante rimanere sempre vigili e adottare le misure preventive necessarie.

## DICHIARAZIONE DI NON RESPONSABILITÀ:

**Questo manuale** contiene solo una parte delle procedure da mettere in atto per creare un ambiente sicuro. Tuttavia la messa in sicurezza della casa e degli ambienti con questi accorgimenti **non esclude il verificarsi di incidenti domestici**.