



Bambini in Sicurezza



Salvamento Agency
EMERGENZA

Bambini in Sicurezza



Autore

Riccardo Ristori

Prima edizione: **Marzo 2025**

Edita da:

Salvamento Agency Srl

Via Luccoli 24/2 - 16123 Genova - Italy
amministrazione@salvamentoagency.it
salvamentoagency@pec.it
www.salvamentoagency.it

Codice ISBN: **9791298531994**

© 2025 Salvamento Agency Srl

Tutti i diritti sono riservati.

La riproduzione parziale o totale del presente manuale, inclusi testi, immagini e layout, viola i diritti di copyright e privativa ed è punibile a norma di legge.

Progetto grafico e impaginazione

Sara Profeti

Le immagini presenti in questo libro sono state generate con l'ausilio dell'intelligenza artificiale

“

Con la pregevole realizzazione del presente manuale il Dr. Riccardo Ristori, Direttore Generale della Società Nazionale di Salvamento, si è prefisso il non facile compito di elaborare una guida completa, atta a prevenire e contrastare gli eventi avversi in cui possono incorrere i bambini nella loro quotidianità, a cominciare dalla stagione neonatale e via via nel corso delle talora impervie fasi evolutive dello sviluppo psicofisico e dell'accrescimento in generale.

Scorrendo le pagine ed osservando le illustrazioni che arricchiscono il testo, ci si rende conto che le pur numerose attenzioni riservate in via preventiva alla sicurezza dei bambini sono veramente piccola cosa a fronte di tanti pericoli incombenti che talora saltano fuori all'improvviso, arrecando danni non sempre di lieve entità.

Leggiamolo e rileggiamolo quindi... Ci auguriamo che non serva mai, ma, nella malaugurata ipotesi, sapremo almeno cosa fare nell'immediato, tamponando l'evento sfortunato in attesa dei soccorritori professionali.

Genova,

Dott. Fortunato Comparone
PRESIDENTE NAZIONALE DELLA S.N.S.



Benvenuti al corso "Bambini in Sicurezza", una guida completa per garantire la sicurezza dei bambini in vari aspetti della loro vita quotidiana.

Ogni capitolo è dedicato a un'area specifica di prevenzione e sicurezza, con consigli pratici e basati su evidenze scientifiche per ridurre i rischi e promuovere un ambiente sicuro per i nostri bambini.

A Nanna in Sicurezza

A Casa in Sicurezza

In Acqua in Sicurezza

In Strada in Sicurezza

A Tavola in Sicurezza

Primo Soccorso a Tavola

» *A Nanna in Sicurezza* affronta l'importanza di un ambiente sicuro per il sonno dei neonati, con particolare attenzione alla prevenzione della Sudden Infant Death Syndrome (SIDS). Si discute di come posizionare il bambino durante il sonno, l'uso corretto del materasso e l'importanza di un ambiente di sonno privo di oggetti pericolosi.

.....

» *A Casa in sicurezza* esplora le misure di sicurezza all'interno della casa, fornendo suggerimenti su come rendere ogni stanza sicura per i bambini. Il capitolo include consigli sulla sicurezza dei mobili, l'utilizzo sicuro di elettrodomestici e la prevenzione degli incidenti domestici comuni.

.....

» *In Acqua in Sicurezza* è dedicato alla sicurezza in acqua. Questo capitolo offre linee guida per prevenire annegamenti e altri incidenti acquatici. Si discutono tecniche di supervisione efficaci, l'importanza dei dispositivi di galleggiamento e la preparazione ai primi soccorsi per emergenze in acqua.

.....

» *In Strada in Sicurezza* fornisce consigli su come mantenere i bambini al sicuro quando sono fuori casa, in particolare sulle strade. Si parla di sicurezza pedonale, l'uso dei seggiolini auto e le precauzioni da prendere nei parchi giochi e in altre aree pubbliche.

.....

» *A Tavola in Sicurezza* si concentra sui rischi di soffocamento e ingestione per i bambini e offre strategie per prevenire questi incidenti. Include consigli su come introdurre nuovi alimenti durante lo svezzamento e come preparare il cibo in modo sicuro.

.....

» *Primo Soccorso a Tavola*: questo capitolo è essenziale per insegnare ai genitori e ai caregiver come reagire in caso di soffocamento. Spiega dettagliatamente come eseguire le manovre di disostruzione pediatriche e l'importanza di un rapido intervento.

Attraverso "Bambini in Sicurezza", miriamo a fornire ai genitori, ai tutori e ai caregiver le conoscenze e gli strumenti necessari per garantire la sicurezza dei bambini in ogni ambiente.

La sicurezza dei bambini è una priorità assoluta e, con l'istruzione e la preparazione adeguate, possiamo fare significativi passi avanti nella prevenzione degli incidenti e nella creazione di un ambiente sicuro per il loro sviluppo e crescita.



Indice

01

A Nanna in Sicurezza

» pag. 10

02

A Casa in Sicurezza

» pag. 16

03

In Acqua in Sicurezza

» pag. 20

04

In Strada in Sicurezza

» pag. 24

05

A Tavola in Sicurezza

» pag. 28

06

Primo Soccorso a Tavola

» pag. 36

Nanna in Sicurezza

01





**La fase del sonno
è speciale per
lo sviluppo dei
neonati e richiede
un ambiente
sicuro per ridurre
rischi significativi
di Sudden Infant
Death Syndrome
(SIDS), la morte
improvvisa del
neonato.**

COMPRENDERE LA SIDS

La SIDS è la morte improvvisa e inspiegabile di un neonato apparentemente sano sotto l'anno di vita, e si verifica più frequentemente tra il secondo e il quarto mese. Sebbene la causa esatta sia sconosciuta, fattori come problemi nel controllo della respirazione e difficoltà nel risveglio possono contribuire al rischio.

FATTORI DI RISCHIO

» **Età e genere:**

Il rischio è maggiore nei primi mesi di vita, con i maschietti leggermente più a rischio.

» **Condizioni di nascita:**

I neonati prematuri o i gemelli possono avere un rischio maggiore a causa di uno sviluppo più lento del sistema nervoso centrale.

» **Ambiente della nanna:**

Dormire a pancia in giù o su superfici morbide aumenta i rischi, così come la presenza di fumo nell'ambiente.

CREARE UN AMBIENTE PER LA NANNA IN SICUREZZA

La sicurezza durante il sonno dei neonati inizia con la creazione di un ambiente ottimale che minimizzi i rischi per la loro salute, in particolare quelli associati alla Sudden Infant Death Syndrome (SIDS). Di seguito, sono descritte le pratiche raccomandate per assicurare che il sonno sia il più sicuro possibile.

numerosi studi che dimostrano una significativa riduzione del rischio di SIDS quando i neonati dormono in questa posizione. È importante evitare di far dormire i neonati sulla pancia o di lato, poiché queste posizioni, contrariamente a quanto si credeva in passato, possono compromettere le vie respiratorie, aumentare il rischio di inalazione da rigurgito e aumentare il rischio di soffocamento.

POSIZIONE PER IL SONNO

La posizione raccomandata per il sonno dei neonati è sulla schiena, a pancia in su. Questa pratica, spesso denominata "Back to Sleep", è supportata da

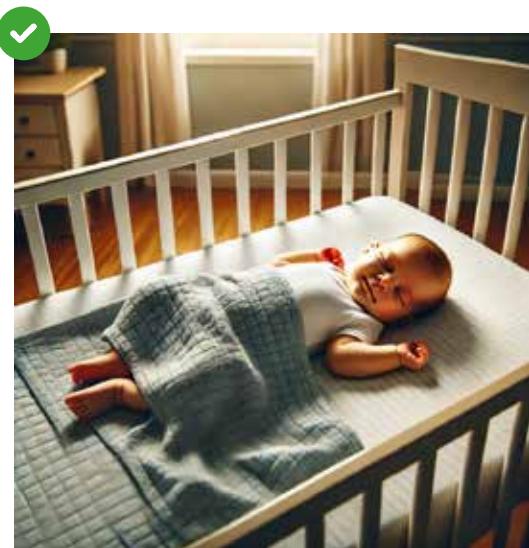
IL LETTINO

Materasso:

Utilizzare un materasso rigido e piatto è fondamentale. I materassi morbidi possono conformarsi al viso del bambino, aumentando il rischio di soffocamento. Assicurarsi che il materasso sia aderente ai bordi del lettino per non lasciare spazi in cui il bambino potrebbe rimanere intrappolato.

» **Cuscini e Giocattoli:**

Il lettino dovrebbe essere libero da cuscini, peluches e coperte pesanti. Questi oggetti possono essere pericolosi, poiché i neonati non hanno la capacità di muoversi efficacemente per evitare di coprirsi il viso e possono quindi rischiare di soffocare.



» **Coperte:**

Se si utilizzassero coperte, queste dovrebbero essere leggere e ben fissate o infilate sotto il materasso, arrivando solo fino al torace del bambino, con le braccia fuori, per evitare che si copra il viso durante il sonno.



» **Aria Pulita:**

L'ambiente dovrebbe essere privo di fumo e di contaminanti. I bambini che sono esposti al fumo di tabacco hanno un rischio maggiore di SIDS. È anche importante evitare il contatto tra il neonato e abiti che possano avere residui di fumo.



AMBIENTE DI SONNO

» **Temperatura:**

Mantenere una temperatura ambiente confortevole, intorno ai 20°C (durante l'inverno), è importante per evitare che il bambino abbia troppo caldo o troppo freddo.

Un ambiente troppo caldo è stato associato ad un aumento dei casi di SIDS.

Implementando queste misure, i genitori possono creare un ambiente di sonno sicuro e confortevole che riduce significativamente i rischi associati alla SIDS e altri problemi legati al sonno nei neonati.

IL CO-SLEEPING

Il co-sleeping, o la pratica di dormire nel letto con i genitori, è una pratica comune in molte culture ma porta con sé potenziali rischi:

» **Definizione:**

Il co-sleeping si riferisce alla pratica di dormire vicino ai propri figli, che può variare dal condividere lo stesso letto a utilizzare dispositivi separati ma adiacenti, come culle affiancate.

» **Rischi associati:**

Aumento del rischio di SIDS, particolarmente se il neonato dorme in un letto adulto senza le adeguate precauzioni.

» **Pratiche sicure:**

Se si sceglie il co-sleeping, è preferibile che il neonato dorma in una appendice adiacente al letto dei genitori per ridurre i rischi di soffocamento o schiacciamento.



PRATICHE E PRODOTTI CONSIGLIATI

» **Lettino sicuro:**

Assicurarsi che il lettino sia libero da oggetti soffici e utilizzare solo lenzuola ben aderenti.

» **Monitoraggio e sicurezza:**

i dispositivi di monitoraggio non possono prevenire la SIDS e non aumentano la sicurezza, meglio evitarli.

EDUCAZIONE E SUPPORTO PER I GENITORI

» **Fonti di informazione:**

Incoraggiare i genitori a informarsi attraverso fonti affidabili e aggiornate.

» **Importanza dei corsi di primo soccorso:**

La conoscenza delle tecniche di primo soccorso e rianimazione può essere vitale in caso di emergenze.

che possono fare la differenza nella vita dei loro bambini.

Attraverso l'educazione continua e l'applicazione di queste pratiche, i genitori possono sentirsi più sicuri nella gestione del sonno dei loro piccoli, sapendo di aver fatto tutto il possibile per offrire un ambiente di riposo non solo confortevole ma soprattutto sicuro.

CONCLUSIONE: COSTRUIRE UN AMBIENTE DI NANNA SICURO

La creazione di un ambiente di sonno sicuro è essenziale per il benessere dei neonati. Le misure preventive delineate in questo capitolo sono concepite non solo per ridurre il rischio di SIDS, ma anche per promuovere una pratica consapevole e informata del sonno sicuro tra i genitori.

La comprensione approfondita di ciascun fattore di rischio permette ai genitori di prendere decisioni informate



**Ogni azione intrapresa
oggi per proteggere
i nostri bambini
contribuirà a formare
una base solida per la
loro salute e sicurezza
future.**

A Casa in Sicurezza

02





La casa rappresenta il primo ambiente esplorativo per un bambino, dove si sviluppano le prime interazioni con il mondo circostante.

Questo spazio, per quanto familiare e accogliente, nasconde numerosi rischi, specialmente man mano che il bambino cresce e diventa più mobile.

È fondamentale, quindi, adottare misure di sicurezza che accompagnino il suo sviluppo psicomotorio rapidamente mutevole.

RISCHI E PREVENZIONE DELLE CADUTE

» **Fasi di sviluppo e rischi:**

Nei primi mesi di vita, il rischio di caduta è spesso legato alla disattenzione degli adulti; un bambino può cadere da superfici non sicure come il bordo di un divano o un fasciatoio. Man mano che cresce, il bambino inizia a rotolarsi, a sedersi e infine a spostarsi da solo, aumentando il rischio di cadute accidentali.

» **Misure preventive specifiche:**

› **Sicurezza domestica:**

Non lasciare mai il bambino incustodito su superfici elevate come fasciatoi o letti senza sponde.

› **Uso di cancelletti:**

Installare cancelletti di sicurezza per bloccare l'accesso a scale o zone potenzialmente pericolose.

› **Protezioni per finestre:**

Assicurarsi che tutte le finestre siano dotate di blocca-finestre o sbarre che impediscano aperture pericolose.



» Prevenzione dell'Avvelenamento e lesioni

› Prodotti pericolosi:

Mantenere prodotti chimici, detersivi, medicinali e oggetti piccoli e appuntiti fuori dalla portata dei bambini.
Utilizzare armadietti chiusi a chiave o collocati in altezza.

› Strumenti e utensili:

Gli utensili da cucina e gli attrezzi per il bricolage devono essere conservati in luoghi inaccessibili ai bambini.

› Educazione precoce:

Insegnare ai bambini a riconoscere i pericoli, come il calore e gli oggetti taglienti, e a evitare comportamenti rischiosi.

» Sicurezza nella Cucina

› Cottura e apparecchi elettrici:

Monitorare costantemente i bambini in cucina e utilizzare dispositivi di sicurezza come coperture per i pomelli del gas e blocca-cassetti.

› Prevenzione delle scottature:

Educare i bambini sul rischio di scottature da oggetti caldi come ferri da stirto e fornelli.



» Pronto Intervento

- › **Kit di pronto soccorso:**
Mantenere un kit di pronto soccorso aggiornato e facilmente accessibile.
- › **Informazioni vitali:**
Avere a portata di mano i numeri del centro antiveneni e del pronto soccorso, e istruire tutti i membri della famiglia su come utilizzarli.

CONCLUSIONE: UN AMBIENTE SICURO PER CRESCERE

In casa, ogni angolo può trasformarsi in un'area di gioco e scoperta per i nostri bambini. Assicurare la loro sicurezza è il nostro compito più importante, trasformando il nostro spazio in un luogo sicuro e stimolante. Attraverso misure preventive adeguate e un'educazione consapevole ai pericoli domestici, possiamo offrire ai nostri bambini la libertà di esplorare e apprendere in sicurezza, sostenendo il loro percorso di crescita in un ambiente che promuove curiosità e sviluppo senza sacrificare la tranquillità.



**Create questo
equilibrio è essenziale
per permettere loro
di vivere le prime
avventure della
vita con la giusta
dose di protezione e
indipendenza.**

In Acqua in Sicurezza

03





L'acqua affascina i bambini, ma può anche nascondere pericoli significativi. Gli annegamenti rappresentano la seconda causa di morte accidentale tra i bambini, soprattutto nei maschi di età compresa tra 2 e 4 anni.

Un approccio consapevole e una vigilanza costante sono essenziali per garantire la loro sicurezza in acqua.

DINAMICHE DI RISCHIO

» **Attrazione e Pericolosità:**

I bambini piccoli sono naturalmente attratti dall'acqua ma non comprendono i suoi pericoli. Questa fascia d'età è particolarmente vulnerabile perché ha acquisito la capacità di camminare ma non quella di valutare i rischi.

» **Sorveglianza e Distrazione:**

Molti incidenti avvengono sotto la supervisione di un adulto. La distrazione, spesso legata all'uso di smartphone, può ridurre drasticamente l'efficacia della sorveglianza.

PREVENZIONE E SICUREZZA

» **Supervisione Attenta:**

Non lasciare mai i bambini senza supervisione vicino all'acqua, nemmeno per brevi momenti. Anche le piscine poco profonde richiedono una vigilanza attiva.

» **Ambienti Controllati:**

Preferire luoghi di balneazione sorvegliati da bagnini qualificati. A casa, recintare le piscine e dotarle di sistemi di allarme.

» **Educazione Acquatica:**

I corsi di nuoto non sono solo un'attività ricreativa ma una misura di sicurezza vitale. Insegnare ai bambini a nuotare e a riconoscere i segnali di pericolo.

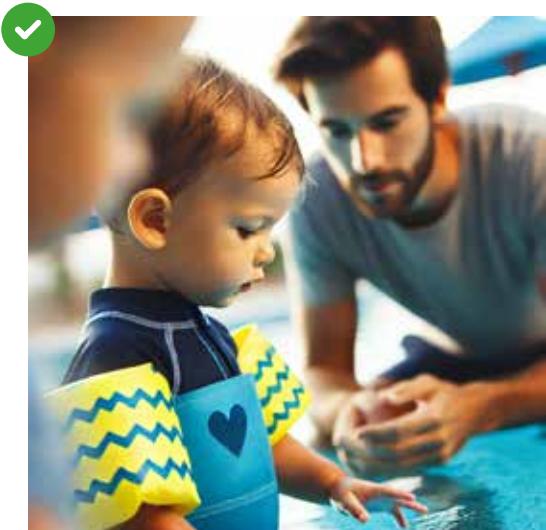
SPECIFICHE

» **Uso Corretto di Galleggianti e Salvagenti:**

Assicurarsi che i bambini utilizzino dispositivi di galleggiamento certificati e adatti alla loro età e peso.

» **Conoscenza dell'Ambiente:**

Educare i bambini sui pericoli specifici come correnti, venti, e fondali. Evitare l'uso di materassini in mare aperto e insegnare il significato delle bandiere di sicurezza sulla spiaggia.



PROTEZIONE DAL SOLE E IDRATAZIONE

» **Cura della Pelle:**

La pelle dei bambini è particolarmente sensibile. Usare creme solari ad alto fattore di protezione e rinnovare l'applicazione frequentemente, soprattutto dopo il bagno.

» **Evitare le Ore più Calde:**

Limitare l'esposizione al sole nelle ore centrali della giornata e utilizzare cappellini e occhiali da sole per proteggere occhi e testa.

EDUCAZIONE CONTINUA

» **Sicurezza Attiva:**

Insegnare ai bambini le regole base della sicurezza in acqua attraverso giochi e attività interattive che rafforzano la loro capacità di risposta in caso di emergenza.

» **Primo Soccorso:**

Formare i genitori sulle tecniche di primo soccorso specifiche per gli annegamenti, compreso l'uso efficace delle attrezzature di salvataggio.

CONCLUSIONE: COLTIVARE LA SICUREZZA NELL'ACQUA

L'acqua è una fonte di gioia e scoperta per i nostri bambini, ma richiede il nostro impegno costante per trasformarla in un ambiente sicuro. Educare i bambini alla sicurezza in acqua non è solo una lezione, ma un dono che li accompagna per tutta la vita, fornendo loro gli strumenti per godere delle sue meraviglie con rispetto e prudenza.

Ogni momento passato ad insegnare a nuotare, a riconoscere i pericoli naturali, e a praticare il salvataggio, costruisce una base solida per la loro autonomia e sicurezza. Con queste conoscenze, i bambini possono non solo proteggersi, ma anche valorizzare e rispettare l'ambiente acquatico che li circonda.



La sicurezza in acqua si coltiva con amore e dedizione, trasformando ogni spiaggia e piscina in un luogo di gioia sicura e controllata.

In Strada in Sicurezza

04





La strada è un luogo di quotidiana mobilità e di potenziali pericoli, in particolare per i bambini. In Italia, gli incidenti stradali sono la principale causa di mortalità infantile tra i 5 e i 14 anni.

La consapevolezza dei rischi e la preparazione adeguata sono fondamentali per proteggere i nostri giovani viaggiatori.

L'IMPORTANZA DEI SEGGIOLINI AUTO

» **Statistiche Allarmanti:**

Ogni anno, quasi due bambini a settimana perdono la vita su strade italiane. L'uso corretto dei seggiolini auto mostra che 9 bambini su 10 sopravvivono agli incidenti se correttamente assicurati.

» **Dinamica dell'Incidente:**

Un bambino di 10 kg in un veicolo che si scontra a 50 km/h genera una forza di circa 250 kg. Questa forza è oltre la capacità umana di contenimento con le braccia, sottolineando la necessità critica di sistemi di ritenuta adeguati.

NORMATIVE E PRATICHE SUI SEGGIOLINI

» **Legislazione Italiana:**

La legge italiana conformemente alle direttive europee ECE R44/04 e i-Size (ECE R129) richiede l'uso di seggiolini auto adeguati alla statura e al peso del bambino fino a 36 kg o fino a 12 anni di età. La scelta tra i sistemi dipende dal modello del veicolo e dalla crescita del bambino.

» **Sistema ISOFIX:**

Il sistema ISOFIX è una delle innovazioni più significative in termini di sicurezza del seggiolino. Consente il montaggio del seggiolino direttamente ai punti di ancoraggio della vettura, eliminando la necessità delle cinture di sicurezza e riducendo gli errori di installazione.



» **Kit Anti-Abbandono:**

Il kit anti-abbandono, reso obbligatorio recentemente in Italia, è un dispositivo di sicurezza vitale che mira a prevenire una tragedia troppo spesso sottovalutata: l'abbandono involontario dei bambini in auto. Questo rischio può essere dovuto ad un fenomeno noto come "blackout" o "dissociazione da stress", in cui lo stress elevato o la routine alterata possono portare a dimenticanze gravi, come lasciare involontariamente il proprio bambino in auto. Il sistema anti-abbandono serve come un'allerta critica salvavita, avvisando i genitori attraverso segnali sonori o visivi se il bambino viene lasciato incustodito nell'auto.



SICUREZZA OLTRE L'AUTO

» **Caschi e Protezioni:**

La protezione dei bambini non si limita

all'auto. L'uso dei caschi è vitale per attività come il ciclismo, il pattinaggio o l'uso di monopattini. Questi dispositivi devono essere omologati e correttamente dimensionati per essere efficaci.

» **Educazione Stradale:**

Impartire nozioni di educazione stradale fin dalla tenera età è cruciale. Questo include insegnare ai bambini a riconoscere e rispettare i semafori, le strisce pedonali, e adottare comportamenti prudenti su strada.

CONCLUSIONI: NOI CUSTODI DELLA LORO SICUREZZA

Come custodi della sicurezza dei nostri bambini, dobbiamo assumerci la responsabilità di insegnare, guidare e proteggere. L'adozione di misure di sicurezza appropriate, sia in auto che fuori, non solo salva vite ma insegna ai bambini l'importanza di vivere in modo responsabile. Educare i nostri figli sull'uso corretto dei seggiolini, sull'importanza dei caschi e sul rispetto delle regole stradali non è solo un dovere ma un investimento nella loro sicurezza futura.



Siamo noi a plasmare il loro senso di responsabilità e precauzione, che li accompagnerà per tutta la vita.

A Tavola in Sicurezza

05





A Tavola in Sicurezza

SOFFOCAMENTO E INGESTIONE: PRINCIPALI RISCHI PEDIATRICI

Il soffocamento si verifica quando un oggetto o un alimento si blocca nelle vie aeree (le ostruisce), causando potenzialmente la morte per asfissia. Mentre l'ingestione accidentale di piccoli oggetti può portare a complicazioni nel tratto gastrointestinale.

DEGLUTIZIONE E SVILUPPO MASTICATORIO NEI NEONATI

I neonati nella fase della "deglutizione infantile" per un allattamento efficace, generano un sigillo efficace tra la bocca e il capezzolo materno che consente una facile aspirazione del latte. Questo metodo non impiega la muscolatura masticatoria. Complicazioni come la disfagia possono apparire nei primi mesi, ma generalmente non causano problemi gravi, sebbene neonati con condizioni speciali possano essere a rischio.

TRANSIZIONE ALLA DEGLUTIZIONE MISTA

Dal sesto mese, i bambini iniziano a passare alla deglutizione mista, necessaria per lo svezzamento e la masticazione di alimenti semi-solidi. L'apprendimento della masticazione di alimenti di varia consistenza avviene con lo sviluppo neurologico e l'eruzione dei primi denti. Durante la masticazione, la lingua e il palato molle collaborano per spostare il cibo verso il faringe, mantenendo il cibo lontano dalle vie respiratorie.

STRATEGIE DI PREVENZIONE E RIDUZIONE DEI RISCHI

L'adozione di misure preventive può ridurre significativamente i decessi per inalazione e ingestione di corpi estranei. Dati statistici evidenziano una mortalità infantile che, seppur ridotta, rimane un problema di sanità pubblica. Gli episodi noti come BRUE (Brief Resolved Unexplained Events), precedentemente definiti ALTE (Apparent Life-Threatening Events), sono eventi in cui il bambino presenta segni preoccupanti che si risolvono rapidamente senza

spiegazione apparente, spesso scambiati per emergenze.

La presenza di fratelli maggiori può aumentare il rischio di soffocamento a causa della presenza di giocattoli e cibi non adatti ai più piccoli.

Un'efficace strategia preventiva è modificare la forma degli alimenti per ridurne i rischi: **spezzettare i cibi rotondi (uva, ciliegie) o cilindrici (wurstel, salsicce, carote) può diminuire significativamente il rischio di soffocamento.** La tecnica di taglio consigliata include l'uso sicuro del coltello per prevenire infortuni, garantendo che il cibo sia facilmente gestibile per il bambino.



ALTRI RISCHI E PRECAUZIONI

Oltre agli alimenti, oggetti come palloncini in lattice, monete e batterie al litio, rappresentano pericoli significativi, con quest'ultime che richiedono spesso la rimozione endoscopica a causa di potenziali danni al sistema digestivo. La sicurezza alimentare richiede una continua vigilanza e una corretta formazione dei genitori su tecniche di primo soccorso, essenziali per intervenire efficacemente in caso di emergenza.

MISURE PREVENTIVE PER ETÀ

Nei Primissimi Mesi di Vita

Nei primi quattro mesi, è fondamentale comprendere e rispettare i riflessi naturali del neonato, che spesso possono essere scambiati per segni di ostruzione delle vie aeree:

» **Riflesso Chemio Laringeo:**

Questo riflesso può causare un rigurgito fisiologico seguito da una chiusura protettiva delle vie aeree, che si risolve da sola senza interventi

esterni. Interventi non necessari come pacche sul dorso possono essere dannosi.

» **Cambi di Colorito:**

Durante il pianto o il sonno, i neonati possono mostrare cambiamenti rapidi e marcati di colorazione della pelle, che non indicano necessariamente problemi respiratori.

» **Apnea in Preparazione al Pianto:**

Il neonato può trattenere il respiro per alcuni secondi prima di piangere, un comportamento normale e non indicativo di problemi respiratori.

» **Rigurgito Nasale:**

Questo può accadere a causa di una transitoria disfunzione dell'ugola e, sebbene possa essere allarmante, di solito regredisce senza necessità di interventi.

» **Transizione Rapida da Veglia a Sonno:**

Alcuni neonati possono sembrare 'svenire' dopo il pasto o il pianto, ma in realtà stanno semplicemente passando rapidamente alla fase di sonno profondo.

» **Riflesso da Estrusione:**

Presente nei primi mesi, impedisce l'ingresso di solidi in bocca. Durante

questo periodo, i neonati non sono in grado di portare oggetti alla bocca, riducendo il rischio di ostruzione delle vie aeree.

Importanza del Ciuccio:

È consigliato l'uso di ciucci di un solo pezzo, da sostituire regolarmente, per minimizzare il rischio di incidenti. Queste indicazioni, in accordo con l'American Academy of Pediatrics (AAP) pongono l'accento sulla necessità di una vigilanza attenta da parte dei genitori senza interventi precipitosi, sottolineando l'importanza di interpretare correttamente i comportamenti fisiologici dei lattanti per prevenire reazioni inadeguate che potrebbero essere più dannose che utili.



Dai 6 ai 9 mesi

Le linee guida suggeriscono che dai 6 ai 9 mesi, offrire alimenti a pezzetti come pezzi morbidi e allungati che i bambini possono afferrare con la presa palmare è benefico.

Questo aiuta nello sviluppo della coordinazione mano-bocca e permette loro di esplorare diverse consistenze del cibo, il che si allinea bene con i principi dello svezzamento guidato dal bambino, dove i bambini controllano il proprio consumo di cibo, esplorando e imparando più attivamente al proprio ritmo.

» **Finger food morbido:**

Offrire alimenti come banane mature, avocado, o patate dolci cotte che sono abbastanza morbidi da essere schiacciati con le dita. Questi alimenti devono essere tagliati in strisce lunghe e sottili o in pezzi molto piccoli che i bambini possono facilmente afferrare e portare alla loro bocca.

» **Verdure cotte:**

Carote, zucchine, e broccoli cotti fino a quando non diventano molto morbidi e poi tagliati in pezzi adeguati.

Dai 9 ai 18 mesi

Dai 9 mesi in poi, man mano che i bambini sviluppano abilità motorie più fini, offrire pezzetti di cibo più piccoli che possono raccogliere con pollice e indice (presa a pinza) è raccomandato. Questo migliora ulteriormente la loro destrezza e capacità di gestire diverse consistenze e forme.

» **Cibi da prensione a pinza:**

Pezzi di frutta morbida come pere o meloni, tagliati in piccoli cubetti o pezzi che i bambini possono raccogliere con pollice e indice.

» **Pezzetti di proteine:**

Pollo o pesce cotto e tritato o frullato per evitare pezzi troppo grandi o duri.

Dai 18 ai 24 mesi

Tra i 18 e i 24 mesi, man mano che le abilità di masticazione dei bambini migliorano con l'eruzione dei molari primari, possono gestire cibi più solidi.

È importante continuare ad evitare forme rotonde e cilindriche per minimizzare i rischi di soffocamento. Assicurare che il cibo sia tagliato in pezzi piccoli e gestibili rimane cruciale per la sicurezza.

» **Cibi con consistenze più dure:**

È possibile introdurre gradualmente alimenti con consistenze più dure come carote crude tagliate sottilmente, mele cotte o crude grattugiate (per evitare pezzi di mela dura che possono essere difficili da masticare).

» **Alimenti comuni:**

Pasta cucinata morbida, piccoli pezzi di pane morbido, piccoli pezzi di formaggio.

ALIMENTI A RISCHIO

Alcuni alimenti sono particolarmente rischiosi e vanno offerti in forma sicura:

» **Uva e pomodorini:**

Tagliarli in quarti.

» **Wurstel e banane:**

Tagliarli longitudinalmente e poi in pezzi più piccoli.

» **Carne e pesce:**

Rimuovere grasso e ossa e tagliare a piccoli pezzi.

» **Formaggi molli come la mozzarella:**

Evitare di riscaldarli per prevenire il

rischio che diventino collosi e difficili da masticare.

Questi consigli sono basati su una revisione delle pratiche sicure per ridurre il rischio di soffocamento nei bambini, sostenendo l'importanza di adattare la forma e la dimensione degli alimenti all'età e alle capacità di masticazione e degluttione del bambino (HealthyChildren.org) (AAP Publications).



SVEZZAMENTO

Per tutti i tipi di svezzamento, incluso quello tradizionale e quello guidato dal bambino, è essenziale non affrettare

l'introduzione di solidi prima dei 6 mesi. L'American Academy of Pediatrics raccomanda che i bambini siano allattati esclusivamente al seno o con formula fino a circa 6 mesi di età, seguiti dall'introduzione di cibi fortificati con ferro insieme alla continuazione dell'allattamento al seno o della formula. Lo svezzamento guidato dal bambino, dove il bambino partecipa ai pasti familiari e si nutre da solo fin dall'inizio, è supportato, purché gli alimenti siano appropriati per dimensione e consistenza per prevenire i rischi di soffocamento.

Svezzamento e Prevenzione del Rischio di Soffocamento

Le tecniche di svezzamento, sia tradizionale che autosvezzamento o un approccio misto, non hanno mostrato differenze significative in termini di sicurezza rispetto al rischio di soffocamento. È fondamentale:

- » Iniziare l'introduzione di cibi solidi solo dopo i 6 mesi di età, quando diminuisce il riflesso di estrusione e si sviluppa la capacità di gestire diversi tipi di alimenti.
- » Non lasciare mai il bambino da solo durante i pasti.
- » Assicurarsi che il bambino mangi in posizione eretta e ben sostenuta.
- » Non forzare mai l'introduzione di cibo

- nella bocca del bambino.
- » Conoscere e saper applicare le manovre di disostruzione pediatriche.

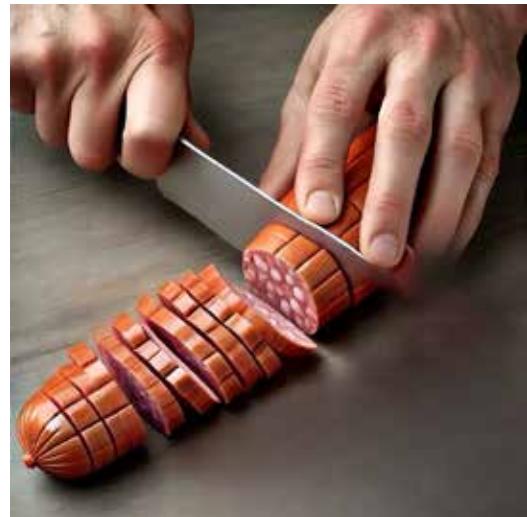
CONCLUSIONE: CUSTODI DELLA SICUREZZA ALIMENTARE

Mentre i nostri bambini crescono e scoprono il mondo, uno dei nostri compiti più importanti è assicurare che il loro percorso sia sicuro e nutriente, soprattutto a tavola.

Ogni fase dello sviluppo porta nuove sfide e opportunità per insegnare abilità vitali, dalla presa sicura del cibo alla masticazione consapevole. Educare i bambini sul come affrontare i vari alimenti non solo previene rischi immediati come il soffocamento, ma pone le basi per abitudini alimentari sane che dureranno una vita.

Nel nostro ruolo di custodi, non solo proteggiamo i loro corpi, ma nutriamo anche le loro menti, permettendo loro di esplorare, sperimentare e godere di ogni boccone con gioia e sicurezza.

La nostra vigilanza e il nostro insegnamento sono doni di amore, che costruiscono un ambiente sicuro nel quale possono crescere liberamente e con fiducia.



È fondamentale conoscere e applicare correttamente le manovre di disostruzione pediatriche per rispondere prontamente in situazioni di emergenza.

Primo Soccorso a Tavola

06





Le manovre di disostruzione nei bambini sono cruciali quando si verifica un episodio di soffocamento acuto.

DEFINIZIONI PER ETÀ

- » neonato, primo anno di vita;
- » bambino oltre il primo anno di vita e fino alla pubertà.

OSTRUZIONE PARZIALE O TOTALE

È importante distinguere tra ostruzione parziale e totale delle vie aeree. Se il bambino può ancora tossire o respirare, si dovrebbe incoraggiarlo a tossire per tentare di rimuovere l'ostruzione autonomamente. Non bisogna effettuare manovre fisiche se l'ostruzione è solo parziale per evitare di aggravare la situazione.

Nel caso di ostruzione totale, dove il bambino non riesce a tossire, parlare o respirare, e generalmente si porta entrambe le mani al collo, si deve procedere immediatamente con le manovre di disostruzione.

La manovra di Heimlich è la più conosciuta e raccomandata per i bambini sopra il primo anno di vita. Si effettua posizionandosi dietro al bambino e applicando una serie di pressioni rapide e forti nell'addome, sotto la gabbia toracica e sopra l'ombelico, spingendo verso l'alto per cercare di espellere il corpo estraneo.

MANOVRA DI DISOSTRUZIONE PER BAMBINI OLTRE 1 ANNO (MANOVRA DI HEIMLICH)

1. Posizione:

Posizionarsi alle spalle del bambino e avvolgerlo con le braccia intorno alla parte superiore dell'addome.

2. Supporto:

Chiudere un pugno e posizionarlo appena sopra l'ombelico del bambino, tenendo il pollice verso l'interno, contro l'addome.

3. Compressione:

Coprire il pugno con l'altra mano e spingere verso l'interno e verso l'alto con un movimento rapido e forte.

4. Ripetizione:

Continuare le compressioni fino a quando l'oggetto non viene espulso o fino a quando il bambino non perde conoscenza.

SE IL BAMBINO PERDE CONOSCENZA

1. Allarme:

Chiamare immediatamente il servizio di emergenza (112-118).

2. RCP:

Se il bambino è incosciente, iniziare la RCP con compressione toraciche e ventilazioni di soccorso; rapporto 30:2.

3. Ispezione Orale:

Ogni volta che si aprono le vie aeree per le ventilazioni, controllare se c'è un oggetto visibile in bocca e rimuoverlo se facilmente accessibile, senza effettuare ricerche alla cieca.

Per i lattanti (sotto i 12 mesi)

Le manovre sono leggermente diverse. Non si usa la manovra di Heimlich, ma si alternano colpi sulla schiena e compressioni toraciche mentre il lattante è in posizione supina.

Queste azioni sono progettate per creare una forza sufficiente a dislodare l'ostruzione.

MANOVRA DI DISOSTRUZIONE PER LATTANTI (SOTTO 1 ANNO)

1. Posizione:

Sedersi o inginocchiarsi e tenere il lattante prono (pancia in giù) lungo l'avambraccio, sorreggendo la testa e il collo con la mano, assicurandosi che la testa sia più bassa del torace.

2. Colpi sulla Schiena:

Dare fino a 5 colpi vigorosi tra le scapole del bambino con il palmo della mano libera.

3. Compressioni Toraciche:

Se l'ostruzione persiste, girare il lattante in posizione supina e applicare fino a 5 compressioni toraciche, usando due o tre dita, nel centro del torace, appena sotto la linea dei capezzoli.

4. Valutazione e Ripetizione:

Alternare i colpi sulla schiena e le compressioni toraciche fino alla rimozione dell'ostruzione o fino a quando il lattante non perde conoscenza.



SE IL LATTANTE PERDE CONOSCENZA

1. Allarme:

Chiamare immediatamente il servizio di emergenza (112-118).

2. RCP:

Se il bambino è incosciente, iniziare la RCP con compressione toraciche e ventilazioni di soccorso; rapporto 30:2.

3. Ispezione Orale:

Ogni volta che si aprono le vie aeree per le ventilazioni, controllare se c'è un oggetto visibile in bocca e rimuoverlo se facilmente accessibile, senza effettuare ricerche alla cieca.

Dopo un episodio di soffocamento, anche se risolto, è importante sottoporre il bambino a un controllo medico per assicurarsi che non ci siano danni interni o parti del corpo estraneo rimaste nelle vie aeree.

Queste tecniche di primo soccorso sono vitali e possono salvare la vita in situazioni di emergenza. È importante che i caregiver e i genitori ricevano una formazione regolare su come eseguire correttamente queste manovre.



**La pratica e la formazione
possono fare la differenza
nel gestire efficacemente
una situazione di
soffocamento.**

Appunti





**Bambini
in Sicurezza**

ISBN: 9791298531994

€ 9.00

www.salvamentoagency.it