

# SIDS

## - Sudden Infant Death Syndrome



### Cos'è la SIDS (Sudden Infant Death Syndrome)?

La sindrome della morte improvvisa del lattante (Sudden Infant Death Syndrome - SIDS), conosciuta anche come *morte in culla*, rappresenta il decesso improvviso di un bambino di età compresa tra un mese e un anno senza apparente causa organica.

### Epidemiologia

L'incidenza in Italia è attualmente in riduzione in seguito all'introduzione delle misure preventive e si attesta intorno allo 0,5‰ quindi circa 250 casi/anno. Il picco si attesta fra i 2 e i 4 mesi, soprattutto nei mesi invernali, e risulta rara dopo i 6 mesi d'età.

### Misure preventive

Le cause della morte in culla non sono ancora note. Nonostante ciò, sono state evidenziate alcune correlazioni con determinati fattori di rischio. Alla luce di tali dati, è stato dunque possibile elaborare alcune misure preventive:

- Il bambino deve **dormire in posizione supina** (a pancia in su) sin dai primi giorni di vita.
- Il bambino **dovrebbe dormire nella stanza dei genitori**, vicino al loro letto, ma su una superficie separata (culla o lettino).
- La temperatura dell'ambiente dove dorme il bambino non dovrebbe mai essere eccessivamente calda (andrebbe mantenuta **tra i 18 e i 20 °C**). L'associazione tra eccesso di calore e SIDS è particolarmente evidente nei bambini che dormono in posizione prona.
- Il materasso dovrebbe essere della misura esatta della culla/lettino e sufficientemente rigido e **andrebbe evitato l'uso del cuscino**. Il bambino dovrebbe essere sistemato con i piedi che toccano il fondo della culla o del lettino, in modo che non possa scivolare sotto le coperte.
- Nella culla, **non devono esserci oggetti** che potrebbero soffocare il bambino.
- La condivisione del letto dei genitori (bed sharing) NON è la scelta più sicura (può portare ad un aumento del rischio di SIDS nei primi mesi),
- L'ambiente deve essere libero dal fumo, quindi **non si deve fumare** e soprattutto bisogna evitare che altri fumino in casa
- L'uso del succhiotto durante il sonno ha un effetto protettivo, in ogni caso va proposto dopo il mese di vita (per non interferire con l'inizio dell'allattamento al seno) e sospeso possibilmente entro l'anno di vita (per evitare che disturbi il buon sviluppo dei denti). Il ciuccio non deve essere appeso agli indumenti.
- Prediligere l'allattamento al seno.

## Bibliografia e sitografia

SIDS ([salute.gov.it](http://salute.gov.it))

Morte in culla o SIDS - Ospedale Pediatrico Bambino Gesù ([ospedalebambinogesu.it](http://ospedalebambinogesu.it))

*In nessun caso il presente sito [www.andreanazecchinipediatra.it](http://www.andreanazecchinipediatra.it) e gli autori di contenuti presenti sul sito possono ritenersi responsabili di qualsiasi eventuale danno anche solo ipoteticamente collegabile all'uso di informazioni presenti. Le eventuali informazioni o indicazioni, dirette o indirette, contenute in questo sito non devono in alcun modo sostituire una consultazione medica e/o specialistica. Si declina pertanto ogni responsabilità per danni, pretese o perdite, dirette o indirette, derivanti in qualsiasi forma all'utente dalla visione, dall'uso e/o dal funzionamento del sito [www.andreanazecchinipediatra.it](http://www.andreanazecchinipediatra.it) o dei siti di terzi raggiunti tramite links in esso indicati. È vietata la copia e la riproduzione dei contenuti e immagini in qualsiasi forma. È vietata la redistribuzione e la pubblicazione di contenuti e immagini senza l'autorizzazione espressa dagli autori*