

Casa Dolce Casa



Una casa
sicura
per i più
piccoli



PIANO DELLA
PREVENZIONE
VALLE D'AOSTA



Casa Sicura

Un Progetto dell'Azienda USL Valle d'Aosta
Dipartimento di Prevenzione

Campagna di sensibilizzazione
del Dipartimento di Prevenzione
Servizio di igiene e Sanità Pubblica

A cura del gruppo di lavoro
Prevenzione Incidenti Domestici nella prima infanzia
Assistenti sanitarie: Nadia Minerdo e Cinzia Morina
Tecnico della Prevenzione: Elisa Ciocchetti
Coordinatore: Dott.ssa Maria Paola Farinelli, pediatra





Casa dolce casa
Una casa sicura per i più piccoli





PRESENTAZIONE

“Casa dolce casa - Una casa sicura per i più piccoli”

L'azienda USL della Valle d'Aosta lancia la Campagna di sensibilizzazione per la prevenzione degli incidenti domestici nella prima infanzia.

In Italia si registrano ogni anno oltre 600 mila accessi al pronto soccorso pediatrico conseguenti a infortuni accaduti in casa.

Per costruire la sicurezza dei bambini nei luoghi a loro più famigliari è necessario che genitori e caregiver pongano maggior attenzione alle abitudini da adottare.

Le cause più frequenti di incidenti nelle abitazioni sono le **cadute** (55%), le **ferite da taglio** (17%), **gli urti e schiacciamenti** (14%), le **ustioni termiche o chimiche** (7%).

Il rischio aumenta e si modifica a seconda dell'età del bambino. Per questo l'attenzione di genitori e caregiver deve rimanere sempre vigile e tener conto dei fattori di crescita dei piccoli.

Da 0 a 3 mesi:

- Non ti allontanare mentre cambi il bambino
- L'altezza è un pericolo per le cadute
- La temperatura ideale dell'acqua è 35 - 37° C
- Corica il bambino sempre sulla schiena
- La temperatura del biberon non deve superare i 35°C
- Evita l'uso di braccialetti, collane, orecchini



Da 6 a 12 mesi:

- Usa i copri prese elettriche
- I detersivi e gli alcolici sono pericolosi
- I piccoli oggetti possono essere pericolosi
- Fissa bene le tende
- Utilizza i cancelli per le scale

Da 12 a 24 mesi:

- Controlla la presenza di piante velenose
- Fai attenzione ai pavimenti bagnati
- Non lasciare oggetti pericolosi alla sua portata
- Installa le chiusure di sicurezza su mobili, porte e finestre
- Utilizza i parasigoli
- Non lasciarlo solo sui balconi

Da 24 mesi:

- Tieni fuori dalla sua portata gli apparecchi elettrici
- Fissa i mobili alla parete
- Fai attenzione ai sacchetti di plastica
- Vigila sul rapporto con gli animali
- Fai attenzione ai cibi che possono soffocarlo
- Proteggi i fornelli con la barriera di sicurezza

Poi ricordati sempre di...

- Controllare che i giocattoli abbiano il marchio CE
- Fare attenzione alle possibili sorgenti di gas
- Utilizzare il dispositivo anti-abbandono
- Non perdere mai di vista il bambino
- Non perderlo di vista quando è vicino o dentro l'acqua
- Bloccare le porte posteriori dell'auto
- Utilizzare sempre il seggiolino e la cintura di sicurezza



Si può dire che la prima causa degli incidenti domestici vada ricercata nella convinzione generalizzata che la casa, e in particolare la propria casa, sia un posto sicuro.

Questa convinzione è confermata dallo studio **PASSI** (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia).

L'incidenza degli infortuni domestici è difficilmente stimabile, in quanto a livello nazionale le fonti di rilevazione appaiono disomogenee e carenti nei contenuti informativi, non esiste cioè un sistema "corrente" di rilevazione del fenomeno, che permetta un corretto confronto tra le diverse regioni in funzione anche dei fattori di rischio che determinano gli eventi (*per "corrente" intendiamo un sistema che registri "tutti" gli eventi di quella fattispecie in modo sistematico*). I dati di morbosità, ad esempio, sono clamorosamente sottostimati. Infatti, la maggior parte degli eventi non gravi, non accedendo alla rete ospedaliera e non confluendo così in un sistema corrente di registrazione, sfugge all'osservazione.

L'Istituto nazionale di Statistica (ISTAT) nell'ambito delle proprie rilevazioni "Indagini multiscopo sulle famiglie italiane - Aspetti della vita quotidiana" (ISTAT 2014) definisce l'infortunio domestico come un **evento dannoso** che presenta le seguenti caratteristiche:

- comporta la compromissione temporanea o definitiva delle condizioni di salute di una persona, a causa di lesioni di vario tipo;
- è accidentale, si verifica cioè indipendentemente dalla volontà umana;
- si verifica in un'abitazione, intesa come l'insieme dell'appartamento e di eventuali estensioni esterne (balconi, giardino, garage, cantina, scala, etc.).



Epidemiologia degli incidenti domestici

A livello internazionale, varie istituzioni pubbliche e organizzazioni private forniscono dati sulla salute della popolazione, inclusi quelli sugli infortuni.

Analizzando i dati del Global Burden of Disease (<https://vizhub.healthdata.org/gbd-results>) emerge come nel 2010 gli incidenti non intenzionali abbiano causato nel mondo il 18% dei decessi tra bambini e adolescenti di età compresa tra gli 1 e i 19 anni.

Considerando le classi di età, si può osservare come questi siano responsabili del 12,6% delle morti per i bambini tra gli 1 e i 4 anni fino a raggiungere il 28,8% per i ragazzi di età compresa tra i 15 e i 19 anni. I tassi di mortalità variano da 68/100.000 per le regioni dell'Africa subsahariana occidentale a 6,4/100.000 per l'Europa occidentale.

Le cause principali sono gli incidenti stradali, seguiti da annegamento, ustioni e cadute. I bambini maschi sono i più esposti agli incidenti non intenzionali, a eccezione delle ustioni che coinvolgono maggiormente le femmine dei paesi a medio e basso reddito. Secondo lo stesso database in Italia nel 2019 sono deceduti circa 60 bambini di età inferiore ai 4 anni per eventi di natura traumatica. L'offerta informativa più dettagliata e aggiornata sugli incidenti domestici è fornita dai sistemi dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e dell'EUROSTAT nell'ambito della banca dati europea European Injury Data Base (IDB) (EuroSafe 2014) che fornisce i tassi di incidenza degli infortuni in base al luogo di accadimento, i.e. casa, strada, scuola, sport e tempo libero. Il database racchiude informazioni che vanno dal 1996 a oggi e comprendono dati anagrafici dell'infortunato e dettagli dell'infortunio domestico (giorno, ora, luogo, modalità, attività svolta, oggetto coinvolto, tipo di lesione, parte del corpo), oltre che informazioni relative a cause imputabili a violenza, suicidi, infortuni stradali e sportivi.



In base a questo rapporto lo scenario appare piuttosto preoccupante.

La quota maggiore di lesioni trattate in ospedale (74%) riguarda la casa, il tempo libero e lo sport.

Nei bambini di età inferiore ai 14 anni la prima causa di morte è rappresentata dagli infortuni di natura accidentale, che interessano maggiormente il genere maschile. Per quanto concerne gli infortuni non mortali, per i bambini di età inferiore ai 5 anni circa il 64% degli infortuni è avvenuto in casa a seguito di una caduta.

Un importante contributo alla conoscenza della dimensione del fenomeno degli incidenti domestici in Italia è rappresentato dal sistema di indagini multiscopo sulle famiglie sviluppato dall'ISTAT. Si tratta di indagini di natura campionaria che l'ISTAT svolge periodicamente, con le quali indaga su diversi aspetti della vita quotidiana: relazioni familiari, condizioni abitative e della zona in cui si vive, condizioni di salute e stili di vita, comportamenti legati al tempo libero e alla cultura, rapporto con vecchie e nuove tecnologie, rapporto dei cittadini con i servizi di pubblica utilità, oltre che sulle condizioni di salute e sul ricorso ai servizi di assistenza sociale e sanitaria.

I dati relativi all'accadimento degli infortuni domestici sono riportati nell'ambito dell'indagine "Aspetti della vita quotidiana".

L'indagine che riguarda gli incidenti domestici è effettuata tramite auto compilazione di un questionario, e rileva informazioni in merito alle persone che dichiarano di essere andate incontro, nei tre mesi precedenti l'intervista, a un incidente a causa del quale hanno subito una compromissione temporanea o definitiva delle condizioni di salute per ferite, fratture, contusioni, lussazioni, ustioni o altre lesioni.



L'enorme vantaggio di tale indagine è la registrazione di eventi su scala nazionale, comprendendo anche quelli che non portano all'ospedalizzazione, e il continuo aggiornamento. L'ultima rilevazione (ISTAT 2014), riferita al 2013, è stata condotta su 24.000 famiglie.

In essa viene stimata un'incidenza di 9 infortuni domestici all'anno ogni 1.000 bambini della fascia di età 0-5, con una prevalenza superiore nei maschi rispetto alle femmine (10,1 versus 8,6), mentre a partire dai 18 anni è sempre prevalente la componente femminile. Tra i maschi la più alta incidenza di incidenti domestici si registra nella fascia di età 0-5 (10,1/1000 M; 8,5/1000 F)

L'ambiente dove si verifica il maggior numero di incidenti nei bambini fino a **14 anni è il salone** (o soggiorno), lo spazio della casa dedicato verosimilmente al tempo libero e al gioco, dove si concentrano il 28,5% degli incidenti nei maschi e il 38,4% nelle femmine.

Nella stessa fascia di età gli incidenti sono legati in tre casi su quattro (74,6%) ad attività ludico-creative, mentre in un terzo dei casi non sono imputati a particolari comportamenti.

Per quanto riguarda le regioni del corpo colpite, fino ai 5 anni di età il 57% degli incidenti causa danni alla testa.

L'incidente più tipico per i **bambini fino a 5 anni di età** è la **caduta** con un conseguente trauma a danno della testa che, in più della metà dei casi, dà origine a un taglio o a una ferita e – in un caso su tre – ad altro tipo di trauma più o meno importante. La giovanissima età delle vittime e la necessità di maggiori controlli precauzionali si traducono in un più ampio ricorso all'assistenza medica ospedaliera: il 48,6% dei bambini infortunati è stato accompagnato in pronto soccorso, e per oltre il 22% di essi si è reso necessario un ricovero.



Tipologia incidenti e lesioni nella fascia di età 0-5 anni	
per tipo di incidente:	
caduta	43,8
Urto o schiacciamento	16,9
ferita	13,4
Per tipo di lesione	
ferita	50,3
Altra conseguenza	31,2
ustione	12,8
Per parte del corpo colpita	
testa	57
Arti superiori	26,7
Altra parte del corpo	20
Per tipo di assistenza ricevuta	
Visita in PS	48,6
Assistenza da parte di familiari o conviventi	43,1
Ricovero ospedaliero	22,3
Visita medica ambulatoriale o domiciliare	10



Un altro contributo rilevante alla definizione del quadro informativo sulla incidentalità in ambiente domestico deriva dalla rilevazione corrente delle cause di morte condotta dall'ISTAT.

È stato realizzato uno studio sui dati del 2007 che ha prodotto una stima in Italia di circa 5.000 persone decedute a seguito di un infortunio in ambiente domestico, intendendo come ambiente domestico la casa in senso stretto, le istituzioni collettive e le strutture socio-assistenziali di ricovero prevalentemente di persone anziane. Lo studio ha rilevato tra i bambini un'incidenza di 7 infortuni mortali (su 100.000) all'anno occorsi nell'abitazione, soprattutto in soggetti maschi di età inferiore a 4 anni e conseguenti a trauma cranico. La morte per incidenti rappresenta la seconda causa per frequenza in questa fascia di età dopo i tumori

Sulla base degli studi campionari condotti nel 2011 dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS) (progetto SINIACA, ex art. 4 Legge 493/99, integrato con il sistema europeo IDB), risulta che gli infortuni domestici rappresentano circa il 7,4% degli accessi in pronto soccorso, con una stima su scala nazionale di circa 1 milione e 825 casi (Pitidis 2014).

Il tasso medio di accesso in pronto soccorso ospedaliero per infortunio domestico è di 3.075 pazienti l'anno ogni 100.000 abitanti, con alcuni gruppi età-sesso specifici che risultano maggiormente a rischio:

- bambini sotto i 5 anni di età: 8.137 casi ogni 100.000/anno.

Sia per i maschi sia per le femmine, nella fascia d'età compresa tra 0 e 14 anni, i luoghi in cui più frequentemente si verificano incidenti risultano essere il **soggiorno e la camera da letto**.



Le cadute, gli urti, gli schiacciamenti, le ferite da taglio, i soffocamenti e le ustioni rappresentano le dinamiche più frequenti di infortunio sulla base dei diversi studi che hanno interessato i bambini. Di fatto gli eventi prima dei due anni di età sono prevalentemente dovuti a una scarsa attenzione dei genitori (i.e. ustioni o schiacciamento tra i battenti di porte causate da adulti), successivamente invece prevale l'effetto dell'aumento dell'autonomia e "motricità" dei bambini stessi, causando un aumento delle lesioni da urti, stratonamenti, etc. (Pitidis 2014).

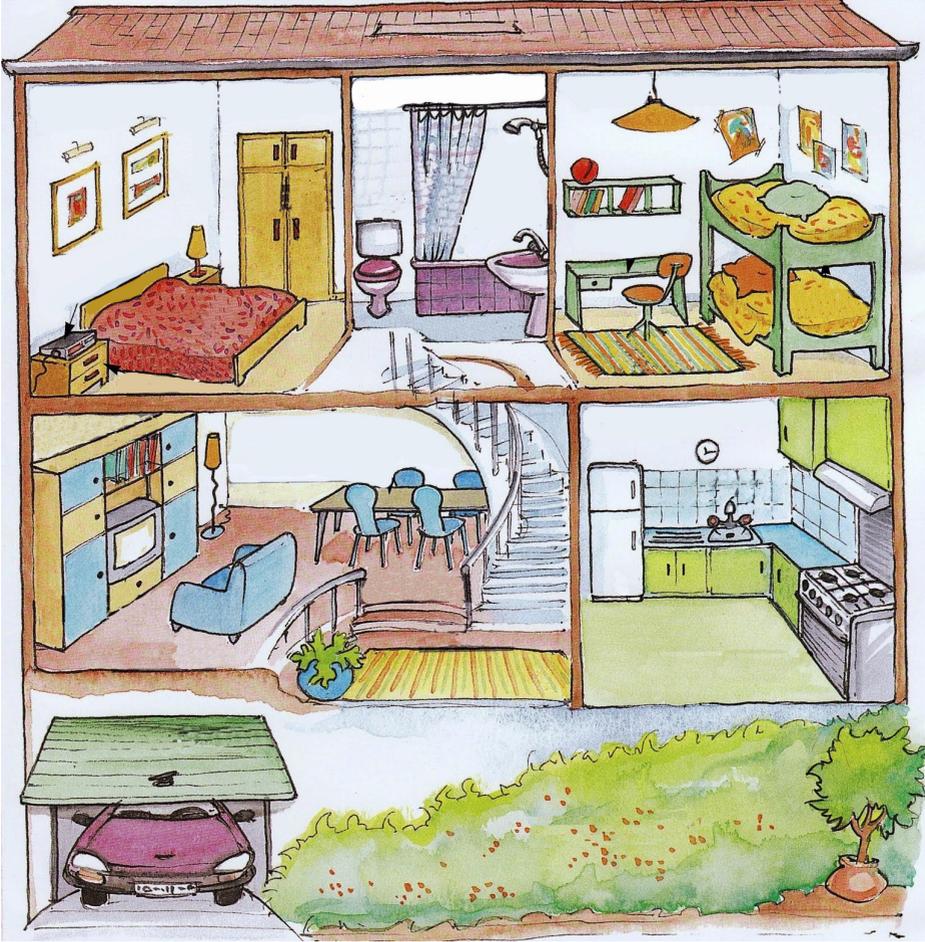
Secondo i dati raccolti in Italia nel sistema di Sorveglianza nazionale 0-2 anni nel 2022, complessivamente nel pool di regioni- il 12,4% delle mamme è ricorso a personale sanitario per un incidente occorso al figlio (cadute, ferite, ustioni, ingestione di sostanze nocive, ecc.), rivolgendosi al pediatra (6,1%), al pronto soccorso (4,6%) o a entrambi (1,7%). A livello territoriale le percentuali variano poco, tra il 10,5% in Sardegna e il 14,7% in Liguria e Basilicata. In Valle d'Aosta il dato si attesta al 12%.

Nelle regioni del Centro e soprattutto del Sud si registra un maggior ricorso al pediatra, mentre nel Nord non si rilevano sostanziali differenze tra ricorso al pediatra o al pronto soccorso.





Una casa sicura



PERICOLI GENERICI IN CASA		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
Prese elettriche 	folgorazione	Installare prese con marchio di sicurezza utilizzare i copripresa
scale 	caduta	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare i cancelletti di sicurezza • tenerli chiusi
giocattoli 	Ingestione, soffocamento, tossicità dei materiali	<ul style="list-style-type: none"> • Attenzione alle dimensioni • utilizzare giocattoli con marchio CE • vano batterie inaccessibile • senza spigoli o parti taglienti, robusti • vedi allegato pagina successiva "regole giocattoli sicuri"
Oggetti di piccole dimensioni 	Ingestione, soffocamento	Posizionare in luoghi non accessibili
Sacchetti di plastica 	soffocamento	Eliminare gli involucri e buttarli



PERICOLI GENERICI IN CASA		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
Stufe, bruciatori, camini 	Asfissia da monossido di carbonio ustioni	<ul style="list-style-type: none"> Assicurare ricambio di aria costante (foro di ventilazione permanente) vetri temperati, barriere fisiche protettive
Balconi e finestre 	precipitazione	<ul style="list-style-type: none"> Vigilare evitare oggetti che possano essere utilizzati come sgabello
Animali domestici 	aggressioni	<ul style="list-style-type: none"> Vigilare costantemente, non lasciare mai soli con il bambino
Fumo di sigaretta, cellulare??? 		Non sono pericoli, ma sono buone pratiche per rendere la casa sicura





CE Acquista solo prodotti con i marchi di sicurezza IMQ, CE, “Giocattoli Sicuri” dell’Istituto Italiano Sicurezza Giocattoli 



RISPETTA l’età per il quale il gioco è consigliato.



Fai attenzione alla possibile contraffazione dei marchi. La normativa che regola il produzione di giocattoli non è la stessa in Europa, in Usa e in altri paesi. **CONTROLLA LA PROVENIENZA.**

SCEGLI BENE I GIOCHI MA RICORDA ANCHE DI PASSARE DEL “TEMPO DI QUALITÀ” CON IL TUO BAMBINO. LEGGERE, RACCONTARE STORIE, ACOLTARE ASSIEME MUSICA, GIOCARE “CON NIENTE” FA BENE ALLA SUA MENTE.

RISCHIO DI SOFFOCAMENTO/STRANGOLAMENTO SPESSO ASSOCIATO A PRESENZA DI PICCOLE PARTI DI LACCI

- Non acquistare giochi troppo piccoli che possono essere ingoiati dai bambini
- Non utilizzare pupazzi con parti (braccia, gambe, testa) che possono essere facilmente staccati
- I giocattoli non devono avere parti appuntite o taglienti
- Non mettere i peluche nel lettino



RISCHIO DI SOFFOCAMENTO/STRANGOLAMENTO SPESSO ASSOCIATO A PRESENZA DI PICCOLE PARTI DI LACCI

- I materiali non devono essere tossici e facilmente infiammabili
- scegli peluche in fibre naturali, come mohair o cotone, e lavabili. lavalo anche se nuovo, prima che il bambino ci possa giocare ed asciugalo nell'aria aperta per evitare che si formino muffe
- Controlla al momento dall'acquisto che la confezione sia integra
- Attenzione a pile e magneti che possono essere ingeriti
- Attenzione a cosmetici e bigiotteria per bambini
- Attenzione ai giochi in plastica flessibile
- Controlla la provenienza di pastelli e colori che possano contenere sostanze dannose



RISCHIO ACUSTICO: IL RUMORE ECCESSIVO DI CERTI GIOCHI PUÒ DANNEGGIARE L'UDITO

- Controlla in particolare armi giocattolo, riproduttori di musica, strumenti musicali, fischietti e sirene da biciclette

RISCHIO DI INFEZIONE: PER INGESTIONE, INALAZIONE O CONTATTA CON ELEMENTI CONTAMINATI

- Attenzione particolare ai giocattoli contenenti liquidi, ad esempio le bolle di sapone



LIMITA L'USO DEI GIOCHI ELETTRONICI

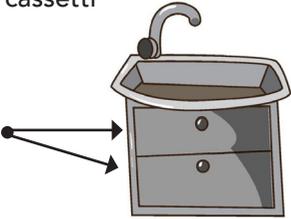
- Possono causare disturbi del sonno e dell'attenzione e danni visivi.
- Possono dare dipendenza





La Cucina

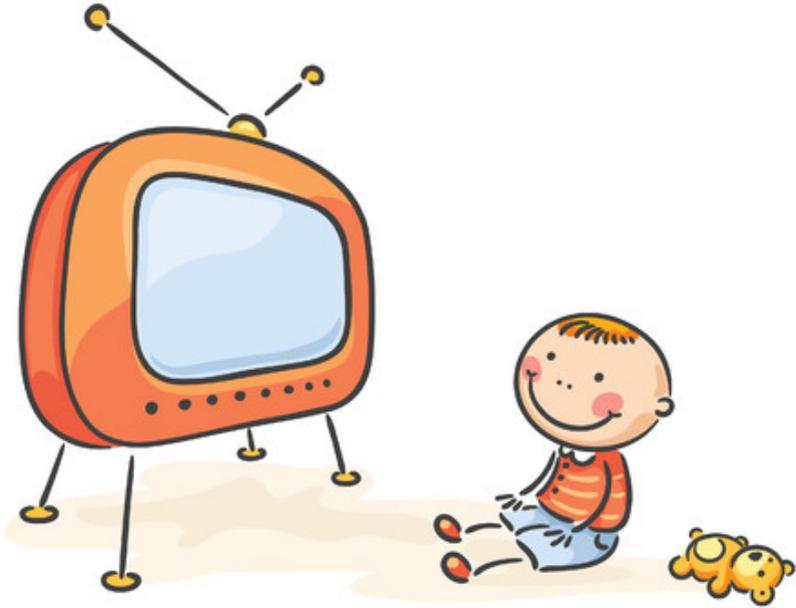


LA CUCINA		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
cassetti 	Rovesciamento, traumi, inalazione piccoli oggetti	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare i fermacassetti • mettere nei cassetti accessibili solo oggetti non pericolosi (es. biancheria)
fornelli 	ustioni	protezione fornelli, non cucinare con il bambino in braccio, non lasciare sporgere i manici delle pentole, non bere bevande calde con il bimbo in braccio
scaldabiberon	ustioni	Temperatura del latte non superiore a 37°
Accendini e fiammiferi 	ustioni	Non lasciare in posti accessibili ai minori
forno 	ustioni	Vigilare, vetro temperato



LA CUCINA		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
spigoli	Traumi, ferite	Preferire mobili con angoli arrotondati utilizzare i parasigoli
elettrodomestici 	Folgorazione, traumi	Non lasciare in posti accessibili ai minori
Oggetti taglienti 	Traumi e ferite	Non lasciare in posti accessibili ai minori
seggiolone 	Traumi da ca- duta	Utilizzare sempre le cinture di sicurezza
Cibi di piccole dimensioni	soffocamento	Vedi allegato3 MinSal Taglio alimenti
Detersivi e farmaci 	avvelenamenti	Non lasciare in posti accessibili ai minori



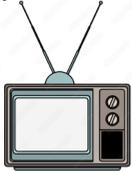


La sala / il Soggiorno



SALA / SOGGIORNO		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
cassetti 	Rovesciamento, traumi, inalazione piccoli oggetti	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare i fermacassetti • mettere nei cassetti accessibili solo oggetti non pericolosi (es. biancheria)
mobili	Rovesciamento, traumi	Fissare sempre alle pareti
Cavi elettrici 	Folgorazione, traumi da inciampo	Sempre fissati o nascosti, utilizzare prese multiple con marchio CE, non lasciare cavi attaccati senza dispositivo (es. caricabatterie del cellulare)
spigoli	Traumi, ferite	<ul style="list-style-type: none"> • Preferire mobili con angoli arrotondati • utilizzare i paraspigoli
vetri 	traumi e ferite	Applicare pellicola trasparente protettiva su porte o ante vetrate
porte 	intrappolamento	Togliere le chiavi dalle serrature

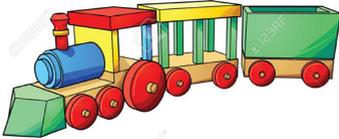


SALA / SOGGIORNO		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
TV 	Rovesciamento, traumi, danni visivi	Posizionare a distanza di sicurezza ed in modo tale che non sia ribaltabile
piante 	avvelenamento	<ul style="list-style-type: none"> • Evitare le piante velenose o disporle in luoghi non accessibili al bambino (vedi allegato 2- PIANTE VELENOSE) • attenti ai prodotti per il trattamento delle piante es. insetticidi
lampadine 	Ustione, folgorazione	Non lasciare in posti accessibili ai minori
Divani e poltrone	Traumi da caduta	Vigilare, non lasciarci mai i bimbi da soli, preferire mobili bassi
girello 	Traumi da caduta	EVITARE!!!!
alcoolici 	intossicazione	Non lasciare in posti accessibili ai minori





La camera da letto



LA CAMERA DA LETTO		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
Lettone 	Traumi da caduta	<ul style="list-style-type: none"> • Mai da solo • solo per le coccole • preferire sistema "next to me" • lettino
Traumi da caduta soffocamento, SIDS 	Traumi da caduta soffocamento, SIDS	con sponde almeno 80 cm distanza fra le sbarre < 8 cm s enza paracolpi prevenzione "Linee di indirizzo Soffocamento da Cibo - SIDS" vedi allegato pagina 30
Coperta 	Soffocamento, SIDS vedi allegato 4: poster prevenzione SIDS	preferire il "sacco-nanna"
cuscino 	Soffocamento, SIDS	Preferibilmente da evitare, even- tualmente cuscino piatto e aerato Posizione nel sonno SIDS sempre SUPINO (a pancia in su)



LA CAMERA DA LETTO		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
<p>Temperatura della stanza</p> 	SIDS	Temperatura ideale 19-21°
<p>Ubicazione dei giocattoli</p> 	traumi	Accessibili senza arrampicarsi
<p>Tende</p> 	traumi	Fissare bene



www.manovredisostruzione pediatriche.com



LINEE DI INDIRIZZO PER LA PREVENZIONE DEL SOFFOCAMENTO DA CIBO IN ETA PEDIATRICA

Consigli su taglio, manipolazione e somministrazione degli
alimenti pericolosi per bambini (0-5 anni)
“Taglio alimenti per bambini in sicurezza”

Con il Patrocinio di



„Chi salva un bambino, salva il mondo intero“

ALIMENTI MOLLI O SCIVOLOSI



UVA
Rimuovere i semi e tagliare gli acini nel senso della lunghezza



CILIEGIA
Rimuovere il nocciolo e tagliare in quattro parti



WURSTEL
Tagliare in quattro parti nel senso della lunghezza e poi in pezzetti più piccoli. Evitare il taglio trasversale (a rondella)



MOZZARELLA
Tagliare in piccoli pezzetti, evitare di aggiungerla come ingrediente a piatti caldi (con il calore può generare un pericoloso "effetto colla", come gli altri formaggi a pasta filata)



POMODORINI E OLIVE
Tagliare in quattro parti ed eventualmente in pezzetti più piccoli.



KIWI
Tagliare il frutto nel senso della lunghezza e poi ricavarne pezzetti più piccoli (evitare il taglio a rondella)

ALIMENTI SOLIDI O SCIVOLOSI



GNOCCCHI
Evitare l'abbinamento a formaggi che possono sciogliersi e creare l'"effetto colla"



PASTA
Scegliere i formati più piccoli.



ALIMENTI DURI E SECCHI



CAROTE
Tagliare nel senso della lunghezza e poi in pezzetti più piccoli. Evitare il taglio trasversale (a rondella)



FINOCCHIO CRUDO, SEDANO
Eliminare i filamenti e tagliare in piccoli pezzi



ARACHIDI, NOCI E FRUTTA A GUSCIO
Sminuzzare in piccoli pezzi o tritare finemente

ALIMENTI APPICCIICOSI O COLLOSI



CARNE O PEZZI DI FORMAGGIO
Tagliare in piccoli pezzetti



PROSCIUTTO CRUDO
Rimuovere il grasso ed evitare sempre la fetta intera. Ridurre in piccoli pezzi



BURRO, FORMAGGI DENSII
Spalmare sul pane (evitare il cucchiaino)



MELA, PERA
Tagliare in pezzetti piccoli. Nel primo anno di vita del bambino, grattugiare



PESCA, PRUGNA, SUSINA
Rimuovere il nocciolo e tagliare in piccoli pezzi. Nel primo anno di vita del bambino, omogeneizzare o frullare



FORMAGGIO
Somministrare a piccoli pezzettini



BANANA
Sorvegliare il bambino affinché non faccia bocconi grandi, in grado di chiudere le vie aeree se inalati



UVA E FRUTTA SECCA
Tagliare in pezzetti piccoli

Salva una vita

CON IL CIBO SI PUÒ SALVARE UNA VITA

Il consumo di caramelle dure e gommose, gelatine, marshmallow, gomme da masticare, popcorn, sfoglie di patate fritte croccanti e snack simili è fortemente sconsigliato fino all'età di 4/5 anni

(Rif. Linee di indirizzo Ministero della Salute. Principali regole per un pasto sicuro, preparazione degli alimenti)



Da un'idea del Dott. **Marco Squicciarini**

Medico Volontario - Esperto in Rianimazione Cardiopolmonare di Base e Manovre Disostruzione Pediatriche
PER INFO CORSI: WWW.TWOLIFE.EU / EMAIL: INFO@TWOLIFE.EU / CELL: 335.662.0.668



ALIMENTI MOLLI O SCIVOLOSI

**UVA**

Rimuovere i semi e tagliare gli acini nel senso della lunghezza

**CILIEGIA**

Rimuovere il nocciolo e tagliare in quattro parti

**WURSTEL**

Tagliare in quattro parti nel senso della lunghezza e poi in pezzetti più piccoli. Evitare il taglio trasversale (a rondella)

**MOZZARELLA**

Tagliare in piccoli pezzetti, evitare di aggiungerla come ingrediente a piatti caldi (con il calore può generare un pericoloso "effetto colla", come gli altri formaggi a pasta filata)

**POMODORINI E OLIVE**

Tagliare in quattro parti ed eventualmente in pezzetti più piccoli.

**KIWI**

Tagliare il frutto nel senso della lunghezza e poi ricavarne pezzetti più piccoli (evitare il taglio a rondella)

ALIMENTI SOLIDI O SCIVOLOSI

**GNOCCHI**

Evitare l'abbinamento a formaggi che possono sciogliersi e creare l'"effetto colla"

**PASTA**

Scegliere i formati più piccoli.

ALIMENTI DURI E SECCHI

**CAROTE**

Tagliare nel senso della lunghezza e poi in pezzetti più piccoli. Evitare il taglio trasversale (a rondella)

**FINOCCHIO CRUDO, SEDANO**

Eliminare i filamenti e tagliare in piccoli pezzi

**ARACHIDI, NOCI E FRUTTA A GUSCIO**

Sminuzzare in piccoli pezzi o tritare finemente

ALIMENTI APPICCIICOSI O COLLOSI

**CARNE O PEZZI DI FORMAGGIO**

Tagliare in piccoli pezzetti

**PROSCIUTTO CRUDO**

Rimuovere il grasso ed evitare sempre la fetta intera. Ridurre in piccoli pezzi

**BURRO, FORMAGGI DENSII**

Spalmare sul pane (evitare il cucchiaino)

**MELA, PERA**

Tagliare in pezzetti piccoli. Nel primo anno di vita del bambino, grattugiare

**PESCA, PRUGNA, SUSINA**

Rimuovere il nocciolo e tagliare in piccoli pezzi. Nel primo anno di vita del bambino, omogeneizzare o frullare

**FORMAGGIO**

Somministrare a piccoli pezzettini

**BANANA**

Sorvegliare il bambino affinché non faccia bocconi grandi, in grado di chiudere le vie aeree se inalati

**UVA E FRUTTA SECCA**

Tagliare in pezzetti piccoli





Il bagno



IL BAGNO		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
Vasca da bagno 	annegamento	MAI DA SOLI
asciugacapelli 	folgorazione	Non lasciare in posti accessibili ai minori
Stufe elettriche o scaldabagno 	folgorazione	Non lasciare in posti accessibili ai minori
rubinetti 	ustione	Regolare temperatura acqua calda inferiore a 50°



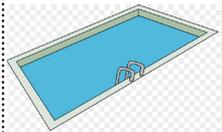
IL BAGNO		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
Medicine cosmetici detersivi 	avvelenamento	Non lasciare in posti accessibili ai minori
fasciatoi	Traumi da caduta	EVITARE
Pavimenti o doccia bagnati 	Traumi da caduta	Tappeti antiscivolo





Il giardino



ESTERNO - IL GIARDINO		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
Balconi e finestre 	precipitazione	<ul style="list-style-type: none"> • Vigilare • evitare oggetti che possano essere utilizzati come sgabello
Piscine e vaschette 	annegamento	<ul style="list-style-type: none"> • mai da soli neanche per pochissimo tempo • svuotarle sempre
Passeggini e sdraiette 	Traumi	<ul style="list-style-type: none"> • Sempre legati • mai la sdraietta sul tavolo o sulle sedie
automobile 	Traumi da incidenti colpo di calore/ ipotermia	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare sempre i seggiolini a norma • utilizzare le cinture • mai da solo • utilizzare i dispositivi antiabbandonamento • bloccare le porte posteriori e i finestrini



ESTERNO - IL GIARDINO		
OGGETTO	PERICOLO	MESSAGGIO
biciclette 	Traumi da incidenti	<ul style="list-style-type: none"> • Caschetto • seggiolini a norma
piante 	avvelenamento	<i>Vedi soggiorno</i>
Attrezzi da giardinaggio e altri 	traumi	Non lasciare in posti accessibili ai minori
Giochi da esterno 	traumi	Vigilare controllare la sicurezza dei giochi (es. altalene ben fissate, assenza di parti taglienti, corde libere etc)



per loro è meglio

La Sids - Sudden Infant Death Syndrome è la morte improvvisa del lattante chiamata anche morte in culla e può colpire i bambini nel primo anno di vita.

Le cause sono ancora sconosciute ma sono ben conosciuti alcuni comportamenti preventivi che sono stati qui descritti



Sleeping Safely

Nanna Sicura



nei primi mesi di vita

- La posizione più idonea per dormire è quella sulla schiena
- Non fatelo dormire a pancia sotto nè di fianco
- Fatelo dormire su materasso rigido senza cuscino, nella vostra stanza ma non nel letto con voi

During the first months of life

- The best sleeping position for your baby is on his/her back
- Never let your baby sleep face down or on his/her side
- Let your baby sleep on a firm mattress without a pillow in your room, but not in your bed with you

Keep your baby Smoke-Free

Non fatelo Fumare



- Durante la gravidanza
- Quando è nato
- Non fumate e non tenete il bambino in ambienti dove si fuma

- During pregnancy
- Once born
- Do not smoke or keep your baby in smoke-filled rooms



Cool is Best
Fresco è Meglio



- Non copritelo troppo
 - Non avvolgetelo stretto nelle coperte
 - Tenetelo lontano da fonti di calore: la temperatura ambientale ideale è di 18-20 °C
 - Se ha la febbre può aver bisogno di essere coperto di meno, mai di più
- 3
- Do not cover your baby too much
 - Do not wrap your baby tightly in blankets
 - Keep your baby away from heat sources: the ideal room temperature is 18-20°C
 - If your baby has a high temperature he/she needs to be covered less, not more!

Breastfeed him/her
Allattatelo al Seno



- Il latte materno è il miglior alimento
 - Fate il possibile per allattare il vostro bambino al seno
- 4
- Breast milk is the best food
 - Do your best to breastfeed him/her

Using a Dummy while sleeping can also reduce the risk of SIDS

Anche l'impiego del Succhiotto durante il sonno può ridurre il rischio di SIDS



è tuttavia importante

- Introdurlo dopo il primo mese di vita
 - Non forzare il bambino se lo rifiuta
 - Se lo perde non va reintrodotta
 - Evitare di immergerlo in sostanze edulcoranti
 - Sospenderne l'uso entro l'anno di vita
- However, it is important to remember
- To give your baby a dummy only after the first month of life
 - Not to force your baby if he/she does not want it
 - Not to reuse it if it falls out
 - To avoid coating it in sweeteners
 - To stop using it before the age of one



CASA DOLCE CASA



Un Progetto dell'Azienda USL Valle d'Aosta
Dipartimento di Prevenzione
Novembre 2023

Grafica Ufficio Stampa