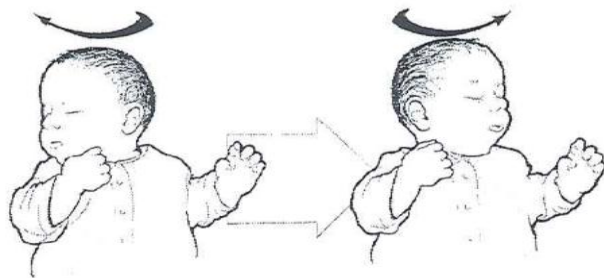
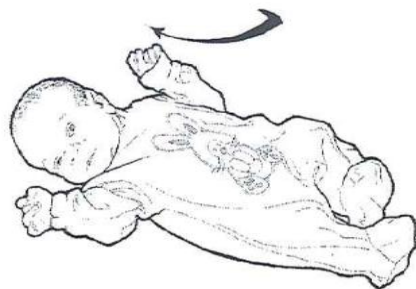
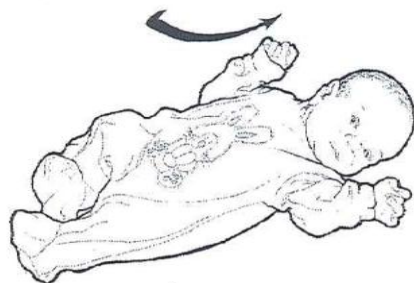


## DORMIR *sempre* D'ESQUENA AL TERRA

Cal que dormi sempre d'esquena al terra. Dormir de costat que abans es considerava segur actualment es considera menys aconsellable.



Cal canviar el cap de costat cada cop que se'l posi a dormir, fins hi tot quan vagi en el cotxet, per evitar la pressió continuada sobre el mateix costat



Cal canviar, cada dia, l'orientació del nen en el llit. Això farà que a mesura que vagi percebent sorolls i moviments no es giri sempre cap al mateix costat.

## PASAR *estowes* DE PANXETA AL TERRA

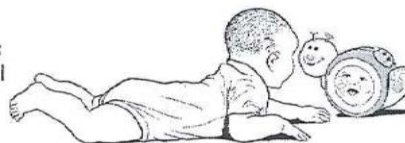
Cal alliberar el cap de la pressió i col·locar al nen, quan estigui despert i vigilat, de panxeta avall. Es possible que al començament no li agradi i plori, però, poc a poc, s'hi anirà acostumant.

Aquí s'exposen alguns consells per a aconseguir-ho.



Des del primer mes, poseu-lo sobre un coixí, tovallola enrotllada o la mateixa cama de la mare, del pare o del cuidador. Això li enfortirà la musculatura del coll.

A partir del tercer mes poseu-li davant un mirall i juguines lluminoses i sonores



A qualsevol edat, jugueu amb ell. Poseu-lo sobre la panxa, sobre els genolls. feu l'avió...

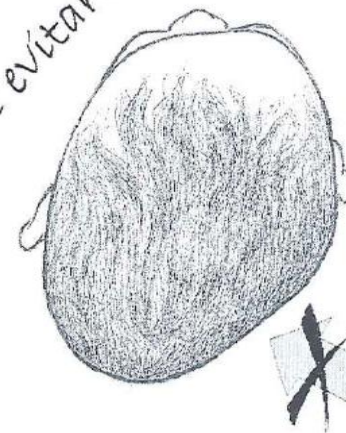


Portar-lo amb el porta-bebès és una molt bona opció. Cal que el nen estigui de cara a la mare per no forçar la columna.



## MESURES PREVENTIVES PER A EVITAR LES DEFORMACIONS POSTURALS DEL CRANI

Es pot evitar!



Des que s'aconsella que els lactants dormin boca amunt com a mesura preventiva de la mort sobtada, el resultat ha estat excel·lent reduint-se gairebé a la meitat la seva incidència, però també ha succeït que han augmentat d'una manera molt important els casos de deformacions del crani com a conseqüència de mantenir constantment el cap en la mateixa posició.

Cal no confondre i tenir en compte que el nadó pot néixer amb el cap deformat com a resultat del pas pel coll de la matriu, ja que aquesta deformació, totalment benigna, desapareixerà abans de les sis setmanes