

La posición del bebé para dormir y el Síndrome de Muerte Súbita del Lactante

Los padres y encargados del cuidado de niños deben colocar a los bebés boca arriba cuando los acuestan a dormir. Esto se debe a que estudios recientes han demostrado una mayor incidencia del Síndrome de Muerte Súbita del Lactante o "Muerte de Cuna" entre los infantes o bebés de pocos meses que duermen boca abajo. No hay evidencia alguna de que dormir de espaldas o boca arriba sea perjudicial para los bebés sanos.

Tenga en cuenta los siguientes puntos:

- Acostar al niño de espaldas o boca arriba acarrea el menor riesgo y es la posición más recomendable. Ponerlo a dormir de lado, sin embargo, es una alternativa razonable, y es más seguro que acostarlo boca abajo.
- No acueste al bebé sobre camas de agua, sofás, colchones blandos u otras superficies mullidas. Las almohadas, colchas, edredones, pieles de oveja o animales de peluche no deben colocarse debajo del bebé.
- Los materiales mullidos, tales como almohadas, colchas, edredones, pieles de oveja o animales de peluche no deben colocarse en la cuna del bebé. Éstos podrían taponar las vías respiratorias, incluso si está acostado boca arriba.
- Los artefactos diseñados para mantener la posición del bebé al dormir o para reducir el riesgo de aspiración no son recomendables, puesto que podrían no haber sido puestos a prueba lo suficiente como para determinar su seguridad. Ninguno de éstos ha demostrado reducir el riesgo de la Muerte de Cuna.
- Esta recomendación es para niños saludables. Es posible que algunos bebés que padecen de ciertas condiciones médicas o deformidades deban ser acostados boca abajo. En tal caso, hable con su pediatra acerca de cuál es la mejor posición para su hijo(a).
- Esta recomendación es para cuando el bebé está *durmiendo*. Mientras está despierto y usted lo está observando, es recomendable que pase cierta cantidad de tiempo boca abajo o "de barriguita" por razones de desarrollo y para evitar la formación de puntos planos en la cabeza.

Consejos adicionales para reducir el riesgo de la Muerte de Cuna

- No fume durante el embarazo y siga ofreciéndole al bebé un ambiente libre de humo de cigarrillo.
- Cerciórese de que el bebé no se caliente excesivamente. Mantenga la alcoba del bebé a una temperatura agradable para un adulto y vista al niño con tan poca ropa como usted se pondría.
- Comparta estos importantes puntos sobre la Muerte de Cuna con niñeras, abuelos y otros proveedores de cuidado infantil.

The information contained in this publication should not be used as a substitute for the medical care and advice of your pediatrician. There may be variations in treatment that your pediatrician may recommend based on individual facts and circumstances.

From your doctor

American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

La Academia Americana de Pediatría es una organización de más de 57,000 pediatras de cuidado primario, subespecialistas pediátricos y especialistas quirúrgicos de pediatría dedicados a la salud, seguridad y bienestar de los infantes, niños, adolescentes y adultos jóvenes.
Academia Americana de Pediatría
P.O. Box 747
Elk Grove Village, IL 60009-0747
Sitio electrónico en la red Internet: <http://www.aap.org>

Derechos de autor ©1996, actualizado en 8/00
Todos los derechos reservados.
Academia Americana de Pediatría