

BEBÉS: PREVENCIÓN DE MUERTE SÚBITA

El síndrome de la muerte súbita del lactante se define como "la muerte repentina de un niño o niña menor de un año de edad (generalmente en los primeros meses) sin causas aparentes y a la cual no se encuentra explicación".

La muerte súbita del lactante se da en uno de cada 500 recién nacidos, es la primera causa de muerte en bebés entre el mes y el año de vida en los países desarrollados.

La mayor parte de los casos pasan por la noche durante el sueño. Aunque se desconoce la causa, existen factores de riesgo identificados, cuya evitación puede prevenir el problema.

La postura al dormir "boca arriba" es la más recomendada para prevenir el síndrome de muerte súbita. También debe evitarse que la cabeza quede cubierta con la ropa de cama, poniendo los pies del bebé al fondo de la cuna y procurando que la sábana o colcha que lo cubra no supere su pecho.

Sólo por indicación médica, como el reflujo gastroesofágico grave o malformaciones craneofaciales que afectan a la vía aérea superior, puede recomendarse la posición boca abajo para dormir.

Otra recomendación es evitar el tabaco durante el embarazo, y conseguir que el ambiente esté libre de humos. La exposición al humo de tabaco aumenta el riesgo de muerte súbita.

La lactancia materna también protege frente a la muerte súbita, así como otras medidas sencillas como evitar colchones blandos, almohadones, colgantes, cintas o cordones cerca de la cuna que puedan causar asfixia; mantener una temperatura de 20 a 22° C y no arropar en exceso; usar chupete para el sueño boca arriba en el primer año, teniendo cuidado de no reintroducirlo en la boca una vez que el bebé se haya dormido. Si no quiere el chupete, no forzarlo.

Apoyo:



Socios:

