SIDS

¿Qué debes saber sobre le Síndrome de la Muerte Súbita Infantil?

Tú y Tu Niño

Una guía para los nuevos padres

El Síndrome de la Muerte Súbita Infantil (SIDS, por sus siglas en inglés) es una muerte súbita e inexplicable de un infante menor de 1 año de edad. Es la causa de muerte de casi 5,000 bebés cada año en los Estados Unidos.

La causa del SIDS es desconocida.

El SIDS usualmente ocurre en los bebés entre 1 y 4 meses de edad. Afecta a los niños más que a las niñas y la mayoría de muertes ocurren en los meses más fríos del año – otoño, invierno y el principio de la primavera.

Los expertos creen que el SIDS ocurre con más frecuencia durante los meses más fríos porque es cuando los infantes tienen mayor riesgo de infección y porque los infantes están “sobre-abultados” y “sobre-calentados” durante éste tiempo.

Por razón de que el SIDS ocurre más en la madrugada, cuando la mayoría de bebés duermen, los expertos creen que parte del problema tiene que ver con su manera de dormir.

Este riesgo misterioso para tu bebé puede ser espantoso, pero debes entender que estas muertes son escasas.

AL REVÉS
LOS RIEGOS DEL SIDS Y LO QUE PUEDES HACER PARA QUE TU BEBÉ ESTÉ MÁS SEGURO

Esta publicación de la Universidad de Pittsburgh y la Oficina para el Desarrollo de Niños es posible gracias al patrocinio de el fondo para el desarrollo educativo Frank and Theresa Caplan Fund for Early Childhood Development and Parenting Education.

Usted y Su Niño solo puede reproducirse para usos sin fines de lucro.

¿QUÉ DEBES SABER SOBRE EL SÍNDROME DE LA MUERTE SÚBITA INFANTIL?

Acerca del SIDS

La causa del SIDS es desconocida

¿Qué causa el SIDS? Los investigadores no saben con certeza. Pero los estudios sugieren que varias condiciones llevan a las muertes del SIDS. Estas incluyen:

- La respiración bloqueada. En algunos casos, los bebés que murieron del SIDS fueron encontrados con los “canales aéreos externos” (la nariz y la boca) cubiertos mientras dormían. Esto no les permitió respirar.
- Problemas con el sistema nervioso. Algunos niños que han sido revivido de un episodio del SIDS, tenían patrones de sueño anormales, algo que puede causarse por tener un sistema nervioso inmaduro.
- Anormalidades del cerebro. Algunos estudios sugieren que el SIDS puede causarse por anormalidades del cerebro en la parte que controla la respiración y el despertar.
- El ambiente del bebé. El oxígeno insuficiente, demasiado dióxido de carbono, y las infecciones contribuyen al SIDS.

Ciertas cosas ponen a los bebés en mayor riesgo del SIDS

Algunos bebés tienen mayor riesgo del SIDS que otros.

- Los bebés que duermen boca abajo tienen mayor riesgo.
- Las madres que fuman durante el embarazo tienen una probabilidad tres veces mayor de tener un bebé que desarrolle el SIDS.
- Los bebés expuestos al humo de segundamano del cigarrillo tienen una probabilidad dos veces mayor del SIDS.
- Las madres menores de los 20 años durante su primer embarazo y las madres que obtuvieron cuidado prenatal tarde o que no lo obtuvieron, tienen mayor probabilidad de tener bebés SIDS.
- Los bebés que nacen prematuros o con peso bajo tienen mayor riesgo.

¿QUÉ DEBES SABER SOBRE EL SÍNDROME DE LA MUERTE SÚBITA INFANTIL?

Consejos para la Seguridad del SIDS

Pon al bebé a dormir sobre su espalda

Poner a dormir al bebé sobre su espalda elimina uno de los riesgos del SIDS.

A veces, poner al bebé a dormir sobre su espalda puede ser mala idea. Si tu bebé tiene una condición, tal como un defecto de nacimiento, si escupe mucho después de comer, o tiene problemas de la respiración, del pulmón, o problemas del corazón, consulta un doctor. Puede ser mejor para tu bebé duerma en otra posición.

La segunda-mejor posición para dormir es del lado con el brazo del niño al frente para prevenirle voltearse boca abajo.

Pon al bebé a dormir sobre una superficie firme nuevas comidas gradualmente

Debes tratar de evitar que la cara del bebé se hunda en el colchón, u otro material suave, porque pudiera obstruir la respiración. No le pongas cobijas, almohadas, o edredones aguados debajo del bebé y no lo pongas a dormir sobre una cama de agua.

Los juguetes blandos pueden ser peligrosos

No pongas juguetes de peluche blandos u otros juguetes blandos en la cuna del bebé. Estos pueden sofocarlo.

No "sobre-calientes" a tu bebé

Los bebés deben mantenerse tibios, pero no demasiado calientes. Evita cubrir al niño al punto que se pueda sobre-calentar.

Un sistema de detección especial puede monitorear al niño mientras duerme

Un nuevo sistema de detección está disponible que monitorea la respiración del infante, su latido del corazón, y cualquier otro movimiento.

Si el infante deja de moverse, o deja de respirar, una alarma el dará al niño un leve empujón para despertarlo. Si el infante no responde, se activa la alarma audiovisual.

Pregúntale al doctor sobre este tipo de monitor.