



Información para la Comunidad Acerca de la Muerte Súbita (Muerte en Cuna)

Este folleto está destinado a los padres y a todos aquellos que fueron víctimas de un caso de muerte súbita dentro del seno familiar. Relata cosas que sabemos y otras que no sabemos sobre el tema, pero sobre todo como nos sentimos después de una situación límite como ésta. Esperamos que esta información les sirva de apoyo a aquellos que han perdido un bebé y les ayude a rehacerse para enfrentar el futuro.

¿Qué es la Muerte Súbita o la Muerte en Cuna?

Cuando un bebé fallece repentinamente, sin haber estado antes gravemente enfermo o en peligro de muerte, y cuando exhaustivos estudios post mortem no muestran una enfermedad severa o un defecto congénito, podemos inferir que el bebé falleció de muerte súbita o por el llamado Síndrome de Muerte Súbita del Lactante (SMSL). Un síndrome, es un conjunto de condiciones menores que ninguna por si sólo, es capaz de producir enfermedad o muerte.

¿Por qué el médico forense y la policía investigan?

Es una obligación investigar toda muerte ocurrida en forma inesperada. Cuando la persona que muere no ha estado bajo los cuidados de un médico que pueda explicar los motivos del deceso, el médico forense será quien realice los exámenes post mortem para dilucidar la causa del fallecimiento. Los padres encontrarán alivio al conocer a través de éste procedimiento, una respuesta precisa sobre el motivo de la muerte del bebé y entonces entenderán realmente que ellos NO fueron los culpables de la misma.

¿Qué sabemos de la Muerte Súbita?

Conocemos algunos aspectos sobre la muerte súbita. La misma puede ocurrir en cualquier lugar y en cualquier familia. Ocurre más frecuente en los meses de invierno. Muchos de los bebés que fallecieron de muerte súbita habían tenido o estaban cursando un catarro de vías aéreas superiores (vulgarmente llamado resfrío), lo suficientemente banal como para no enfermar realmente al bebé. La muerte súbita ocurre tanto en varones como en mujeres, sin embargo los bebés varones o aquellos que nacieron muy pequeñitos, tienen un riesgo discretamente aumentado. El bebé debe estar durmiendo para fallecer de muerte súbita. La edad en que ocurre es entre las 3 semanas de vida y los 12 meses, pero con muchísima mayor frecuencia entre los 2 y 4 meses,

¿Cómo ocurre la Muerte Súbita?

El bebé sano es puesto a dormir; el mismo no impresionaba enfermo. Unos pocos minutos después u horas más tarde el mismo es hallado muerto. A pesar de que en ciertas oportunidades, personas entrenadas en reanimar bebés han estado presentes, en muy pocas oportunidades fue posible revivirlos.

Esta súbita e inesperada muerte sucede debido a que el corazón y la respiración se detienen en forma brusca.

Las investigaciones están orientadas a dilucidar el porqué de este repentino paro cardiorespiratorio.

¿El bebé realmente sufre?

Los bebés fallecen mientras están durmiendo. Pareciera que éstos bebés no se despiertan cuando "algo anda mal" y mueren rápidamente. Estamos seguros que ninguno de estos bebés sufrió o sintió dolor.

¿Los bebés se ahogan o aspiran el vómito de la última comida?

Algunas veces el bebé ha vomitado. Puede encontrarse restos de leche o comida en las sábanas, en la garganta o en las vías aéreas superiores. Pero el vómito ocurre durante el proceso de la muerte o después de la misma, nunca es la causa del deceso.

¿Podemos saber con antelación si la Muerte Súbita tiene posibilidades de ocurrir a nuestro bebé? No por el momento. Hay muchas especulaciones acerca de las "causas" pero es necesario realizar muchas investigaciones más para desentrañar realmente como y porqué se produce la muerte súbita. Se han sugerido muchas hipótesis acerca de la causa de esta muerte pero ninguna ha sido comprobada. Lo único que podemos afirmar es que un grupo de bebés tiene un riesgo levemente mayor que el riesgo normal; por ejemplo pertenecen a este grupo los hijos de madres fumadoras. Lo que nunca podemos afirmar que un bebé individualmente tenga mayor riesgo que otro excepto que presente signos de dificultad respiratoria o episodios de pausas respiratorias importantes.

¿Se puede prevenir la Muerte Súbita?

La muerte súbita no se puede prevenir. No importa cuan bien haya estado cuidado el bebé, siempre hay alguna posibilidad que fallezca de muerte súbita

¿Influye el tipo de alimentación?

La muerte súbita ocurre en bebés que son amamantados como así también en bebés que se alimentan con biberón. Se la conoce desde la Epoca Bíblica cuando todos los bebés eran exclusi

mente alimentados con leche humana. La misma ocurre menos frecuentemente entre los bebés que son amamantados pero no se puede decir que el hecho de tomar biberón puede causar ésta tragedia.

¿Los otros hijos están también en riesgo?

La muerte súbita no es una enfermedad contagiosa. Si un bebé era uno de los mellizos o trillizos debe ser revisado por un médico y probablemente le aconsejará para su tranquilidad, el uso de un monitor que controle la respiración o la frecuencia cardíaca del o los otros bebés.

¿La Muerte Súbita puede suceder nuevamente en la misma familia?

No es una enfermedad genérica, La posibilidad de que otro bebé se muera de la misma manera es apenas igual o muy levemente mayor que para otra familia cualquiera. Sin embargo, convendría que su nueva criatura sea examinada por un médico especialista en el tema.

¿Fue culpa de alguien la muerte del bebé?

De ninguna manera. Muchos padres se culpan a sí mismos y piensan que hicieron algo o dejaron de hacerlo y que su proceder derivó directamente en la muerte del bebé, El Síndrome de Muerte Súbita del Lactante es un término médico, demuestra de esta manera que este tipo de muerte es conocida a pesar de que los médicos ignoran la causa de la misma. La muerte parece un misterio y los padres a menudo se culpan a sí mismos. Pero no deberían hacerlo ya que muchos bebés que fallecieron de muerte súbita habían sido cuidados mucho mejor que otros que sobrevivieron.

¿Qué sucede con el duelo de los padres?

Siempre que muere alguien al cual amamos, atravesamos un período de dolor muy grande. Esto es natural. Cada integrante de la familia hace el duelo de diferente manera. Luego del primer impacto y cuando el estupor por la situación ha pasado, algunos continúan deprimidos, tienen dificultades en concentrarse, están muy ansiosos acerca de la seguridad de sus otros hijos y se sienten muy temerosos de ocuparse de ellos. Estos y otros sentimientos son normales en éste momento. Suele ocurrir que a las madres le resulta más fácil hablar acerca de su dolor que a los padres, pero es muy saludable para ambos expresar sus sentimientos. El padre debe comprender que la madre a menudo demora más tiempo en recuperarse que él. La posibilidad de superar la muerte de un hijito lleva mucho más tiempo de lo que la gente supone. Pero llegará un momento donde podrán nuevamente pensar en un futuro.

Cuando los padres se sienten tristes y deprimidos, el hecho de hablar con otros padres que han perdido un hijo por muerte súbita o por alguna otra causa los ayuda muchísimo. Otro padre que ya vivió una experiencia similar puede comprender y asegurarle al padre de un hijo recién fallecido,

que a pesar del dolor que está atravesando las cosas mejorarán.

Las otras personas que pueden ayudar en este momento son el médico de la familia y el representante religioso. Los amigos y Familiares son de inapreciable valor en momentos como este.

¿Cuál es la reacción de los demás?

Mientras muchos de vuestros vecinos y amigos pueden ser de gran ayuda para usted, otros no sabrán como reaccionar ante el dolor que sienten e inclusive pueden llegar a evitar el encuentro con usted. La mejor manera de manejar esta situación es hacer el esfuerzo de mencionar al bebé, de manera tal que ellos sientan que pueden hablar de la pérdida que ustedes han sufrido. Ellos comprenderán que usted necesita hablar de la pérdida una y otra vez. Sepa usted que no todos conocen lo que es muerte súbita, y algunas personas pueden emitir conceptos muy desactualizados sobre el tema, Esto puede ser muy dañino, como así también los comentarios que aparecen en los diarios y en la T.V., ya que los mismos no son revisados muchas veces con rigor científico,

¿Cómo hablar con los otros hijos sobre la muerte del hermano?

Los niños son conscientes de la significación de la muerte en un miembro de la familia, pero como no entienden o no pueden hablar acerca de ésta de la misma manera que lo hace un adulto, muchas veces la niegan aparentando no preocuparles el tema. Los más pequeñitos que no pueden verbalizar sus temores y generalmente no comprenden las explicaciones, necesitan estar seguros del amor que los padres sienten por ellos y continuar con las rutinas y costumbres familiares. A los niños hay que hablarles con la verdad diciéndoles que el hermanito falleció de algo que ellos son muy grandes para contraer. Se les debe permitir expresar sus sentimientos, sus enojos y preocupaciones. Los niños sienten la pérdida al igual que sus padres con dudas, culpa y pena, ellos necesitan una explicación veraz que le reasegure que de ninguna manera fueron responsables de la muerte del hermano y que no morirán de la misma manera. Seguramente tendrán miedo de ir a dormir por este pensamiento. A medida que crezcan y su nivel de comprensión aumente, necesitarán nuevas oportunidades para responder todas las preguntas que surjan acerca de su hermano o hermana.

A los niños les resulta muy difícil mostrar su dolor, Pueden manifestarlo comportándose mal, teniendo temores nocturnos, orinándose, en la cama y presentando dificultades en el colegio. Esto es normal, pero si estas dificultades persisten deben ser comentadas con el pediatra.

¿Qué sucede si otra persona estuvo cuidando al bebé?

En ciertas oportunidades algún pariente o niñera estuvieron a cargo del bebé. Cualquiera haya estado cuidando al bebé cuando murió, necesita recibirla misma información sobre muerte súbita que comparten los padres. Estos pueden propender culpar a la persona que cuidaba al bebé. A su vez esta persona puede culparse a sí misma. El padre u otros parientes pueden llegar a responsabi

lizar a la madre de la muerte del bebé. Es muy importante que todos sepan y conozcan acerca de la muerte súbita y que nadie asuma la culpabilidad del hecho.

Releer estos folletos varias veces, pueden ayudar a comprender la muerte.

Futuros hijos

La mayoría de los padres tienen mucho temor de perder otro bebé en la misma circunstancia y muchos atraviesan un período por el cual no pueden pensar en concebir otro hijo. Sin embargo, muchos pero muchísimos padres han tenido bebés sanos, luego de haber perdido un hijo por muerte súbita. Las posibilidades que se repita la tragedia son muy pocas, Ningún bebé puede reemplazar a otro, porque cada uno es una persona con identidad propia, Si a ustedes les atemoriza el hecho de tener otro bebé, conéctense con el grupo de muerte Súbita. En el mismo encontrarán gente que los comprenderá y podrá ayudarlos.

Palabras finales

El objetivo de éste pequeño manuscrito fue buscar el acercamiento en un tema que pone a médicos y familiares frente a una "situación límite" no resuelta.

G.I.A.M.S.I.: Grupo de Investigación y Asistencia en Muerte Súbita