



Consejos para proteger al bebé durante el sueño Sociedad Argentina de Pediatría

POSICION PARA DORMIR

Se aconseja que los bebés sanos duerman boca arriba, salvo que su pediatra indique lo contrario.

CIGARRILLO

Las investigaciones muestran que los bebés de padres o madres que fuman y aquellos cuya madre fumó durante el embarazo tienen mayor riesgo. Por esta razón es una buena idea dejar de fumar. No permita que ninguna persona fume en la casa, auto o lugar donde se encuentre el bebé. También tienen mayor riesgo los bebés cuyos padres o madres se drogan o abusan del alcohol.

TEMPERATURA

La temperatura de la habitación debe ser agradable y confortable para un adulto abrigado livianamente. Es importante evitar el abrigo excesivo de los bebés.

A LA HORA DE ACOSTARLOS

Los niños deben dormir sobre superficies o colchones firmes o duros. Objetos blandos como almohadas, almohadones, juguetes y otros no deben colocarse en la cuna. Para evitar que la cabeza del bebé pueda quedar cubierta por la ropa de cama, tape al bebé hasta la altura de sus axilas, de tal manera que sus brazos queden por fuera de la sábana y/o frazada. Coloque al bebé de tal manera que sus pies contacten con el borde de la cuna, para que no pueda deslizarse por debajo de la ropa de cama.

AMAMANTAMIENTO

La lactancia materna es un factor protector de la salud del bebé.

Grupo de Trabajo de Síndrome de Muerte Súbita del Lactante y
Comité Nacional de Pediatría General Ambulatoria