



Reducción del riesgo de SMIS en centros del cuidado de niño

¿Qué es SMIS?

¿Usted sabía que el síndrome de muerte infantil súbita (SMIS) es la causa principal de la muerte en infantes menores de un año de edad? SMIS se define como la muerte repentina e inexplicada que ocurre más a menudo en infantes sanos menores de un año de edad mientras duermen. En el 2004, el índice de mortalidad infantil debido a SMIS era de 54.6 por cada 100.000 nacimientos vivos en los Estados Unidos. En Colorado en el 2004, el índice de mortalidad infantil debido a SMIS era mayor que el nivel nacional (58.4 por cada 100.000 nacimientos vivos). Aproximadamente 20 por ciento de todas las muertes de SMIS ocurren en centros del cuidado de niño u hogares del cuidado de niño.

¿Por qué sucede?

La causa específica de SMIS es desconocida. A menudo los padres y los proveedores del cuidado de niños son vacilantes a poner al infante dormir a espaldas por el miedo de que el niño se estrangule si regurgita lechita mientras duermen; esto no ocurre con la mayoría de los infantes. Ciertos factores de riesgo pueden aumentar la ocasión que un infante muera de SMIS, pero no son la causa.

¿Qué puedo hacer para ayudar a reducir el riesgo de SMIS en mi centro del cuidado de niño?

A continuación están algunos consejos que pueden ayudar a reducir los riesgos de un infante de SMIS.

- ✓ Siempre ponga a los infantes a **dormir de las espaldas**.
 - A menos que el infante tenga una nota firmada de un proveedor del cuidado médico que discuta la posición en la cual el infante deba dormir y la razón para esta posición.
- ✓ Si el infante puede rodar por si solo está bien dejar al infante en la posición le gusta dormirse. Asegúrese de poner al infante de espaldas al principio.
- ✓ No fume alrededor de los infantes bajo su cuidado.

- ✓ Vista al infante en ropas ligeras (ningunas capas). Cerciórese de que las ropas del infante no sean más de lo que usted usaría.
- ✓ Mantenga el área de dormir a una temperatura que será cómoda para usted mientras este en ropa ligera.
- ✓ Los infantes durmientes deben ser vigilados cada 15-20 minutos; no confíe en monitores solamente.
- ✓ El infante debe dormir en un colchón firme en una cuna que alcance los estándares de cuna bajo la Seguridad de el Producto de Consumo sin las almohadas, los juguetes, los topes, o el lecho suave.
- ✓ Si una manta ligera es necesaria, ponga los pies del infante en el pie de la cama y arropa la manta a todos los lados y por debajo de los brazos del infante. La manta no debe venir más arriba que el pecho del infante.
- ✓ Si los padres desean que su infante duerma con un chupón está bien porque ha habido estudios que demuestran que esto puede ser beneficioso.
 - Los chupones deben ser utilizados cuando el infante se esté durmiendo, pero no ser reinsertados una vez que el infante ha dormido.
 - Los infantes no se deben forzar a un chupón.
 - Para el infante criado al pecho, el uso del chupón se debe comenzar alrededor de la edad de 1 mes para cerciorarse de que el amamantamiento se ha establecido con firmeza.
- ✓ Cree una política de seguridad de sueño en su centro del cuidado de niño. Discuta la importancia de poner los infantes a dormir en las espaldas con sus compañeros de trabajo, empleados y familias.
- ✓ Apoye a los padres que desean amamantar o alimentar leche de pecho a su infante.

El amamantar y SMIS

Puede haber una relación entre el amamantamiento y bajando el riesgo de SMIS en un infante. Ha habido estudios que demuestran que los bebés que eran criados al pecho estaban de 2 a 3 veces menos propensos a SMIS que los infantes que nunca han sido criados al pecho. Algunas razones posibles por las que el amamantamiento puede disminuir el riesgo de SMIS incluyen:

- ✓ Los infantes criados al pecho son generalmente más sanos.
- ✓ Leche de pecho es más fácil de digerir que formula, así que el infante puede despertar más a menudo en la noche para alimentar.

- ✓ Leche de pecho puede acelerar el desarrollo del cerebro y de la médula espinal del infante la cual regula actividades del cuerpo tales como el palpité del corazón y de la respiración.
- ✓ Leche de pecho tiene características anti-bacterianas y puede proteger contra las enfermedades que ponen a los infantes en un riesgo más alto para SMIS.

El “Tiempo de la Pancita”

Es importante que el infante tener “tiempo de la pancita” en el hogar y además durante del cuidado infantil. El “tiempo de pancita” es cuando coloca al infante en el estómago mientras que está despierto. Es importante que el “tiempo de la pancita” sea supervisado. El “tiempo de la pancita” ayuda al infante a desarrollar un cuello, los hombros y los músculos traseros fuertes y reduce el aplanamiento de la cabeza.