

Síndrome de muerte súbita del lactante:

Puede presentarse durante el primer año de vida en un niño o niña aparentemente sano, durante el sueño.

Ocurre de manera inesperada y repentina.

No puede explicarse por una enfermedad determinada.

El riesgo de que ocurra aumenta en aquellos niños/as que nacieron prematuros/as, con bajo peso o portadores de alguna enfermedad crónica.

Aquí repasamos algunas medidas que ayudan a prevenirla:

- Acostar a las y los bebés BOCA ARRIBA, sobre un colchón firme, en su cuna, cerca de la cama de sus cuidadores, con los brazos por encima de las sábanas y sus pies tocando el extremo inferior de la cuna.
- Evitar que el bebé duerma en sillones, camas altas, sillas para el auto o cochecitos.
- Mantener una temperatura ambiente agradable, sin sobre abrigar.
- No fumar dentro de la casa.
- Promover la lactancia exclusiva hasta los seis meses de vida.
- Evitar consumo de alcohol, tabaco y otras drogas durante el embarazo y la lactancia.
- Tener las vacunas al día, tanto del bebé como de la persona gestante.
- Compartir las tareas de cuidado.
- Aprender técnicas de reanimación cardiopulmonar y desobstrucción de la vía aérea.

Cualquier duda que tengas, podés conversar con el equipo de salud.