

# Prevención de la muerte súbita del lactante



## Definición:

Muerte inesperada que ocurre durante el sueño del bebé sin causa médica aparente.

Hoy en día, las causas y las condiciones de la muerte súbita del lactante siguen sin determinar. No obstante, las siguientes recomendaciones permiten disminuir el riesgo considerablemente.



## Recomendaciones:

- Coloque al bebé boca arriba sobre una superficie plana mientras duerme.
- Su hijo/a se siente cómodo/a en un saco de dormir, en un colchón firme, sin mantas ni cojines de posicionamiento.
- Se desaconseja el uso de edredón, la almohada y del protector de cama.
- Los peluches deben permanecer a los pies del bebé.
- La temperatura de la habitación debería situarse entre los 18 y 20°C.
- En caso de calor extremo, no abrigue en exceso al niño o niña.
- Ventile la habitación todos los días.
- No fumar en el entorno del bebé
- Cuando terminen los desplazamientos, saque al bebé de la silla de automóvil y si duerme, vuelva a acostarlo en su cama.

La plagiocefalia (aplastamiento lateral del cráneo) es antiestética, pero no afecta al desarrollo del/la niño/a. En general, se corrige a medida que va creciendo.



Importante:

- Seguir estos consejos permite reducir el riesgo de muerte súbita del lactante.
- Cuando está despierto y usted está presente, acuéstelo boca abajo para estimular su desarrollo motor y prevenir la deformación de la cabeza.



Programme cantonal de promotion de la santé et de prévention primaire enfants (0-4 ans) - parents



Section VD Ne Ju  
Fédération Suisse de Sages-femmes

