



Compartiendo Información

Sueño Seguro Para Su Bebé

SIDS (Sudden Infant Death Syndrome)

Qué es SMIS?

SMIS quiere decir Síndrome de muerte infantil súbita. (SIDS, Sudden Infant Death Syndrome).

SMIS es la muerte inexplicable de un niño previamente en estado saludable y menor de un año de edad.

Quién está más en riesgo?

- Infantes que duermen sobre su estómago.
- Infantes masculinos entre 1-4 meses de edad.
- La mayoría de las muertes ocurren en el otoño, invierno y temprano en la primavera.
- Niños Africo-americanos, indio americanos son de 2 a 3 veces más propensos a morir de SMIS.



Qué puedo hacer para reducir el riesgo de SMIS?

- Siempre ponga a su bebé sobre su espalda para dormir, (para la siesta o para dormir por la noche).
- Siempre ponga al bebé sobre un colchón firme, el colchón que esté cubierto por una sábana ajustada. El colchón tiene que estar aprobado en cuanto a la seguridad del mismo.
- Quite todos los objetos suaves, con pelusa, tales como almohadas, cubrecamas y peluches fuera del área de dormir del bebé.
- No permita que su bebé esté sobrevestido. Póngale pijamas largas o cúbralo con una cobija delgada. Dóblela adentro del colchón para evitar que la cobija le cubra la cabeza al bebé.
- No permita que su bebé duerma con usted o con otras personas.
- No fume durante el embarazo. No permita que otros fumen alrededor de su bebé.
- Tenga cuidados prenatales.

- Ofrezcale un chupete al bebé cuando lo ponga a dormir. La Academia Americana de Pediatras recomienda que a los bebés que son amamantados, se les puede ofrecer un chupete después de un mes de edad. Primero, el amamantamiento tiene que estar bien establecido. Si el chupete se cae durante el sueño, no se lo vuelva a poner.



Visite nuestro sitio web: www.etch.com



Children's Hospital

P.O. Box 15010, Knoxville, TN 37901

© 2006 East Tennessee Children's Hospital