Los Mitos y Hechos

Sobre la seguridad del bebé mientras duerme:

1. Mito o Hecho? Las cunas causan "la muerte de cuna" o síndrome de muerte súbita infantil.

Mito. Las cunas mismas no causan muerte de cuna. Lo que causa la muerte de cuna son las características del ambiento donde duerme el bebé. Cosas como una superficie suave incrementa la probabilidad del síndrome de muerte súbita infantil u otras causas de muerte relacionadas con el sueño. Descubra más sobre que es un ambiente seguro para su bebé mientras duerme.

2. Mito o Hecho? Los bebés que duermen boca arriba se ahogan con su misma saliva o vomito cuando están durmiendo.

Mito: Los bebés automáticamente tosen o se pasan su saliva o vómito, es un reflejo para dejar las vías respiratorias libres. Estudios han ensenado que no hay un aumento en el número de muertes causadas por ahogarse entre niños que se duermen en sus espaldas. De hecho, los bebés que se duermen en la espalda podrían mantener las vías respiratorias libres mejor porque el cuerpo ha sido construido en tal forma para proteger al bebé.

3. Mito o Hecho? Hay cosas que puedo hacer para reducir el riesgo de "muerte de cuna" en mi bebé.

Hecho: Esto es muy cierto. Hablaremos más sobre este tema durante nuestro tiempo juntos el día de hoy y sobre algunas cosas que uno puede hacer para reducir el riesgo de la muerte de cuna o síndrome de muerte súbita infantil.

4. Mito o Hecho? Toma tiempo para que él bebé aprenda a dormir boca arriba sólidamente.

Hecho: Dormir sólidamente en la espalda es algo que el bebé tiene que aprender esto significa que los papás tendrán que tener paciencia y no rendirse. Si su bebé se levanta durante la noche acuérdese que al tener un sueño ligero los bebés se están protegiendo en contra de una muerte inesperada.

5. Mito o Hecho? Si los bebés duermen en la misma cama que los padres, los papás podrán escuchar algún problema y podrán prevenir alguna tragedia.

Mito: El síndrome de muerte súbita infantil llega sin ninguna señal o síntoma, no es probable que los papás puedan escuchar el problema para tratar de prevenirlo. Dormir en la misma cama con el bebé aumenta el riesgo de sofocación y otras causas de muerte del bebé mientras duerme.

Dormir con el bebé en una cama de adultos es todavía más peligroso cuando:

- El adulto fuma cigarros o consume alcohol o medicaciones que causan somnolencia.
- Cuando el bebé comparte la misma cama con otros niños.
- Cuando la superficie es un sofá, cama de agua, o un sillón.
- Cuando hay almohadas o cobijas en la cama.
- Cuando el bebé es menor de 11 semanas a 14 semanas de edad.
- Cuando el bebé comparte la cama con más de un adulto, especialmente cuando duerme en medio de dos adultos.