

En qué posición debe dormir mi bebé?

(In what position should my baby sleep?)



IH-IV-113 S
R.D. 4/01
Página 1 de 1

En qué posición debe dormir mi bebé?

Usted puede haber oído o leído acerca del Síndrome de Infantes de Muerte Repentina (Sudden Infant Death Syndrome) (SIDS). También se conoce como muerte de cuna. Esta es una causa muy rara de muerte en los bebés en los Estados Unidos. En la muerte de cuna, un bebé saludable muere cuando está dormido y no se sabe por qué. Actualmente los doctores le dicen a los padres que pongan a dormir de espalda o de lado a sus bebés saludables. El dormir de espalda o de lado no le hace daño a un bebé saludable.

La mayoría de los bebés saludables deben dormir de espalda o de lado hasta que tengan 6 meses de edad. Si su bebé aprende a voltearse antes de que tenga los 6 meses, entonces él puede dormir en cualquier posición que le guste más.



Hay algunos bebés con problemas especiales que deben dormir sobre su estómago. Los bebés que tienen problemas escupiendo mucho, bebés prematuros con problemas de respiración y bebés con defectos de nacimiento de la cara o quijada deben dormir sobre su estómago. Si usted piensa que su bebé tiene algunos de éstos problemas debe hablar con su doctor o enfermera acerca de cuál es la mejor posición para que su bebé duerma.

Algunas otras cosas que podría hacer para prevenir la muerte de cuna son las de nunca fumar alrededor de su bebé, no usar almohadas o ropa de cama suave (como camas de agua, colchones suaves o cualquier cosa que pueda sofocar a su bebé). Es mejor darle pecho a su bebé.

Recuerde que la muerte de cuna es muy poco común, no importa en qué posición duerma el bebé. Si tiene preguntas, por favor hágaselas a su proveedor del cuidado de la salud.