



Servicios de Infancia Temprana

Programa SafeSleep

*Asegurando que los niños de Nuevo México
estén seguros, saludables, queridos y
preparados para la escuela*



Objetivos

- **Identificar hechos y mitos acerca del Síndrome de Muerte Súbita de Bebé (SIDS por sus siglas en Inglés), y explicar lo que se sabe actualmente acerca de factores de riesgo de SIDS.**
- **Definir acciones que las familias y los cuidadores pueden tomar para reducir el riesgo de SIDS.**
- **Comunicar mensajes sobre dormir seguro.**
- **Identificar el Procedimiento para solicitar, almacenar y distribuir las Cunas de Nuevo México Home Visiting SafeSleep**



¿Qué es SIDS?

- **SIDS es la muerte súbita de un bebé menor a 1 año de edad que permanece sin explicación después de una investigación profunda del caso, incluyendo:**
 - **La ejecución de una autopsia completa;**
 - **Examen de la escena del fallecimiento; y**
 - **Revisión de la historia clínica del bebé.**

Fuente: Willinger M, James LS, & Catz C. *Pediatric Pathology*, 1991.



SIDS es...

- **La principal causa de muerte de bebés entre 1 mes y 1 año de edad en los Estados Unidos**
- **Un desorden médico súbito, silencioso**
- **Determinado después de la autopsia, examen de la escena del fallecimiento, y revisión de registros médicos**
- **De 2 a 4 veces más probable que ocurra en bebés Nativo Americanos (seguido por bebés Latinos)**

Fuente: Healthy Native Babies Partnership - Eunice Kennedy Shriver National Institute of Child Health and Human Development (NICHD), National Institutes of Health (NIH)



SIDS **NO** es...

- Entendido completamente, pero los riesgos pueden ser reducidos
- Causado por asfixia
- Causado por vacunas contra la difteria, tos ferina y tétano, o por otras vacunas



Y SIDS no es...

- **Contagioso**
- **El resultado de abuso o negligencia infantil**
- **Causado por cunas**
- **Causado por ahogo o vómito**
- **La causa de cada muerte inesperada de bebés**

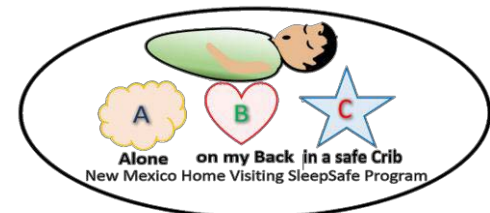
Factores de Riesgo de SIDS

- **Compartir Cama**
- **Posición al Dormir**
- **Superficies para Dormir Suaves, y Ropa de Cama Suelta, acolchonada**
- **Sobrecalentamiento**
- **Uso de Alcohol**
- **Uso de Tabaco Comercial**
- **Factores Relacionados al Embarazo**



Explorando algunos de los Factores

- Sobrecalentamiento
 - Aumenta la probabilidad de que el bebé duerma demasiado profundo
 - Puede ocurrir si:
 - El bebé está demasiado abrigado;
 - El cuarto está demasiado caliente; o
 - El bebé está cubierto con demasiadas cobijas.
 - Busque las señales: sudoración, cabello húmedo, mejillas enrojecidas, sarpullido, respiración rápida



Explorando algunos de los Factores

- **Uso de Alcohol (durante el embarazo y después del nacimiento del bebé)**
 - Un episodio de exceso durante los primeros 3 meses del embarazo aumenta el riesgo de SIDS 8 veces.
 - Beber en cualquier momento antes de los 3 meses y durante los primeros 3 meses del embarazo aumenta el riesgo 6 veces.
 - El uso de Alcohol durante el amamantamiento puede causar mareos, sueño más profundo, debilitamiento, y disminución en el crecimiento del bebé.



Explorando algunos de los Factores

- **Uso de Tabaco Comercial (durante el embarazo y en el ambiente donde vive el bebé)**
 - **El tabaco disminuye el crecimiento y función del cerebro, nervios y órganos en desarrollo del bebé.**
 - **Los bebés que mueren de SIDS tienen niveles más altos de nicotina en sus pulmones que los que mueren por otras causas.**



Explorando algunos de los Factores

- **Factores Relacionados al Embarazo**
 - **No recibir cuidado prenatal regularmente**
 - **Parto/nacimiento antes del término y bajo peso al nacer**



Disminuyendo los Riesgos de SIDS - Sólo

- **Use un área de dormir separada en el mismo cuarto del padre o cuidador.**
 - La American Academy of Pediatrics (Academia Americana de Pediatría) ahora dice que los bebés deben dormir en la habitación con sus padres durante los primeros 6 meses, o mejor aún, hasta su primer cumpleaños.
 - Las nuevas estadísticas muestran que compartir la habitación puede reducir el riesgo hasta un 50%.
 - Es más sencillo estar pendiente de su bebé, reconfortarlo y alimentarlo. Pero necesita su propio espacio seguro: Un moisés, cuna, o co-dormitorio (un área separada para dormir que se sujeta a su cama).
 - Los bebés *no deben* dormir en la cama con sus padres. Esto aumenta el riesgo de que se corte la respiración del niño, o es aun más peligroso si usted fuma, bebe, o usa drogas (incluso algunos medicamentos recetados)



American Academy of Pediatrics

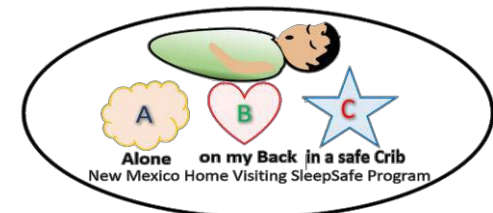


Disminuyendo los Riesgos de SIDS – en su espalda

- La acción más efectiva que los padres y cuidadores pueden tomar para disminuir el riesgo de SIDS es colocar siempre al bebé en su espalda para siestas y en la noche.
 - Continúe colocando al bebé de espalda a la hora de dormir y siesta, aun después de haber aprendido como voltearse
 - Una vez que los bebés comienzan a voltearse y elegir su propia posición para dormir, no necesita seguir volteándolos de espalda
- Cuando los bebés se dan la vuelta, es aun más importante no haya nada más (cobijas, juguetes suaves) en su área de dormir que puedan estar cerca de su cara

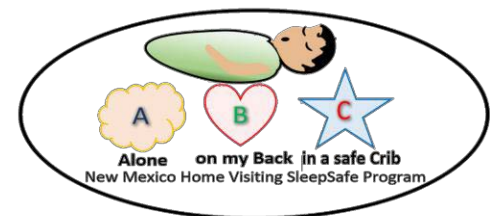


¡¡CADA MOMENTO DE DORMIR CUENTA!!



¿Qué hay acerca de ahogo?

- ¿Los bebés no se ahogan cuando duermen de espalda?
 - Algunas veces los bebés “escupen” cuando duermen.
 - Estudios han mostrado que los bebés NO están en riesgo de ahogarse si escupen cuando duermen de espalda.



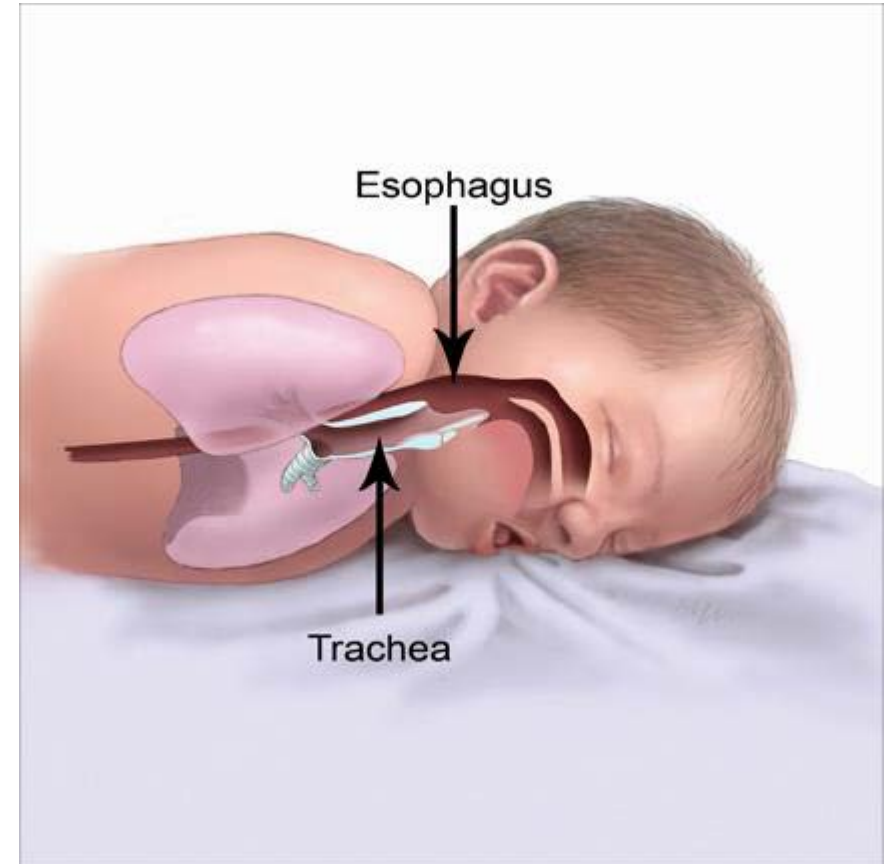
Dormir de Espalda no Causa Vómito ni Ahogo

- **Cuando un bebé está en la *posición de dormir de espalda*, la tráquea descansa encima del esófago.**
- **Cualquier regurgitado o reflujo del esófago debe trabajar contra la gravedad para ser aspirado a la tráquea.**



Dormir de Espalda no Causa Vómito ni Ahogo

- Cuando un bebé está en la *posición de dormir de estomago*, cualquier cosa regurgitada o reflujo se juntará en la apertura de la tráquea, facilitando que el bebé aspire o se ahogue.

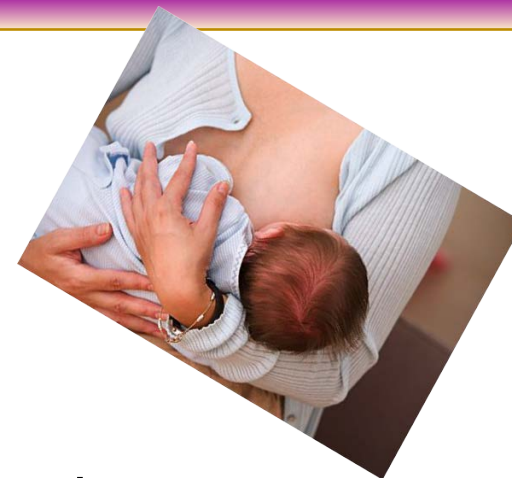


Disminuyendo el Riesgo de SIDS – en una Cuna segura

- **Cada vez que un bebé se va a dormir, debe ser colocado en su cuna, moisés, o co-dormitorio**
 - Nunca coloque a un bebé a dormir o duerma con el bebé en un sillón, sofá, o cama de agua.
 - Quite artículos suaves (almohadas, juguetes, colchas, edredones, cobijas de lana) del área donde duerme.



Amamantamiento



- **Una de las formas más fuertes de evitar SIDS es el amamantamiento**
 - Varios estudios muestran que los bebés que son amamantados, aun por un corto tiempo, tienen menores posibilidades de sufrir SIDS.
- **Los chupones también disminuyen el riesgo de SIDS.**
 - Nunca cuelgue un chupón alrededor de su cuello o lo sujete a su ropa mientras duerme.
 - No hay necesidad de regresarlo a su boca después de que se haya quedado dormido.



Tiempo de Pancita

- **De bastante tiempo de pancita al bebé cuando esté despierto y alguien lo esté observando.**
 - Los bebés saludables necesitan algo de tiempo de pancita cuando estén despiertos para ayudar a desarrollar músculos fuertes.
 - Coloque al bebé en su pancita en una superficie firme y segura y jueguen juntos o permanezca cerca para mantener seguro al bebé.
 - El tiempo de pancita por unos cuantos minutos 2-3 veces al día también puede ayudar a prevenir que se forme un área plana en la parte trasera de la cabeza del bebé.



Healthy Native Babies Project



Sea Consistente

- **Es importante ser consistente con sus mensajes de dormir seguro:**
 - Misma información
 - Mismos mensajes
 - Mismas imágenes y métodos



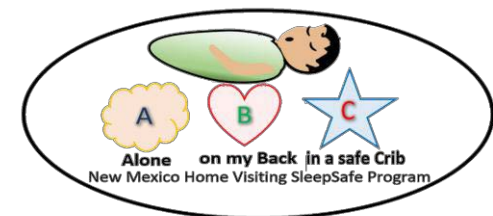
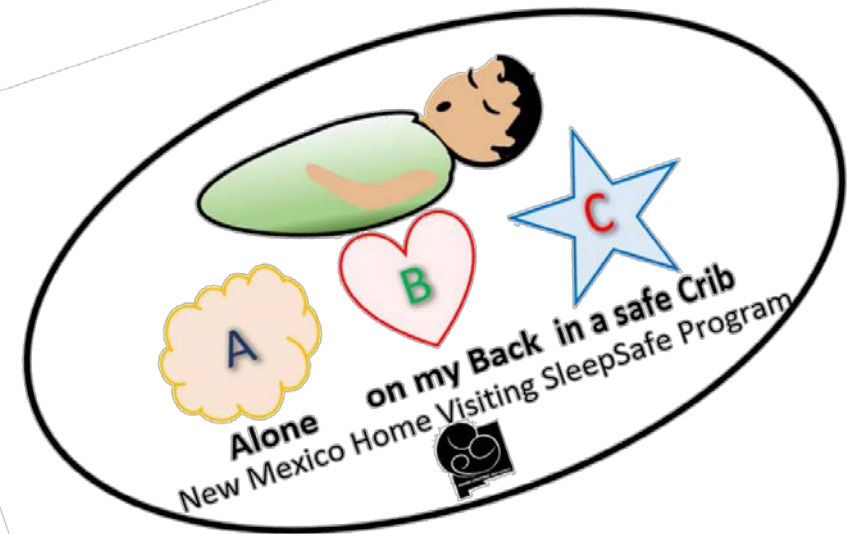
Sea Consistente

■ Información

- Los folletos para darle a las familias deben ser consistentes, sencillos y relevantes

■ Mismo mensaje (nuestro mensaje principal)

- A – Alone (sólo)
- B – on my Back (de espalda)
- C – en una Cuna segura



Sea Consistente

- **Vea información promocional acerca de su programa, familias, etc. asegúrese que no hayan imágenes mostrando prácticas inseguras de dormir**
 - *“Las creencias normativas de otros y las presiones de la sociedad influyen a los padres y cuidadores. Los anuncios de fabricantes de cunas, tiendas nacionales, y revistas dirigidas a los padres son fuentes de presión social...los anuncios continúan mostrando ambientes de dormir que no son adeptos”. (<https://www.aap.org/en-us/about-the-aap/aap-press-room/Pages/Crib-Marketing-Displays-Often-Depict-Unsafe-Sleep-Environments.aspx>)*



Sea Consistente

IMPORTANTE: El riesgo de SIDS es **mucho mayor (8 veces más alto)** cuando los bebés que están acostumbrados a dormir sólo de espaldas son colocados por primera vez en sus pancitas, tal y como en un ambiente de cuidado infantil o un nuevo cuidador

- Asegúrese que los padres hablen con abuelos, familiares, amigos, proveedores de cuidado infantil acerca de dormir seguro y comparta lo que funciona mejor para ayudar al bebé a quedarse dormido de espalda **TODAS LAS VECES**.

Dígale a todos quienes cuidan bebés que sigan estas prácticas importantes de dormir seguro.

Sea respetuoso – centrado en la familia



- Usar miedo, culpabilidad, o remordimiento usualmente no es un método efectivo para sostener comportamientos nuevos o deseables.
- Enfocarse en acciones efectivas que la gente pueda tomar para reducir el riesgo de SIDS es una táctica más efectiva y respetuosa.
- Tome en cuenta la identidad familiar, realidad, cultura, tradiciones...use Principios de Visita al Hogar cuando trate el tema de SafeSleep.

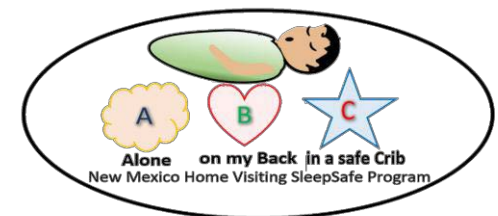


Visita al Hogar

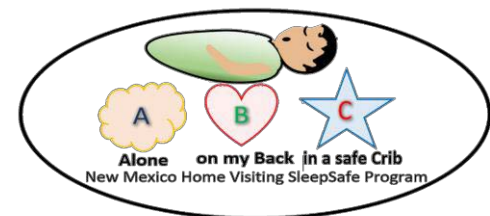
El método más efectivo para compartir el mensaje de SafeSleep son las reuniones cara a cara como parte de los Servicios de Visita al Hogar



Cunas de Bebé SafeSleep

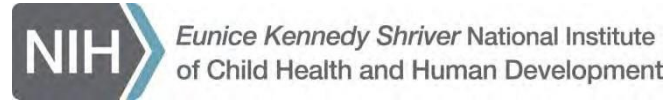


Se le enviarán por correo electrónico recursos
Los materiales serán enviados a su dirección de envío
Esta presentación será colocada en nuestro sitio web
Le enviaremos las ligas



El Contenido de esta Presentación fue basada en la Información siguiente:

Instituto Nacional Eunice Kennedy Shriver de Salud Infantil y Desarrollo Humano, Campaña de Safe to Sleep:
<https://www1.nichd.nih.gov/sts/Pages/default.aspx>



Healthy Native
Babies Project

Recursos usados para esta Presentación incluyen:

Healthy Children: <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/sleep/Pages/A-Parents-Guide-to-Safe-Sleep.aspx>

Centros para el Control y Prevención de Enfermedades <https://www.cdc.gov/vitalsigns/safesleep/index.html>

Back to Sleep: Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (www.hhs.gov), Administración de Recursos y Servicios de Salud (www.hrsa.gov), Secretaria de Salud Materna e Infantil (www.mchb.hrsa.gov)

Academia Americana de Pediatría: <http://www.aappublications.org/content/32/11/12.1>



¡Gracias!

