

## **CUIDADOS DEL RECIÉN NACIDO Y LACTANTE MENOR – POSICIÓN AL DORMIR.**

**Pregunta:** ¿Cuál es la posición ideal para dormir el recién nacido y lactante?

**Los bebés deben dormir boca arriba desde recién nacidos.**

Esta indicación comienza a partir de datos epidemiológicos de países asiáticos donde los bebés duermen boca arriba (posición supina) y prácticamente no existe Síndrome de Muerte Súbita del Lactante (SMSL).

En 1991 Susan Beal y colaboradores publicaron una revisión de 19 trabajos en distintas partes del mundo y en 17 de ellos existía una fuerte asociación de SMSL y posición boca abajo (posición prona) al dormir.

Los países que realizaron campañas médicas y publicitarias para evitar la posición boca abajo (prona) de los bebés al dormir han logrado disminuir notablemente la incidencia de SMSL.

Por otra parte, no existen datos de aumento de la morbimortalidad de lactantes por bronco-aspiración en lactantes que duermen boca arriba (supina).

Existen pocas excepciones de dormir boca arriba. Ellas son: neonatos de pretérmino con patología respiratoria, pacientes con reflujo gastro-esofágico severo o pacientes con malformaciones craneofaciales.

### **Otros comentarios sobre el dormir del bebé:**

- El colchón debe ser firme.
- No se debe sobreabrigar al bebé.
- No fumar en la habitación donde duerme el bebé.
- La cabeza debe estar descubierta, los brazos fuera de la ropa de cama y los pies que contacten con el borde de la cuna.
- No usar almohada ni plumones.
- La lactancia materna es un factor protector del SMSL.

Atentamente

Dr. Guillermo Amelong