

# Dormir con su Bebe: Conozca los Riesgos



## Safe Nursery Action Miembros del grupo:

Nan Peterson  
Safe Kids Coordinator  
American Family  
Children's Hospital  
(608) 262-9993

Lisa Bullard-Cawthorne  
Daniel Stattelmann-Scanlan  
Amy Vieth  
Public Health -  
Madison & Dane County

Mary Bradley  
Child Safety Advocate

John E Stanley  
Dane County Coroner

Jim Savage  
Kohl Safety Center

Michelle Reinen  
Product Safety Section  
WI DATCP  
(608) 224-5160

## ¿Sabía usted que dormir con su bebé puede ser peligroso?

Los padres deciden dormir con su bebé porque creen que es bueno para él, y con frecuencia no saben que puede producirle una lesión o la muerte por asfixia. Además, no hay ninguna prueba científica que compruebe que el dormir con su bebé disminuya el riesgo de Síndrome de Muerte Súbita Infantil (*SIDS* por sus siglas en inglés), también conocido como “muerte de cuna”.

### Hechos Sobre las Lesiones

En el Condado de Dane  
(1994-2002):

- Casi  $\frac{3}{4}$  (16 muertes) de las muertes no intencionales de niños menores de 2 años se produjeron mientras dormían con otra persona
- En todos los casos, el niño fue atrapado entre una persona y un colchón o un sofá.

En los Estados Unidos  
(1999 - 2001):

- Las camas de adultos estuvieron involucradas en la mayoría de las 100 muertes por asfixia en niños menores de 2 años

### Los Riesgos

- Asfixia debido a que los adultos u otros niños se dan la vuelta y caen sobre el bebé.
- Asfixia producida cuando el bebé se voltea, debido al peso que ejerce un adulto sobre la cama, cambiando de posición boca arriba a boca abajo.
- Asfixia de bebés múltiples (gemelos) compartiendo una cuna han ocurrido.

### Otros Riesgos de las Camas para Adultos

- El bebé queda atrapado entre la cama y la pared, otro objeto, el pie de la cama, o los cojines de un sofá.
- Asfixia en las camas de agua o artículos de cama blandos (almohadas, piel de oveja, cobijas, edredones y colchas).
- Caídas de la cama sobre un montón de ropa, bolsas de plástico u otros materiales u objetos blandos que puedan asfixiar a su bebé.

### Alternativas Seguras para Dormir con su Bebé

- Cada infante debe dormir en una cuna separada.
- Coloque la cuna o el moisés junto a su cama, o considere usar un “co-sleeper”- una cama de bebé que se une a una cama de adulto.
- Mantenga al bebé en una cuna y Usted duerma en el suelo o en un catre en el cuarto del bebé.

De cualquiera de las dos formas, el bebé estará a su alcance.

### Ejemplos con una Muñeca



Atrapado entre la cama y la pared



Atrapado entre la cama y un objeto



Atrapado en la barandilla

### Fuentes de información:

US Consumer Product  
Safety Commission  
[www.cpsc.gov](http://www.cpsc.gov)

American Academy of  
Pediatrics  
[www.aap.org](http://www.aap.org)

Safe Kids Worldwide  
[www.safekids.org](http://www.safekids.org)

### Si usted decide dormir con su bebé, reduzca los riesgos haciendo lo siguiente:

- Coloque siempre al bebé boca arriba para dormir.
- NUNCA comparta la cama con su bebé si se siente extremadamente cansado, si está tomando un medicamento que le produce somnolencia o si se encuentra bajo la influencia de alcohol o drogas. Esto puede disminuir su capacidad para ser consciente de las necesidades de su bebé y reduce su capacidad de respuesta.