



Hoja informativa de seguridad para bebés, Wyoming, 2016-2018

Departamento de Salud de Wyoming (Wyoming Department of Health)

2 0 1 9

Datos importantes de WY PRAMS (2016-2018)

El 77 % de las madres de Wyoming informan a PRAMS que su bebé *siempre o casi siempre* duerme solo/a en su cuna o cama.

El 89 % de las madres de Wyoming informan que su bebé *nunca* duerme en un sillón o sofá.

El 37 % de las madres de Wyoming informan que su bebé duerme con un saco de dormir o manta que se coloca.

Sueño seguro para bebés

La posición para dormir de los bebés y el entorno son dos factores que podemos mejorar para reducir el riesgo de Síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS, por sus siglas en inglés), que se define como la muerte de un bebé de menos de 1 año que no tiene explicación.

El SIDS es la cuarta causa principal de muerte en bebés en los Estados Unidos, con unas 1400 muertes de bebés en 2017.¹

Están en aumento las muertes de bebés por asfixia y estrangulamiento accidental en la cama. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) informan que cada 100 000 bebés nacidos en los Estados Unidos, 24.6 mueren por asfixia y estrangulamiento accidental en la cama (2017).¹

Healthy People 2020, los objetivos nacionales a 10 años para mejorar la calidad de salud de todos los estadounidenses, estableció un objetivo para 2020 que el 75.8 % de los bebés sean acostados a dormir boca arriba.²

Esto se compara con el punto de referencia de 2007 del 68.9 % de los bebés que eran acostados boca arriba.²

Recomendaciones de la Academia Estadounidense de Pediatría

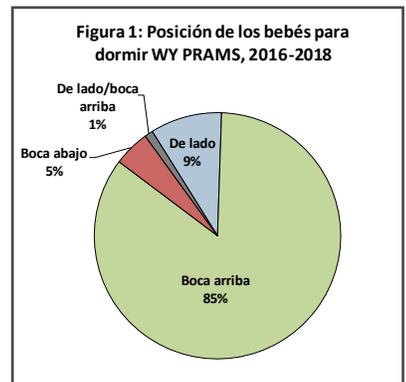
La Academia Estadounidense de Pediatría (AAP, por sus siglas en inglés) recomienda que los bebés sean acostados a dormir boca arriba, sobre un lugar firme, en la misma habitación que los padres, pero no en la misma cama.³

Se recomiendan las cunas, los moisés y las cunas portátiles/corralitos que cumplen con los estándares de la Comisión de seguridad de productos.⁴

La AAP *no* recomienda que se comparta la cama en una superficie blanda, como un colchón de agua o viejo, un sofá o un sillón.⁴ No debe haber almohadas, mantas, juguetes ni chichoneras en la cama.³

Datos de Wyoming

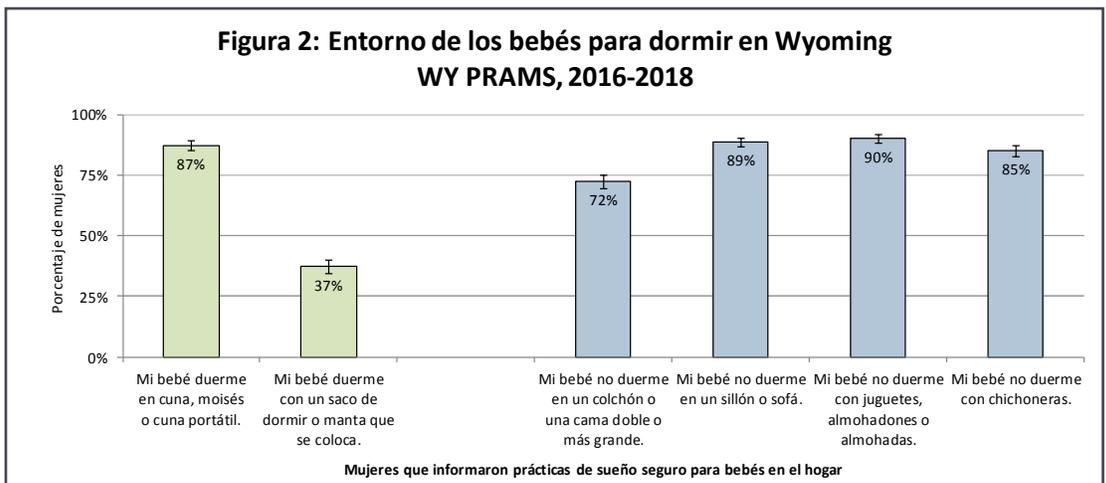
La encuesta de Monitoreo de evaluación de riesgos en el embarazo (PRAMS, por sus



siglas en inglés) de Wyoming, consulta a las madres recientes sobre la posición para dormir y el entorno en el que duermen los bebés.

Wyoming *supera* el objetivo de National Healthy People 2020 con un 85.5 % de los bebés que son acostados boca arriba para dormir (Figura 1).

La mayoría (89 %) de las madres de Wyoming informan que sus bebés *no* duermen en un sillón o sofá, y el 90 % informa que su bebé *no* duerme con juguetes, almohadones ni almohadas (Figura 2).





Fotografía: Centros de Control y Prevención de Enfermedades

Compartir información de sueño seguro con madres recientes: Hable con su proveedor de servicios médicos

- La encuesta PRAMS de Wyoming también consulta a las mujeres que acaban de tener un bebé sobre lo que su proveedor de servicios médicos (médico, enfermera u otro trabajador de la salud) informó sobre un entorno de sueño seguro para su nuevo bebé.
- La mayoría de las mujeres (90%) informaron que su proveedor de servicios médicos les habló sobre colocar a su bebé boca arriba para dormir.
- 8 de 10 mujeres informaron que su proveedor de servicios médicos les informó qué cosas deben y no deben ir en la cama con el nuevo bebé.
- El 77 % de las madres recientes informaron que se les recomendó que coloquen al bebé a dormir en una cuna, un moisés o una cuna portátil.
- Pero *menos de la mitad de las mujeres* (45 %) informaron que su proveedor de servicios médicos les dijo que la cuna o cama del bebé debe estar en la misma habitación que la cama de ellas.

Recursos para familias y proveedores

Para más información sobre la posición de los bebés para dormir y el entorno, con videos y recursos para imprimir/compartir para familias y proveedores, visite los siguientes sitios:

- **Helping Babies Sleep Safely**, (Cómo ayudar a los bebés a dormir seguros), Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: <https://www.cdc.gov/reproductivehealth/features/baby-safe-sleep/>
- **How to Keep Your Sleeping Baby Safe**—(Cómo hacer que su bebé duerma seguro)—Explicación de la política de la AAP: <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/sleep/Pages/A-Parents-Guide-to-Safe-Sleep.aspx>
- **Safe to Sleep**: (Seguro para dormir) Institutos Nacionales de Salud: <https://safetosleep.nichd.nih.gov/>

Referencias

- 1) Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC). Sudden Unexpected Infant Death and Sudden Infant Death Syndrome. (Muerte súbita de bebés y síndrome de muerte súbita del lactante) Se accedió el 22 de noviembre de 2019 en <https://www.cdc.gov/sids/data.htm>
- 2) Oficina de Prevención de Enfermedades y Promoción de la Salud. Healthy People 2020. Maternal Infant Child Health (Salud de madres, bebés y niños)-2020 Se accedió el 22 de noviembre de 2019 en <https://www.healthypeople.gov/>
- 3) Academia Estadounidense de Pediatría SIDS and Other Sleep-Related Infant Deaths: Updated 2016 Recommendations for a Safe Infant Sleeping Environment (SIDS y otras muertes de bebés relacionadas con el sueño: recomendaciones de 2016 actualizadas para un entorno seguro para que duerman los bebés) (Declaración de política). Se accedió el 22 de noviembre de 2019 en <http://pediatrics.aappublications.org/content/early/2016/10/20/peds.2016-2938>
- 4) AAP Task Force on Sudden Infant Death Syndrome. SIDS and Other Sleep-Related Infant Deaths: Updated 2016 Recommendations for a Safe Infant Sleeping Environment (Equipo de trabajo sobre Muerte súbita del lactante. SIDS y otras muertes de bebés relacionadas con el sueño: recomendaciones de 2016 actualizadas para un entorno seguro para que duerman los bebés). *Pediatrics*. 2016;138(5):e20162938 Se accedió el 11 de diciembre de 2019 en <https://pediatrics.aappublications.org/content/early/2016/10/20/peds.2016-2938#abstract-1>



Wyoming
Department
of Health

¿Qué es PRAMS?

El Sistema de Monitoreo de Evaluación de Riesgos del Embarazo (PRAMS) de Wyoming es un proyecto de investigación del Departamento de Salud de Wyoming y de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). El PRAMS de Wyoming recopila los datos específicos de la población de Wyoming en relación con las actitudes y experiencias de las madres antes del embarazo, durante el embarazo y poco tiempo después.

El objetivo del proyecto PRAMS es mejorar la salud de las madres y de los bebés a través de la reducción de los resultados adversos, como bajo peso al nacer, mortalidad y morbilidad de los bebés y morbilidad materna. Para obtener más información sobre el PRAMS de Wyoming, llame al Coordinador al 307-777-6304 o bien, visite nuestro sitio web: <https://health.wyo.gov/publichealth/chronic-disease-and-maternal-child-health-epidemiology-unit/mch-epi/pregnancy-risk-assessment-monitoring-system-prams/data/>