



Por un niño
sano en un
mundo mejor

Sociedad Argentina de Pediatría

MIEMBRO de la ASOCIACIÓN LATINOAMERICANA DE PEDIATRÍA y de la ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE PEDIATRÍA

Recomendaciones sobre sueño seguro en el contexto de la pandemia Covid-19

La pandemia por virus SARS-CoV-2 conocido como nuevo coronavirus, nos ha obligado enfatizar las recomendaciones para disminuir el riesgo de contagio del virus.

En este escenario, es importante que no se desatiendan otras acciones primordiales para proteger la salud infantil.

La pandemia actual producirá una movilidad social descendente con necesidades básicas insatisfechas (NBI) en aumento. Unos de los 5 indicadores definen las NBI es el hacinamiento. El porcentaje de hacinamiento en el conurbano bonaerense es del 29,2 % (2017-2018) según el Observatorio de la Deuda Social Argentina.

De todos los factores que componen una situación deficitaria, el hacinamiento, en opinión de varios autores, es el indicador más grave del déficit por la amplia gama de consecuencias negativas que ocasiona. Los lactantes son especialmente vulnerables a esta situación.¹

El hacinamiento incrementa el número de miembros familiares convivientes que pueden transmitir las infecciones respiratorias virales a los bebés y aumentar la incidencia de muerte súbita e inesperada del lactante (MSIL).

La época de incidencia mayor de infecciones respiratorias virales en los lactantes coincide con el pico de la MSIL.

La tasa de MSIL aumenta a medida que aumenta el orden de nacimiento de un bebé en su familia y la cantidad de los miembros de la familia convivientes.²

Nuestra finalidad es transmitir un mensaje unificado de prevención de la salud según las evidencias actuales³ a la comunidad y a todo el equipo de salud involucrado en el cuidado de los niños pequeños.

Referencias

1. Caballero MT, Bianchi AM, Nuño A, Ferretti AJP, et al. Mortality associated with acute respiratory infections among children at home. *J Infect Dis.* 2019;219(3):358–364.

2. Mage DT, Latorre ML, Jenik AG, Donner EM. An acute respiratory infection of a physiologically anemic infant is a more likely cause of SIDS than neurological prematurity. *Front Neurol*. 2016;7:129. Published 2016 Aug 23.
3. Grupo de Trabajo en Muerte Súbita e Inesperada del Lactante, Sociedad Argentina de Pediatría, Jenik A, Grad E, Orazi V, Sapoznikoff L, et al. Consideraciones sobre el sueño seguro del lactante: Resumen ejecutivo [Considerations about the infant safe sleep: Executive summary]. *Arch Argent Pediatr*. 2015;113(3):285–287.

Recomendaciones sobre sueño seguro para el niño durante la pandemia

- Tenga el calendario de vacunas actualizado.
- Lávese las manos en forma minuciosa antes y después de tocar al bebé.
- Continúe amamantando a su bebé; no hay evidencia que el coronavirus se transfiera por la leche humana. Si tiene tos o estornudos utilice un barbijo o tapaboca para amamantar.
- Acueste al niño siempre boca arriba.
- El lugar más seguro para que duerma el bebé es en una cuna al lado de la cama de sus padres. Si la madre tiene tos o estornudos, puede alejar la cuna a 2 metros para disminuir el riesgo de contagio.
- No fume durante el embarazo ni exponga al bebé al humo del tabaco.
- Retire todo tipo de objetos de la cuna (almohadas, juguetes, chichoneras, etc.)
- Mantenga la cabeza del bebé siempre descubierto.
- Ofrezca el chupete para dormir cuando la lactancia esté bien establecida
- Evite el exceso de abrigo y mantenga el ambiente ventilado, con una temperatura ambiente moderada. Si su bebé presenta una temperatura de 37,5 °C o mayor, tos o rechazo de la comida consulte al médico a la brevedad.
- Realice los controles médicos durante el primer año de vida a los 2, 4, 6, 9 y 12 meses.

Grupo de Trabajo en Muerte Súbita e Inesperada del Lactante.