



2 de Marzo de 2006

## **SMIS: Un Asesino Infantil**

Por **KARINA FLORES-HURLEY**

No existe milagro más maravilloso que el de la vida. La maternidad es, sin duda, una bella etapa en la vida de toda mujer, pero también una llena de temores. Esta segunda vez en el oficio de ser madre, me di cuenta de que aún hay mucho por descubrir, sobre todo en lo que respecta al cuidado de un recién nacido, su seguridad y bienestar.

No fue hasta hace poco y con motivo de una información brindada en el hospital, que me interesé por conocer más sobre un terrible enemigo de los bebés: el Síndrome de Muerte Infantil Súbita (SMIS). Conocido por sus siglas en inglés como SIDS, se refiere a la causa de muerte -aparentemente inexplicable- de un infante menor de un año de edad.

La forma más común en la que se manifiesta es mientras el bebé duerme. Precisamente por eso es conocida por muchas personas como 'muerte de cuna', lo cual no significa que las cunas sean la causa de SMIS.

¿Y entonces, cuál es la causa de una muerte repentina en un recién nacido? Se esperaría que, en pleno siglo XXI y después de treinta años de investigación, la medicina moderna sea capaz de responder a esta pregunta. Sin embargo, el síndrome de muerte infantil súbita aún continúa siendo un misterio.

De acuerdo a un estudio realizado por la CDC y el Centro Nacional de Estadísticas de Salud, publicado en el Instituto Americano de SMIS, la incidencia de este síndrome en los Estados Unidos ha disminuido dramáticamente desde los años ochenta. Sin embargo, aún sigue siendo la primera causa de muerte en los bebés de entre un mes y un año de vida.

Extrañamente, la mayoría de muertes causadas por SMIS ocurren en los bebés de entre dos y cuatro meses de edad. No existe motivo evidente por lo cual esto sucede con mayor regularidad durante esta etapa de la vida, así como tampoco se sabe por qué afecta con mayor incidencia a ciertos grupos étnicos. Los bebés de origen afroamericano, por ejemplo, son dos veces más propensos de ser víctimas de SMIS que los bebés blancos no hispanos mientras que en el caso de los bebés nativos americanos, la incidencia se triplica.

Si bien los doctores y expertos en el cuidado infantil no tienen respuestas en lo que concierne a esta misteriosa causa de muerte infantil, sí están de acuerdo en que existen factores de prevención, los cuales pueden ponerse en práctica tanto durante la etapa de

gestación como durante el primer año de vida del infante.

Para las futuras mamás, es muy importante llevar un programa de cuidado prenatal, ya que una adecuada nutrición durante la dulce espera es una forma de prevención del embarazo prematuro, el cual, a su vez, es un factor de riesgo de SMIS.

Consecuentemente, resulta fundamental evitar el uso de drogas, alcohol y tabaco durante la etapa de gestación. Los expertos también recomiendan esperar un intervalo de al menos un año entre embarazos, pues de acuerdo a estudios realizados, parecen disminuir la incidencia de SMIS en los bebés.

Si ya tiene a su bebé consigo en casa, existen varios pasos que se pueden tomar para disminuir el riesgo de SIMS. El primero y más importante es el de la posición de los bebés al dormir o tomar una siesta: deben hacerlo boca arriba, sobre sus espaldas. Tal vez el mayor temor de los padres respecto a esto es la posibilidad de atragantamiento

No es el caso -los bebés pueden tragar o escupir automáticamente los fluidos. Además, no ha habido un incremento del índice de asfixia o atragantamiento en los bebés que duermen en esta posición.

Los bebés deben dormir siempre sobre una superficie firme, y nunca sobre almohadas o cualquier otra superficie suave. Además, mantenga alejados del área de dormir de la cuna cualquier objeto o juguete.

Si bien es común que los recién nacidos y bebés pequeños duerman en nuestra habitación, no se debe permitir que lo hagan en camas o sofás con otros adultos, incluyéndonos a nosotros mismos. Si lo amamanta durante la noche, sea cautelosa y, una vez que haya terminado, regréselo a su cuna. Evite que su bebé se sobrecaliente. Tanto la temperatura del cuarto donde duerme como la ropa que lleva, deben resultarle cómodas. Y, por último, no fume y evite que otros lo hagan cerca de su bebé. Los estudios demuestran que el tabaco podría ser uno de los elementos causantes de SMIS.

Actualmente existen muchas organizaciones dedicadas a la investigación y difusión de información preventiva sobre el SMIS. Se espera que durante los próximos años, mayores estudios puedan brindar una explicación a tan misterioso mal, y de una vez por todas, acabar con este asesino infantil.

Si desea información en español y referidos a servicios de salud en su comunidad llame a la Línea de Ayuda de la Fundación Self Reliance al 1-800-473-3003.