



Prácticas de sueño seguro para niños pequeños Hoja de consejos para proveedores de cuidado infantil de Idaho

La ley federal y las reglas del programa ICCP se enfocan en promover las prácticas de sueño seguro para niños pequeños (entre 0 y 12 meses de edad) que reducen el riesgo de síndrome de muerte infantil repentina o muerte súbita e inesperada infantil (SIDS/SUID). Todos los proveedores que participan en el ICCP deben cumplir con estas prácticas en todo momento y completar con éxito las inspecciones de salud y seguridad.

- **Siga las recomendaciones vigentes de la Academia Americana de Pediatría sobre las prácticas del sueño seguro, incluyendo la reducción de SIDS/SUIDS.**
- **Supervise a los niños cuando tomen una siesta o duerman.**
 - Los proveedores de cuidado deben ver y escuchar a los niños en todo momento, incluyendo a la hora de la siesta, y deben estar disponibles y ser capaces de ayudar inmediatamente a un niño en caso de una emergencia.
 - *La supervisión por medio de la vista y oído siempre es recomendable.*
 - Los niños que tomen una siesta y que no estén a la vista de un miembro del personal, siempre deben estar a una distancia a la que se les pueda escuchar con facilidad.
 - Todos los niños (incluyendo los niños del cuidador), dormidos o despiertos, cuentan en la relación de requisitos.
 - Los equipos de vídeo o los monitores de bebés no sustituyen la supervisión o el monitoreo.
- **Todas las cunas, moisés, "corralitos" y "pack-n-plays" deben estar en buen estado y contar con la aprobación de la Comisión de Seguridad de Productos del Consumidor (CPSC) como dispositivos para dormir para bebés y niños pequeños.**
 - Las sillitas mecedoras, los columpios, los asientos de auto, las hamacas, las cajas, los Boppy's, los Bumbos y los DockATot NO son dispositivos para dormir aceptables.
 - Si el niño se queda dormido en un dispositivo o lugar que no sea aceptable para dormir, se le deberá trasladar a un dispositivo para dormir aprobado por la CPSC.
 - Los colchones deben caber sin presión en la cuna y estar fabricados específicamente para el tamaño de esta.
 - La ropa de cama utilizada bajo los catres, cunas y corrales de los niños debe ajustarse a la perfección.
- **Coloque al bebé a dormir sobre su espalda, en una superficie de descanso plana.**
 - Si un bebé se voltea mientras duerme, el cuidador debe volver a colocarlo sobre su espalda hasta que el bebé esté en condiciones de rodar de su espalda al frente y del frente a su espalda.
 - *Esta habilidad del desarrollo debe poder observarse con facilidad cuando un bebé esté despierto o dormido.*
 - Si hay un requisito médico para que un niño esté en *cualquier* otra posición de dormir, se debe incluir una nota del médico (en papel con membrete profesional con la información de contacto del médico) en el archivo del centro y ponerse a disposición del inspector.
 - *Una nota de un médico no es una exclusión de la responsabilidad de un proveedor del cuidado de los niños.*

- **Ilumine el espacio adecuadamente para poder observar el color de la piel en caso de que cambie.**
 - Supervise los patrones de respiración del niño a través de la observación visual y note cualquier cambio.
- **Permita que los bebés sigan sus propios patrones de sueño.**
 - Los bebés necesitan dormir cuando están agotados y no de acuerdo a un horario determinado por el proveedor de educación temprana.
- **No tenga sábanas sueltas, peluches, almohadas, protectores de cuna o artículos similares dentro de una cuna.**
 - Se puede utilizar ropa de dormir para bebés, como sacos de dormir o pijamas, para mantener cálidos a los bebés.
 - Después de que el bebé comience a mostrar señales de intentar rodar (alrededor de los 3 meses de edad), no se debe envolver al bebé.
 - *Se recomienda el uso de sacos de dormir si se quiere envolver al bebé.*
 - *Si se envuelve al bebé, debe hacerse alrededor del pecho, pero dando amplio espacio a la altura de las caderas y las rodillas para evitar la dislocación de la cadera o la displasia de cadera.*
- **Los artículos que representen una amenaza de estrangulación, caída o peligro de atrapamiento deben mantenerse fuera del alcance del bebé mientras esté en la cuna, moisés u otro equipo aprobado para dormir.**
 - Se debe considerar cuidadosamente la colocación de cables eléctricos, cordones de persianas y cortinas, lámparas, monitores de bebé, mantas, televisores, juguetes, sábanas, toallas, adornos de pared, cuadros, etc. para asegurarse de que no haya forma de que un niño pueda llegar a ellos desde el lugar donde duerme.
 - No utilice cuerdas para colgar ningún objeto (móviles, juguetes, bolsos de pañales, etc.), dentro o cerca de la cuna.
 - Se pueden utilizar los chupones. Sin embargo, no se deben sujetar, fijar o ajustar los chupones a la ropa del bebé ni atarse alrededor del cuello, la muñeca u otra parte del bebé.
- **No deje que una manta o cualquier otro artículo cubra o cuelgue sobre una cuna, moisés u otro equipo sobre el cual duermen comúnmente los bebés.**
 - Los artículos que cuelgan sobre la cuna afectan la capacidad de un proveedor de aprendizaje temprano para ver y escuchar al bebé.
 - Los artículos colgantes pueden caer sobre el bebé y crear un riesgo de asfixia o enredo.
- **No deje que prendas cubran cualquier parte de la cabeza o cara de un bebé mientras duerme y reacomódelos cuando sea necesario.**
 - Las prendas que cubren la cabeza de un bebé podrían afectar su capacidad para respirar.
- **Evite que los bebés se calienten demasiado mientras duermen. Es una buena práctica el vestir a un bebé con una capa más de ropa de la que usted lleva puesta, de manera que esté cómodo en el mismo entorno.**
 - Algunas señales de que un bebé está demasiado caliente o que siente dolor, incluyen, pero no se limitan a:
 - *Sudoración*
 - *Un aumento repentino de su temperatura*
 - *Piel enrojecida, pálida o caliente y seca, y cálida al tacto*
 - *Vómitos*
 - *Negarse a beber*
 - *Fontanela hundida ("puntos blandos")*
 - *Irritabilidad*