



Evite envolver a su bebé una vez que comience a darse la vuelta, y tenga en cuenta que envolver no reduce el riesgo de síndrome de muerte súbita del bebé.

Si su bebé se coloca boca abajo o se pone boca abajo mientras está envuelto, el riesgo de muerte es mayor.

Si opta por envolverlo, siga estas recomendaciones:

- Asegúrese de que esté bien envuelto para que la manta no se afloje durante el sueño.
- No lo envuelva tan apretado que su bebé no pueda mover las caderas.
- Si su bebé se coloca boca abajo o se pone boca abajo mientras está envuelto, el riesgo de muerte es mayor.
- No use mantas, ropa u objetos pesados dentro de la manta para envolver.
- Evite envolver al bebé una vez que comience a darse la vuelta (dos o tres meses de edad).
- Revise a su bebé para ver si hay signos de sobrecalentamiento.



Si envuelve a su bebé, siempre colóquelo boca arriba para dormir y controle al bebé para asegurarse de que no se dé la vuelta.



TAMBIÉN EN ESTA SERIE:
Boca Arriba al Dormir
Comportamiento del Bebé:
Sueño
Comportamiento del Bebé:
Alimentación
Superficie para Dormir
Condiciones Especiales de
Salud

Hablemos – Envolver al Bebé

Envolver al bebé puede dificultar que se despierte

Para obtener recursos, visite: dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro

dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro



Evite envolver a su bebé una vez que comience a darse la vuelta, y tenga en cuenta que envolver no reduce el riesgo de síndrome de muerte súbita del bebé.

Preguntas comunes de familiares y cuidadores

¿Se debe envolver a un bebé?

¡Cada bebé es diferente!

A pesar de que es posible que haya escuchado que envolver a su bebé prematuro es lo mejor, es importante que hable con su médico para asegurarse de que está bien envolver a su bebé prematuro.

Envolver a su bebé no reduce el riesgo de síndrome de muerte súbita del bebé (SIDS, por sus siglas en inglés), y es muy importante asegurarse de que su bebé envuelto en pañales se duerma boca arriba.

Mi familia me ha dicho que, si no envuelvo a mi bebé, el bebé podría enfriarse y enfermarse. ¿Cómo puedo compartir esta recomendación con ellos?

Es común que la familia y otros cuidadores compartan lo que hicieron cuando criaron a sus propios hijos u otros nietos.

Los cuidadores estaban proporcionando la mejor atención que podían según la investigación de la época.

Hoy sabemos que no es así, así que comparta estas prácticas actualizadas para asegurarse de que todas las personas que cuidan a su bebé ayuden a que el bebé duerma de manera segura.

Mi familia me ha dicho que, si no envuelvo a mi bebé, el bebé podría enfriarse y enfermarse. ¿Cómo puedo compartir esta recomendación con ellos?

Envolver a su bebé no reduce el riesgo de SIDS. Sin embargo, algunos bebés están más tranquilos y duermen mejor cuando están envueltos.

Envolver también puede hacer que sea más difícil para usted notar las señales de hambre de su bebé, especialmente si los brazos del bebé están envueltos dentro de la manta.

Una vez que su bebé comienza a darse la vuelta, envolver aumenta el riesgo de otras muertes relacionadas con el sueño por asfixia y estrangulación.

Asegúrese de colocar siempre a su bebé envuelto para que duerma boca arriba y asegúrese de que la manta no esté demasiado apretada. Si la manta está demasiado apretada, puede dificultar que su bebé respire o mueva las caderas y puede hacer que sea más probable que su bebé se caliente demasiado.



Hablemos – *Círculo de Apoyo*

¡Continúe compartiendo información sobre el sueño infantil seguro con padres y cuidadores durante el primer año para fomentar el uso de prácticas seguras para el sueño!

Para obtener recursos, visite:

dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro