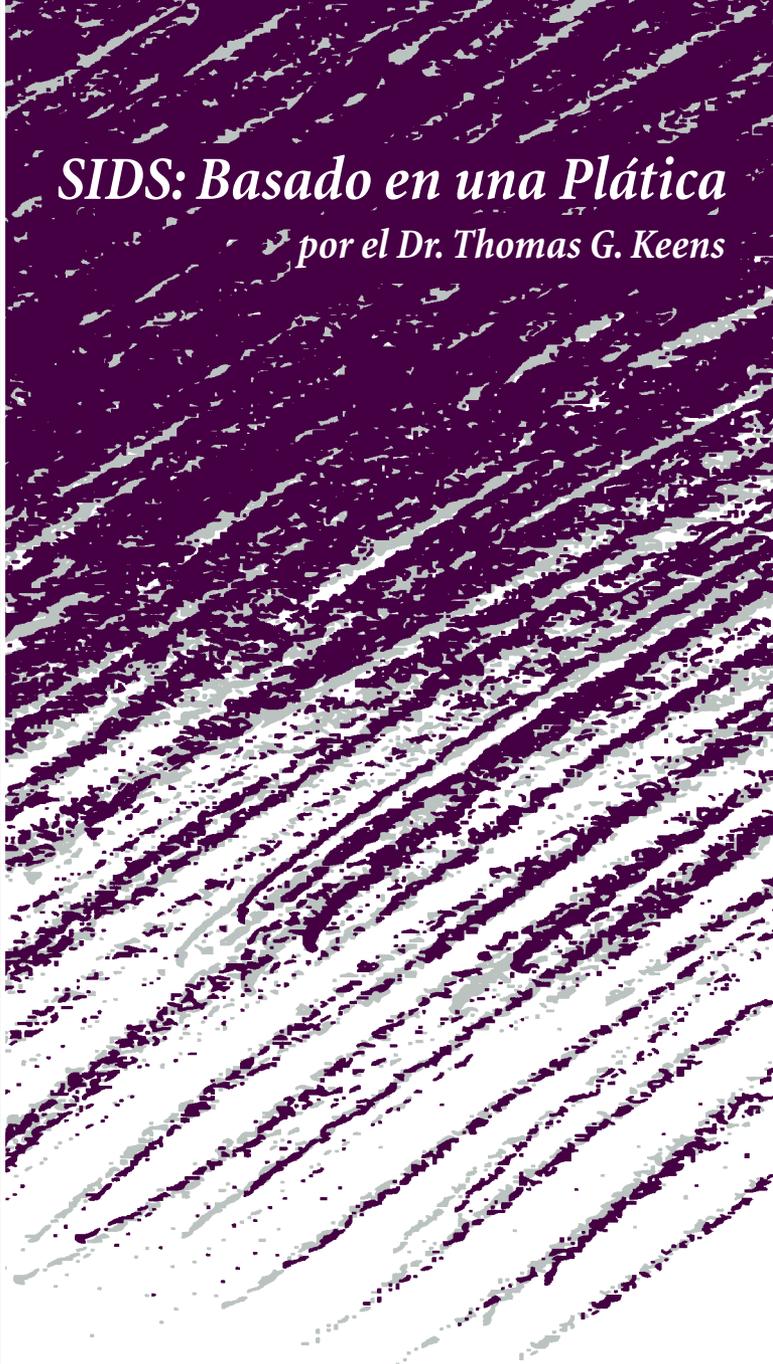




# *SIDS: Basado en una Plática*

*por el Dr. Thomas G. Keens*



CALIFORNIA  
SIDS  
PROGRAM  
SUDDEN INFANT  
DEATH SYNDROME

CALIFORNIA DEPARTMENT  
OF HEALTH SERVICES MCH

Síndrome de Muerte  
Infantil Repentina



## ASADO EN UNA PLÁTICA



Del Dr. Thomas G. Keens  
Profesor de Pediatría, Fisiología y Biofísica  
Facultad Keck de Medicina de la Universidad  
del Sur de California  
División de Pulmonología Pediátrica  
Childrens Hospital de Los Angeles

24 de febrero, 2000

El Dr. Thomas G. Keens, Profesor de Pediatría, Fisiología y Biofísica División de Pulmonología Pediátrica en Childrens Hospital de Los Angeles, ha sido parte de la comunidad del SINDROME DE MUERTE INFANTIL REPENTINA (conocido en inglés como SIDS) por más de 20 años. Él es miembro de la Junta Directiva de SIDS de California, y sirve como nexo con la Academia Americana de Pediatría. Por muchos años, Dr. Keens fue el presidente anterior del Consejo Regional de SIDS del Sur de California y continúa como miembro activo. Además, es uno de los investigadores principales del Estudio de Evaluación de Control Colaborador de Intervención en el Hogar (conocido en inglés como C.H.I.M.E.) y tiene reconocimiento internacional por su labor en el campo de la investigación de SIDS. Es autor de numerosos artículos y regularmente aparece como orador en California, a lo largo de los Estados Unidos, así como en el extranjero. Sin embargo, su logro más sobresaliente es haber sido nominado para recibir el Premio del Senador Daniel E. Boatwright por servicio público extraordinario en nombre de los californianos que han sido afectados por el SINDROME DE MUERTE INFANTIL REPENTINA.

Muchas familias y personas que cuidan a niños los cuales han muerto por causa de SIDS, desean saber todo lo que se pueda sobre este síndrome. Esta publicación se basa en una plática dada por el Dr. Thomas G. Keens. Esperamos que esta información sea la que ha estado buscando.

## ¿Qué es el Síndrome de Muerte Infantil Repentina (SIDS)?

SIDS es la muerte repentina de un bebé menor de un año de edad, la cual queda sin explicación aún después de realizar una investigación completa, incluyendo una autopsia, investigación del lugar donde ocurrió la muerte y revisión de la historia del caso.

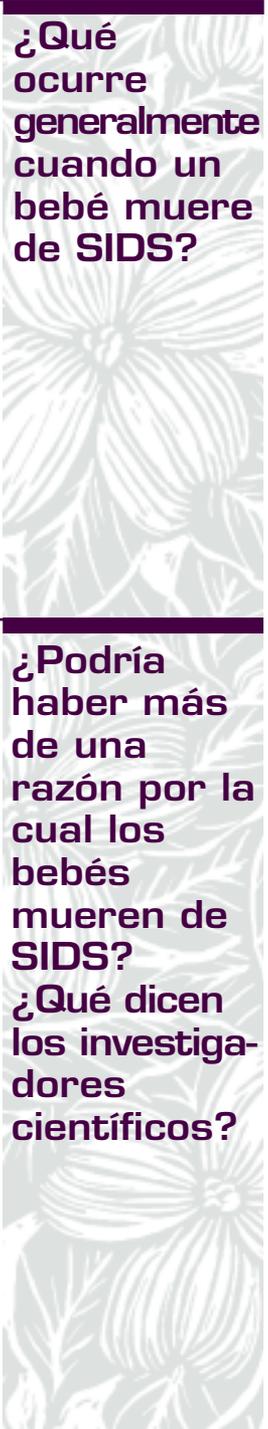
Esto significa que SIDS es la muerte súbita e inesperada de un bebé que parece estar completamente sano. SIDS casi siempre ocurre cuando el bebé está durmiendo. Aún después de haber analizado con cuidado la muerte del bebé, no se puede encontrar una causa conocida de muerte. Sin embargo, lo que se sabe, es que SIDS es una causa natural de muerte.

SIDS es la causa de muerte más común entre los bebés que tienen desde un mes de nacidos hasta un año de edad. De cada 1,000 bebés que nacen, uno muere por este síndrome. Cada año mueren aproximadamente 3,000 bebés en los Estados Unidos por causa de SIDS. Hay una muerte de SIDS cada tres horas en los Estados Unidos.

La mayoría de las muertes de SIDS ocurren cuando los bebés tienen de 2 a 4 meses de edad. Casi todas las muertes por SIDS suceden antes que el bebé cumpla 6 meses de edad, pero alrededor del 5% pueden ocurrir entre los 6 y 12 meses de edad.

**Nunca habíamos oído nada sobre SIDS hasta que murió nuestro bebé. ¿Es esto algo nuevo?**

SIDS no es trastorno nuevo. Una muerte probablemente a causa de SIDS está descrita en el Antiguo Testamento de la *Biblia* (1 Reyes 3:19). Por medio de documentos históricos se sabe que este síndrome existía por lo menos desde hace 3,000 años. Sin embargo, se creía que los bebés se asfixiaban al enredarse en las sábanas o porque alguien se volteaba sobre el niño. Ahora no creemos que éstas sean causas comunes o importantes de SIDS. Debido a que hasta 1974 SIDS no era un diagnóstico oficial como causa de muerte, muchos bebés ya habían muerto de este síndrome, pero la causa oficial de muerte constaba como otra. Aunque SIDS es un trastorno antiguo, hasta la fecha nadie sabe cuál es su causa.



## ¿Qué ocurre generalmente cuando un bebé muere de SIDS?

Cuando los padres o las personas que cuidan al bebé lo acuestan a dormir en la noche o para una siesta durante el día, y regresan, aún a veces después de un poco tiempo (menos de 20 minutos), encuentran que su bebé murió repentinamente mientras dormía. Este síndrome también ha ocurrido cuando el bebé dormía en el asiento del carro, y aún en los brazos de su madre. No hay aviso. El bebé no hace ningún ruido. SIDS ocurre rápida y calladamente. Creemos que los bebés que mueren de SIDS no sufren ni sienten ningún dolor.

La mayor parte del tiempo, los bebés parecían estar completamente sanos antes de su muerte. Algunos podían haber tenido un pequeño catarro, pero éste no fue la causa de SIDS. Otros bebés habían tenido otras enfermedades menores, pero éstas no fueron suficientemente serias como para pensar que el bebé moriría.

## ¿Podría haber más de una razón por la cual los bebés mueren de SIDS?

Todos los bebés que mueren de repente e inesperadamente son examinados por un forense para determinar la causa de muerte. Para el 15% al 20% de estas muertes se encuentra la razón por la cual ocurrieron. Estas no son muertes causadas por SIDS. Pero, para el 80% al 85% de los bebés que mueren repentinamente, no se ha encontrado una causa de muerte. Se dice que estos bebés murieron de SIDS.

Como nadie sabe por qué estos bebés mueren de SIDS, no se sabe con seguridad si todos los bebés con SIDS mueren de la misma manera. Puede haber más de una causa por la cual estos bebés mueren. Mientras se aprende más sobre el tema, más explicaciones se pueden dar para algunas de las muertes que ahora creemos que son causadas por SIDS. Pero la mayoría de las muertes causadas por este síndrome tienen algunas cosas en común que son importantes. Por eso, muchos investigadores científicos llegan a la conclusión de que hay una razón por la cual ocurren la mayoría de las muertes de SIDS. Las siguientes son algunas diferencias que distinguen a las muertes de SIDS entre otras causas:

## ¿Qué dicen los investigadores científicos?

- La mayoría de bebés que mueren de SIDS tienen de 2 a 4 meses de edad. SIDS es más común durante los primeros

meses de vida. La mayoría de las otras muertes infantiles ocurren durante el primer mes y luego disminuyen.

- La mayoría de bebés mueren de SIDS durante el invierno. Otras muertes infantiles no suceden durante una estación del año en particular.
- La mayoría de bebés que mueren por causa de SIDS están sanos. Están bien alimentados, bien cuidados y han crecido normalmente. Generalmente no tienen una enfermedad grave.
- La mayoría de bebés que mueren de SIDS muestran resultados similares después de la autopsia: pequeñas rupturas de los vasos sanguíneos que están alrededor del corazón y los pulmones, congestión pulmonar e hinchazón de las vías respiratorias. Sin embargo, éstas no son lo suficientemente severas como para causar la muerte del bebé.
- Todo esto sugiere que hay una causa similar en casi todas las muertes de SIDS. Muchos investigadores creen que del 80% al 85% de las muertes causadas por SIDS ocurren de la misma manera.

**He oído que algunos bebés corren más peligro de morir de SIDS que otros. ¿Es verdad?**

Muchos investigadores han tratado de identificar cuáles son los bebés que tienen más riesgo de morir de SIDS. Algunos estudios demuestran que algunos bebés tienen más posibilidad de morir de SIDS. Esto incluye a bebés prematuros, aquellos de menor peso que el normal y los que nacieron en pobreza. Pero, estos factores no deben ser considerados como *causas* de SIDS, sino como *indicios* que quizás puedan ayudar a los investigadores a encontrar eventualmente la causa de SIDS. La mayoría de los bebés que mueren de SIDS no tienen ninguno de estos factores de riesgo. Aún si todos estos riesgos estuvieran presentes, no se puede predecir cuáles bebés van a morir de SIDS.

**¿Es SIDS una enfermedad?**

Los investigadores creen que SIDS es un proceso natural. No es causado por algo que los padres hicieron o no hicieron. Por muchos años, los investigadores han estado buscando lo que estaba mal en los bebés que murieron de SIDS, algo que quizás pueda explicar por qué murieron. No hemos podido encontrar ningún indicio

---

o causa. No podemos hacer ninguna prueba a los bebés para predecir si ellos morirán de SIDS. Por eso, muchos investigadores creen que aunque SIDS es un proceso natural, es posible que no sea una enfermedad como nosotros generalmente la comprendemos.

Con frecuencia, cuando los investigadores tratan de encontrar la causa de algo, ellos buscan algo que esté mal. Por ejemplo, imagínese un carro subiendo un camino empinado en las montañas. De repente, el carro para. ¿Por qué paró el carro? Usted examina el carro y encuentra que todas las llantas están desinfladas. Usted puede arreglar las llantas y el carro puede continuar subiendo el camino. En este ejemplo había una causa para el problema, y al identificar la causa, este problema puede ser arreglado. Los investigadores han buscado la causa de SIDS por lo menos 20 años, pero no han podido encontrarla. Por lo tanto, SIDS no podría ser tan simple como para tener una sola causa.

Ahora, imagínese que el mismo carro no pueda subir el camino empinado. Sin embargo, esta vez las llantas no están desinfladas y el motor trabaja bien. Quizás el carro no sube la montaña porque hay demasiada gente en el carro, o el camino es demasiado empinado, o el camino es demasiado rocoso, o el motor no tiene suficiente poder. En realidad no hay nada malfuncionando en el carro. Sin embargo, en tal situación, el carro no puede funcionar. Muchos investigadores de SIDS están empezando a creer que SIDS es similar a este ejemplo. Mejor dicho que SIDS es el resultado de una mezcla de muchas cosas incluyendo la madurez del bebé; la habilidad del corazón, los pulmones y el cerebro del bebé para responder a cambios a su alrededor; y algunos factores externos, como los que se encuentran en el ambiente.

Aunque los investigadores de SIDS tienen estos pensamientos nuevos acerca del síndrome, todavía estamos muy lejos de saber su causa. Sin embargo, ellos continúan trabajando sin cesar para encontrar la causa de SIDS.



## ¿Cuáles son las causas más probables de SIDS?

La mayoría de los investigadores piensan que SIDS está relacionado a la falta de madurez o inhabilidad del bulbo raquídeo para responder a los cambios en el ambiente. El bulbo raquídeo es la parte del cerebro que tiene control sobre la frecuencia y profundidad de la respiración, la rapidez con la que palpita el corazón, si está despierto o dormido, etc. Cuando los bebés duermen, su respiración no es regular. Los bebés tienen pausas en su respiración y el nivel del oxígeno en el bebé sube y baja. SIDS puede estar relacionado con la respiración irregular. Si usted está dormido y algo peligroso le pasa (como dejar de respirar), usted se despierta para protegerse. Muchos bebés no despiertan para protegerse de cosas como el bajo nivel del oxígeno, lo cual puede ocurrir si el bebé deja de respirar. Esta inhabilidad de protegerse de una pausa en la respiración puede estar relacionado con SIDS. Sin embargo, no sabemos con certeza si estos pueden estar relacionados con la causa de SIDS. Los investigadores continúan trabajando para encontrar su causa.

## ¿Hice algo para causarle la muerte de SIDS a mi bebé?

Basado en nuestro conocimiento hoy en día, no hay nada que los padres hayan hecho para causar la muerte de su bebé por SIDS y no hay nada que hayan podido hacer para prevenirla. Como no podemos decirle por qué murió su bebé, es natural suponer que la muerte fue causada por algo que usted hizo o no. Pero, éste no es el caso. SIDS no es causado por algo que hizo, y no hubiera podido hacer nada para prevenirlo.

Recientemente, puede haber oído acerca de algunas cosas que usted puede hacer para reducir el riesgo de que su bebé muera de SIDS. Estas podrían reducir el riesgo de SIDS, pero no han podido prevenir SIDS completamente. Las siguientes son algunas recomendaciones:

- Acueste a su bebé boca arriba para dormir; no de lado, ni boca abajo.
- No fume cigarrillos cerca de su bebé. No fume durante su embarazo.
- No deje que el bebé esté demasiado caliente. No lo arrope demasiado.

- 
- Alimente a su bebé con leche materna.
  - Acueste a su bebé sobre un colchón firme. No ponga juguetes de peluche, bolsitas de relleno granulado, colchones de agua, cuero de borrego, o cobijas gruesas en la cuna de su bebé.

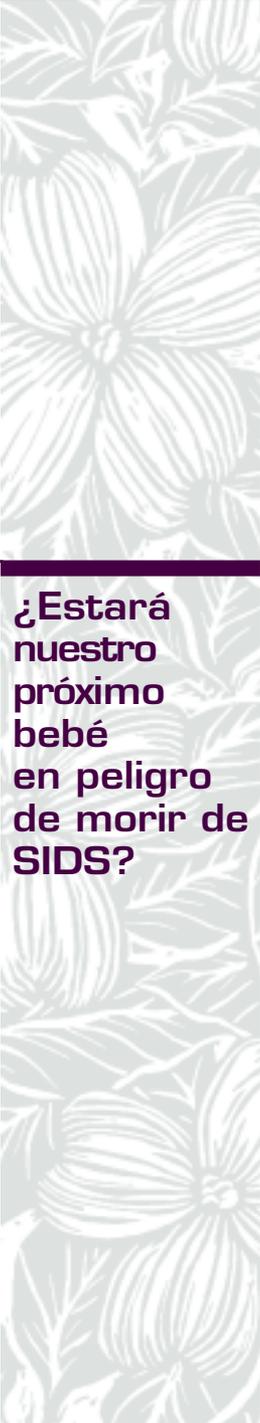
Sin embargo, aún si todas estas recomendaciones se hubieran seguido, esto no prevendrá todas las muertes de SIDS. Muchos bebés que mueren de SIDS no han tenido ninguno de los factores de riesgo descritos. La mayoría de los bebés que han tenido algunos o todos los factores de riesgo no morirán. Por lo tanto, éstas no son causas de SIDS. Aunque usted haya hecho una o más de estas cosas, no fue la causa de la muerte de su bebé. Nuevamente, SIDS no es causado por algo que usted hizo y no hay nada que pueda haber hecho para prevenirlo.

---

No creemos que este síndrome sea hereditario. La mayoría de estudios demuestran que los futuros hermanos de un bebé que murió de SIDS no tienen más riesgo de morir de lo mismo. Su posibilidad de muerte es la misma que la de los bebés en la población general, la cual es menos de uno en cada mil bebés. No existen exámenes médicos o estudios sobre de los hábitos de dormir que puedan predecir si un bebé morirá o no de SIDS.

Hay ciertos grupos de bebés que pueden necesitar más cuidado o atención especial. Es importante darle ayuda médica especial a un gemelo sobreviviente si el otro gemelo muere de SIDS; al bebé que tiene un caso serio de apnea; y al recién nacido de una familia donde ya hubo dos o más muertes de SIDS.

La mayoría de hermanos que nacen normales después de una víctima de SIDS, no necesitan tratamiento especial. Pero es normal que los padres se preocupen. Un monitor en el hogar les puede ayudar a los padres a sentirse más seguros sobre el bienestar de su recién nacido. Sin embargo, no existen estudios científicos que demuestren que un monitor en realidad proteja a los bebés de SIDS. Los padres que estén interesados en usar un monitor, deben discutirlo con el pediatra.



**¿Estará  
nuestro  
próximo  
bebé  
en peligro  
de morir de  
SIDS?**

**La tristeza de haber perdido a mi bebé es demasiada. ¿Cómo puedo recuperarme?**

Los padres, familias y personas que cuidaban a niños que murieron de SIDS, se sienten destrozados por esta tragedia. Las muertes causadas por SIDS son inesperadas. Los padres no tienen tiempo para hacer planes en caso de muerte o aún de despedirse de su bebé. De pronto, el bebé que tanto amaban se les va.

Lo peor es que no se puede explicar la muerte. Los doctores no le pueden decir a los padres exactamente de qué murió su bebé. Los padres piensan en todo lo que hicieron y no hicieron, por más pequeño que sea, que pudo causarle la muerte al bebé. Se sienten muy culpables.

Para la mayoría de la gente, la mejor asistencia y la más importante la provee un grupo de apoyo de SIDS. El grupo cuenta con el apoyo de padres afectados por una muerte de SIDS que están disponibles las 24 horas del día para hablar con otros padres y personas que cuidaban a niños que han sido víctimas de SIDS. Esto les da la oportunidad de hablar con alguien que ya pasó por su misma situación, que les entiende y que ha sobrevivido el mismo golpe. Esto les sirve de mucha ayuda.

**¿Cómo encuentro la ayuda que necesito?**

Si vive en California y necesita el número de teléfono del grupo de apoyo de SIDS más cercano y de una enfermera de salud pública, comuníquese con:

California SIDS Program al  
800-369-SIDS (7437)—Dentro de California

En los Estados Unidos, usted puede llamar a la organización nacional del SIDS:

First Candle/SIDS Alliance al  
800-221-SIDS (7437)



Esto tiene propiedad literaria, pero puede ser duplicado sin permiso. Solicitamos proporcionar el debido crédito a: California Department of Health Services/California SIDS Program

Producido por California SIDS Program bajo fondos de California Department of Health Services, Maternal, Child and Adolescent Health Branch © 2000

California Sudden Infant Death Syndrome Program  
800-369-SIDS (7437) • [www.californiasids.com](http://www.californiasids.com)