



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

La Síndrome de Mort Soltada del Lactant. Es pot prevenir?

Autor/es: José Cristóbal Buñuel Álvarez. Pediatra de Atención Primaria. Àrea Bàsica de Salut Girona-4 (Institut Català de la Salut).

Traductor/a: Josep Bras.

[Volumen 4. Nº 4. Diciembre 2011](#) [1]

Què és la Síndrome de Mort Soltada del Lactant?

Es diu així a la mort soltada d'un nen menor d'un any d'edat mentre està dormint, sense que hi hagi altres motius aparents que puguin explicar el mateix. La seva causa és desconeguda.

És molt freqüent?

La freqüència pot variar segons les diferents zones geogràfiques. A Espanya, afortunadament, és baixa en comparació amb altres països del nostre entorn: 1,7 casos per cada 10.000 nounats vius.

I a quina edat és més freqüent?

Encara que ja s'ha especificat que la mort soltada del lactant ocorre en nens menors d'un any, és a l'edat de 2-4 mesos quan es dona la major proporció de morts. Per sobre dels 6 mesos d'edat és molt poc freqüent.

¿Es coneix quins factors o situacions augmenten el risc que aparegui?

Es coneixen alguns factors o situacions que augmenten el risc d'aparició. Alguns no poden modificar. Entre aquests estan, per exemple, el baix pes al naixement, o l'antecedent d'haver tingut un germà mort prèviament de mort soltada del lactant. També semblen tenir major risc els fills de mares adolescents, sense parella estable o solteres.

Llavors, els pares poden fer alguna cosa per disminuir el risc?

Actualment es coneixen moltes situacions modificables sobre les quals els pares poden actuar per disminuir el risc de mort soltada del lactant:

- Posició del nen en el bressol en dormir: se sap col·locar als nens cap per avall augmenta el risc. Per tant, els pares han de col·locar sempre cap per amunt (no de costat), almenys fins a l'edat de sis mesos.
- Tipus de matalàs: es recomana l'ús de matalassos durs ja que els tous s'associen a una major freqüència d'aparició de mort soltada.
- Temperatura: s'ha d'evitar sobrearropar el nen. Els nens "no tenen més fred" que els seus pares, i l'excés de roba d'abric al dormir s'ha associat amb un major risc de mort soltada. S'ha de ser encara més curós a evitar l'excés de roba si el nen té febre (la creença que cal "abrigar el nen si té febre" no és encertada). La temperatura de l'habitació del nen també és un factor a tenir en compte. Es recomana una temperatura mitjana de 20-22 °C. S'evitaran les temperatures més elevades, en el cas que pugui graduar individualment la temperatura de

La Síndrome de Mort Soltada del Lactant. Es pot prevenir?

l'habitació.

- Fumar durant l'embaràs i després del part: l'hàbit de fumar, tant durant la gestació com després del naixement, s'associa a moltes malalties infantils. Però la més dramàtica de totes és la mort soltada del lactant. L'embaràs, en el cas d'una mare fumadora, pot ser un excel·lent motiu per proposar abandonar l'hàbit.
- Tipus de lactància. Se sap que la lactància materna disminueix el risc de mort soltada. Per tant, es encoratjarà a les mares a iniciar aquest tipus de lactància i de mantenir el major temps possible.
- Xumet: estudis recents han posat de manifest dos fets molt importants: l'ús de xumet disminueix el risc de síndrome de mort soltada del lactant i, a més, el seu ús no disminueix la durada de la lactància materna. Per tant, és recomanable la seva utilització, si el nen ho accepta, quan se li col·loca al bressol per dormir.

En resum, és molt el que els pares poden fer per generar un ambient que disminueixi el risc d'aquest succés tan dramàtic però, afortunadament, poc freqüent al nostre país.

A Internet hi ha diverses pàgines, llocs web o articles molt útils per ampliar informació sobre aquest tema:

KidsHealth: *La síndrome de la mort soltada en lactants*. Traducció autoritzada en la web de l'Observatori FAROS de l'Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona: <http://www.faroshsjd.net/item.php?id=1094&lang=1> [2] Informació dirigida a pares, mares i famílies.

Prevenió de la Síndrome de Mort Soltada del Lactant

. Recomanacions PrevInfad-PAPPS: http://www.aepap.org/previnfad/rec_muertesubita.htm [3] Informació adreçada a professionals, però escrita en un llenguatge comprensible per als pares.

La lactància materna s'associa a menor risc de síndrome de mort soltada del lactant. Evidència Pediatre. 2011; 7:61. <http://www.evidenciasenpediatria.es/files/41-11347-RUTA/61AVC.pdf> [4] Encara que és un article dirigit a professionals, les seves conclusions són comprensibles per a lectors no sanitaris.

Utilitza el xumet en dormir redueix el risc de síndrome de mort soltada del lactant. [Evidència Pediatre. 2006; 02:21](#) [5]. Encara que és un article dirigit a professionals, les seves conclusions són comprensibles per a lectors no sanitaris.