Image not found https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia_logo_pdf.png

Image not found https://enfamilia.aep

Image not found https://enfamilia.aeped.es/sites/er

eped.es/th

Seguridad en la cuna



Durante los primeros meses es recomendable que el bebé duerma en la habitación de los padres.

La cuna debe ser amplia y confortable, homologada, estable, con formas lisas o redondeadas que garanticen la seguridad. Es recomendable colocarla en una zona de la habitación lejos de fuentes de calor o frío excesivos. No situarla debajo de cuadros o estanterías. No hay que colocar cerca de la cuna objetos que puedan caerse sobre el bebé. Los juguetes deben de estar fuera de la cuna.

La cuna ha de tener una altura interna mínima de 60 centímetros, es decir, desde el punto más profundo de la cuna hasta el punto más alto de la barandilla.

Si tiene barrotes, la separación entre ellos debe ser de entre 4,5 y 6,6 centímetros, con el fin de evitar que el bebé introduzca la cabeza o alguna extremi-dad entre ellos y pueda quedar atrapado. Entre el colchón y los bordes de la cuna no debe haber un hueco de más de 2 centímetros por cada lado.

El colchón debe ser duro, evitando así que el bebé se hunda en él, resistente y transpirable. Sus medidas han de ser adecuadas a la cuna, ya que un colchón pequeño puede dejar huecos, atrapando una pier-na o brazo del bebé. Puede ser de muelles, látex o viscoelástico. Sería conveniente introducir el colchón en una funda con cremallera y un protector de col-chón.

Hasta los 2 años se desaconseja la almohada por riesgo de asfixia. A partir de esta edad puede utili-zarse una muy plana.

Es importante que no haya cordones de cortinas al alcance del bebé por el riesgo de estrangulamiento.

Y recuerde que el bebé debe colocarse boca arriba para dormir en la noche y a la hora de la siesta.

Información sacada de la Guía práctica para padres. Desde el nacimiento hasta los 3 años. Asociación Española de Pediatría

Artículo publicado el 20-7-2016, revisado por última vez el 11-3-2020

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la Asociación Española de Pediatría, está disponible bajo la licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España.

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/cuna