

## ¿Qué podemos hacer para reducir los riesgos de mortalidad infantil?



### ¿Qué podemos hacer para reducir los riesgos de mortalidad infantil?

La asociación nacional que promueve el nacimiento de bebés sanos (NHSA) ha propuesto el mes de septiembre como el mes de la concienciación de la mortalidad infantil. El tema de la campaña es “Celebra el día 366: todos los bebés merecen una oportunidad”.

Todos los bebés merecen una oportunidad y este es un compromiso anual que nos afecta a cada uno de nosotros y nuestras comunidades. Usted es quien mejor conoce las condiciones de su comunidad que pueden repercutir positiva o negativamente en la salud de las madres y sus bebés. Puede que algunos aspectos, como el hambre o la mala nutrición (que puede originar sobrepeso o peso insuficiente), no sean reconocibles a primera vista pero, si se dispone de los recursos adecuados, pueden ser tratados rápidamente.

Puesto que no hay una única solución para reducir o prevenir la mortalidad infantil, podemos aportar nuestro granito de arena compartiendo información, de manera que la gente sepa qué se puede hacer para reducir los riesgos de la mortalidad infantil. Participe en lo siguiente:

- Anime a jóvenes que conozca para que consigan atención prenatal temprana, acudan a todas sus citas médicas y tomen las medidas adecuadas para un embarazo saludable.
- Infórmese de dónde está su centro de salud local. En el que le prestarán, de manera gratuita o en base a una escala de precios reducidos, los servicios necesarios durante y después del embarazo. Infórmese también de dónde está su centro de salud comunitario calificado a nivel federal (FQHC), ya que ofrece atención primaria para pacientes no asegurados y con cobertura insuficiente.

- Si es posible, anime a los padres a involucrarse.
- Reduzca los riesgos del síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL) realizando las tres reglas de oro del sueño seguro: solo, boca arriba y en una cuna: [www.sidsks.org](http://www.sidsks.org).
- Aunque no siempre se pueden prevenir los partos prematuros (nacimientos después de 20 semanas, pero anteriores a 37 semanas), sí que existen ciertas medidas que se pueden tomar para reducir los riesgos:
  - ♦ Tomar una vitamina prenatal diaria con ácido fólico
  - ♦ Obtener atención prenatal temprana
  - ♦ Dejar o reducir el consumo de tabaco (KanQuit—1-800-QUIT-NOW o 1800-784-8669)
  - ♦ Dejar el consumo de alcohol y drogas
  - ♦ Conocer los signos del parto prematuro: [www.marchofdimes.com/kansas/](http://www.marchofdimes.com/kansas/)

### Todos los bebés merecen una oportunidad. . .

Todo el mundo (familias, proveedores de asistencia médica, organizaciones de la comunidad, centros estatales, compañías de seguros y demás) debe trabajar de manera conjunta y coordinar las medidas para solucionar este problema en Kansas.

Colabore con su comunidad para encontrar las soluciones que mejor atiendan a las necesidades de los padres jóvenes y de los futuros padres que viven ahí.

Distribuya entre las mujeres toda la información disponible, antes, durante y después del embarazo para garantizar óptimos resultados en la salud de la madre y el bebé.

Consulte las recomendaciones de *Kansas Blue Ribbon Panel* acerca de más medidas para la reducción y prevención de la mortalidad infantil: [http://datacounts.net/infant\\_mortality](http://datacounts.net/infant_mortality)