



## Artículo Original

# Prácticas para el descanso y sueño en menores de cuatro meses utilizadas habitualmente por sus cuidadores. Resistencia-Chaco. Junio a Agosto de 2016

Gómez, Carolina N.; Vallejos, Noelia E.; Navajas, Virginia; Auchter, Mónica

### RESUMEN

Las prácticas de descanso y sueño de los lactantes es un tema controversial e influenciado por factores socio culturales. En los últimos años se han realizado investigaciones con el fin de determinar los riesgos y beneficios de las diversas prácticas.

Se planteó un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo, prospectivo y transversal, mediante encuesta a cuidadores de niños menores a 4 meses que transitaban por las calles céntricas de la Ciudad de Resistencia, con el objetivo de caracterizar las prácticas para el descanso y sueño utilizadas habitualmente por los mismos.

Se trabajó con una muestra conformada por un total de 90 cuidadores que cumplimentaban con los criterios de inclusión para este estudio.

Los resultados mostraron que el 48% de los cuidadores ubicaban al niño en posición boca arriba para dormir, el 52% practicaba colecho; 9 de cada 10 niños que dormían con el cuidador no usaban juguetes o peluches cercanos. Las actividades más realizadas por los cuidadores para generar el sueño del lactante fueron: ofrecer chupete 60%, mecer a upa 68%, lactancia materna 53%.

Al igual que otro estudio, la posición utilizada con mayor frecuencia por los cuidadores al momento de acostarlo al niño a dormir fue el decúbito supino. En cuanto al uso de juguetes o peluches, el porcentaje obtenido en este estudio fue mayor al 3% según lo publicado por otros autores.

Se pudo observar que la posición de costado, el compartir la cama con el niño y la lactancia materna fueron las prácticas frecuentemente realizadas por cuidadores solteros.

Palabras Claves: hábitos de sueño, colecho, muerte súbita, niños.

### Summary

The rest and sleep practices of infants are controversial and influenced by socio-cultural factors. In recent years research has been conducted to determine the risks and benefits of various practices.

A quantitative, descriptive, prospective and cross - sectional study was carried out by means of a questionnaire to caregivers of children younger than 4 months who were traveling through the centric streets of the City of Resistencia, with the aim of characterizing the practices for rest and sleep routinely used by them.

A sample was made up of a total of 90 caregivers who fulfilled the inclusion criteria for this study.

The results showed that 48% of the caregivers placed the child in an upright position to sleep, 52% practiced a collection; 9 out of 10 children who slept with the caregiver did not use toys or soft toys nearby. The most activities performed by the caregivers to generate the infant's sleep were: offer pacifier 60%, rock to upa 68%, breastfeeding 53%.

Like another study, the position used more frequently by the caregivers at the moment of putting the child to bed to sleep was the supine position. As for the use of toys or plush toys, the percentage obtained in this study was higher than 3% as published by other authors.

It was observed that the position of the side, sharing the bed with the child and breastfeeding were the practices frequently performed by single caregivers.

Keywords: sleep habits, colecho, sudden death, children.

### Resumo

Práticas de descansar e dormir de lactentes é controverso e influenciada por fatores socioculturais. Nos últimos anos, a pesquisa foi conduzida de modo a determinar os riscos e benefícios de várias práticas.

um estudo de quantitativo, descritivo, transversal e prospectivo levantada pela pesquisa de cuidadores de crianças com menos de 4 meses transitam pelas ruas centrais da cidade de Resistencia, com o objectivo de caracterizar as práticas de descanso e sono usado habitualmente por eles.

Nós trabalhamos com uma amostra composta por um total de 90 cuidadores que cumplimentaban com os critérios de inclusão para este estudo.



Os resultados mostraram que 48% dos cuidadores foram localizados na posição prona a criança voltar a dormir, 52% praticavam co-dormir; 9 em cada 10 crianças que dormem com o cuidador não usa brinquedos ou bichos de pelúcia nas proximidades. As atividades mais realizadas pelos cuidadores para gerar o sono infantil foram 60% oferta de chupeta, balançando upa 68%, 53% amamentação.

Como outro estudo, a posição mais utilizado pelos profissionais de saúde para a cama quando a criança estava dormindo em decúbito dorsal. Quanto ao uso de brinquedos ou bichos de pelúcia, a porcentagem obtida neste estudo foi superior a 3%, conforme publicado por outros autores.

Observou-se que o lado da posição, compartilhando a cama com as práticas da criança e aleitamento materno foram muitas vezes realizadas por cuidadores individuais.

Palavras-chave: hábitos de sono, co-sono, morte súbita, crianças.

## INTRODUCCION

Las prácticas de descanso y sueño de los lactantes es un tema controversial e influenciado por factores socio culturales. En los últimos años se han realizado investigaciones con el fin de determinar los riesgos y beneficios de las diversas prácticas, dirigidos sobre todo a disminuir el riesgo de muerte súbita del lactante. Por muchos años se creyó que la mejor posición para que el pequeño durmiera era boca abajo, ya que se consideraba un menor riesgo de aspiración en caso de vómito o reflujo, mayor comodidad, sueño menos agitado, menos cólicos y mejor oxigenación sobre todo en niños prematuros <sup>(1)</sup>.

Hoy se sabe que colocar al lactante a dormir en posición prona puede constituir un factor de riesgo. En años anteriores, muchos de los casos de fallecimientos ocurridos en lactantes que se encontraban en guarderías o a cargos de cuidadores, habían sido colocados a dormir en posición prona <sup>(2)</sup>.

También está documentado que la posición de costado para dormir en los niños es insegura e inestable. Investigaciones posteriores al año 2004 mostraron que descansar de costado, a pesar de ser menos peligroso que la posición prona, también aumenta el riesgo de muerte súbita. Los resultados señalaron que el 64% de los infantes víctimas de muerte súbita que habían sido colocados de costado para dormir y giraron hacia la posición prona el día del fallecimiento. Por esta razón, se considera que la posición lateral es peligrosa y o que estando de costado los niños pueden girar hacia la posición prona en forma accidental <sup>(3)</sup>.

En 1994 se inició la campaña Volver a Dormir dirigido por el Instituto Nacional de Salud Infantil y Desarrollo Humano, esfuerzo conjunto de la Oficina de Salud Materno Infantil de la Administración de Recursos y Servicios en Salud, la Academia Americana de Pediatría, la Alianza Síndrome de Muerte Súbita del Lactante, la Asociación del síndrome de muerte súbita del lactante y los Programas de Mortalidad Infantil. El Instituto Nacional de Salud Infantil y Desarrollo Humano Eunice Kennedy Shriver comenzó a conducir encuestas nacionales sobre las prácticas de cuidado infantil para evaluar la aplicación de la recomendación de la Academia Americana de Pediatría. Entre 1992 y 2001, la tasa del síndrome de muerte súbita del lactante disminuyó, y los descensos más dramáticos ocurrieron en los años inmediatamente posteriores a las primeras recomendaciones de posición no prona, consistentes con el aumento constante de la prevalencia de sueño en posición supina <sup>(4)</sup>.

Un estudio realizado en la Provincia de Buenos Aires en el año 2007 mostró que la posición para dormir en niños de 2 a 6 meses de edad fue supina en 51,2%, de costado en 30,2% y en prono en 18,6%<sup>(5)</sup>. Blair y colaboradores observaron que el no cumplimiento del decúbito dorsal se asocia en forma significativa con cuidadores adolescentes, solteros y con bajo nivel educativo <sup>(6)</sup>.



Otro estudio muestra que la mayoría de las muertes relacionadas con el sueño infantil son atribuidas a sofocación por objetos en la cama del infante por lo que la presencia de almohada, colchas nunca deben estar en el medio ambiente del sueño del niño. El riesgo de sofocación se incrementa veinte veces más cuando el niño es colocado en la cama del cuidador al momento de dormir <sup>(7)</sup>.

Un trabajo realizado en el centro de atención primaria de la salud Alma Fuerte de la Ciudad de Neuquén mostro que el 71% de los bebés de 0 a 6 meses de edad era colocado en la cama de los padres; 25.28% en su cuna y el 3.44% en el carrito durante el sueño. Este estudio publicó además que el 86.20% de las familias dijeron no colocar almohada al pequeño para dormir mientras que el 13.79% dijeron que si colocaban almohada <sup>(8)</sup>.

Un estudio sobre prácticas de descanso y sueño realizado en 2014 en el servicio del niño sano del Hospital Rivadavia de la Provincia de Buenos Aires, reveló en un grupo de madres encuestadas que todas alimentaron a su bebé y cambiaron el pañal antes de dormir, otras actividades fueron mecerlo (76%) y pasearlo en cochecito (65%); actividades sobre las que no se ha encontrado evidencia científica ni teorías que la sustenten según los mismos autores. Más de la mitad revelaron que le cantaban, le colocaban almohadas o juguetes junto al niño. Por otro lado alrededor del 80% refirió realizar la misma secuencia de actividades diariamente. El tipo de actividad que se desarrolló con más frecuencia fue mecerlo upa. Un dato llamativo fue la escasa implementación del baño como favorecedor de los patrones del sueño del niño. En relación a la característica de la muestra se observó que de todas las encuestadas eran madres de niños menores de cuatro meses de edad, las cuales presentaron un promedio de 25,5 años de edad y en su mayoría alcanzó un nivel de instrucción de secundario completo <sup>(9)</sup>.

Los objetivos propuestos en la presente investigación se orientaron a caracterizar las prácticas para el descanso y sueño en niños menores de cuatro meses utilizadas habitualmente por sus cuidadores, identificar la posición y el lugar que con mayor frecuencia ubican a los niños al momento de dormir, describir las actividades de estimulación de los sentidos, cuidados básicos y preparación del entorno para generar el sueño del infante y finalmente vincular la edad, nivel de instrucción y situación de pareja en cuidadores con las diferentes prácticas de descanso y sueño utilizadas.

## **MATERIAL Y METODOS**

Se diseñó un estudio cuantitativo, descriptivo, prospectivo, transversal y observacional, mediante encuesta a cuidadores de niños menores a cuatro meses que transitaban por las calles céntricas de la Ciudad de Resistencia Chaco durante el año 2016 y que cumplimentaban los criterios de inclusión de ser el cuidador principal del niño, que se encontrara en el grupo etario en estudio y que el niño no tuviera enfermedades que exigieran actividades especiales para el descanso y sueño. El tipo de muestreo fue no probabilístico y consecutivo hasta alcanzar el 3% de niños de 4 meses esperado para ese período. Se excluyeron cuidadores que se negaran a responder la encuesta.

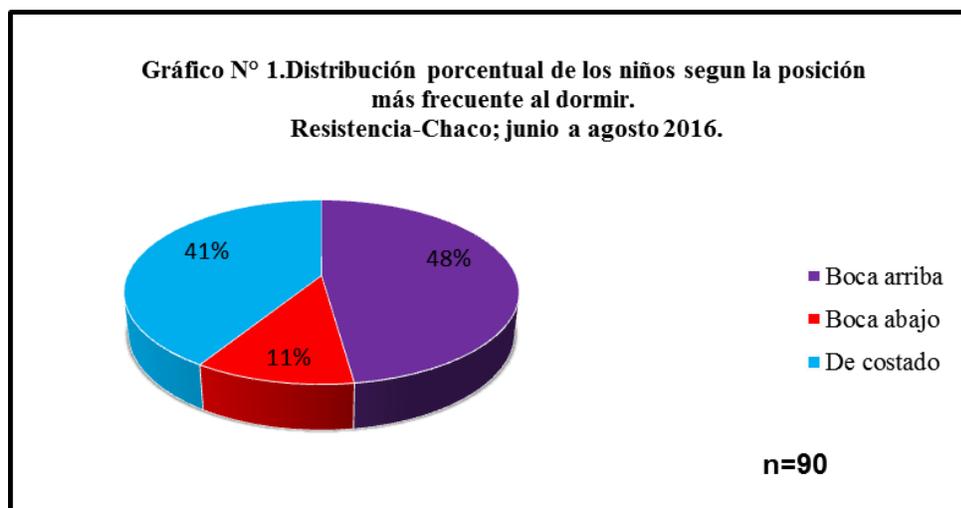
Para caracterizar las prácticas del descanso y sueño utilizadas habitualmente se valoraron las variables: vínculo del cuidador con el niño, edad, nivel de instrucción y situación de pareja del cuidador, posición y lugar que con mayor frecuencia ubican a los niños al momento de dormir y las actividades relacionadas a la estimulación de los sentidos, a los cuidados básicos y a la preparación del entorno realizada por los cuidadores para generar el sueño del lactante.

## Resultados

La recolección de datos incluyó una muestra de 90 cuidadores; los resultados mostraron que según el vínculo del cuidador con el niño el mayor porcentaje (96.6%) de los encuestados eran las madres de los niños y el 3.4% restante correspondía a padre, abuela y tía. En relación a la edad la muestra tuvo un rango que osciló entre 16 y 56 años, con un promedio de 26 años y un DS de  $\pm 6.22$ .

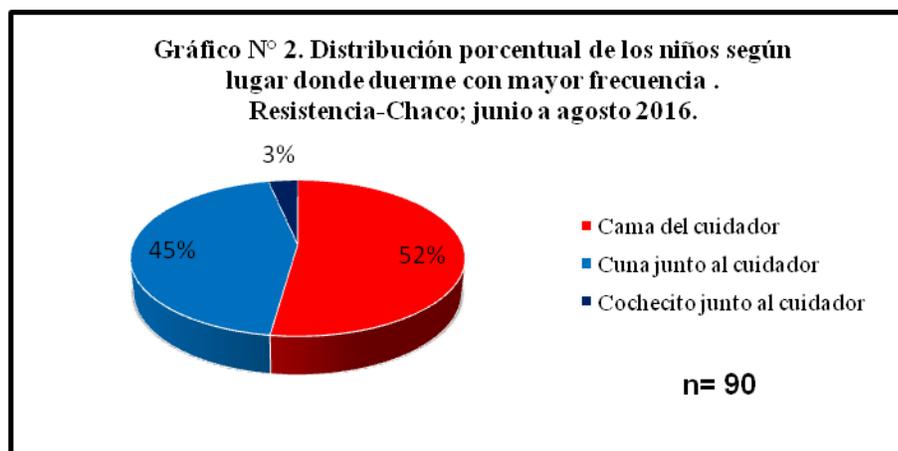
Teniendo en cuenta el nivel de instrucción, el 51% tenía secundario completo (46), el 24% secundario incompleto (21), 12% universitario incompleto (11), 10% universitario completo <sup>(9)</sup>, un 3% de la muestra con primario completo <sup>(2)</sup> e incompleto <sup>(1)</sup>. En cuanto a la situación de pareja se observó que el 39% de los cuidadores se encontraban en unión de hecho, el 33% solteros y un 28% casados.

Respecto a la posición en la que era ubicado el niño con mayor frecuencia al momento de dormir, el 48% (43) de los cuidadores refirieron recurrir a la posición de decúbito supino. El 41% (37) expresó utilizar la posición de decúbito lateral y 11% (10) la posición prona, más de la mitad de los cuidadores no respetaba la recomendación de la Academia Americana de Pediatría, práctica claramente asociada a muerte súbita en el lactante. Ver Gráfico N° 1.



Fuente: elaboración propia de datos obtenidos de encuestas realizadas en la vía pública. Junio-Agosto 2016.

En cuanto al lugar donde el niño dormía habitualmente, el 100% de la muestra compartía la habitación con el niño. El 52% era colocado en la cama junto al cuidador, 45% cuna junto al cuidador y 3% era ubicado en el cochecito. Ver Gráfico N° 2.



Fuente: elaboración propia de datos obtenidos de encuestas realizadas en la vía pública. Junio-Agosto 2016

Al indagar sobre las actividades relacionadas a la estimulación de los sentidos para favorecer la conciliación del sueño, se evidenció que el 60% ofrecía chupete al infante para dormir, un 68% siempre realizaba el acto de mecer al niño en los brazos y el 48% le cantaba una canción de cuna; las actividades llevadas a cabo solo a veces fueron ponerle música (56%) y pasearlo en brazos (66%). Un 74% de los cuidadores refirió nunca pasearlo en cochecito para lograr el sueño. Ver Tabla N°1.

Tabla N° 1. Distribución porcentual de los cuidadores según las actividades relacionadas a la estimulación de los sentidos para generar el sueño del niño

Variables	Valores	n=90	%
Usa chupete	Si	54	60
	No	36	40
Mecerlo en brazos	Siempre	61	68
	A veces	29	32
	Nunca	0	0
Cantarle	Siempre	43	48
	A veces	41	45
	Nunca	6	7
Ponerle música	Siempre	2	2
	A veces	50	56
	Nunca	38	42
Pasearlo en brazos	Siempre	3	3
	A veces	59	66
	Nunca	28	31
Pasearlo en cochecito	Siempre	6	7
	A veces	17	19
	Nunca	67	74

Fuente: elaboración propia de datos obtenidos de encuestas realizadas en la vía pública. Junio-Agosto 2016



En los cuidados básicos efectuados por los cuidadores a fin de favorecer el descanso y sueño del niño, respecto a la higiene corporal del lactante se evidenció que el 68% realizaba baño matutino esporádicamente. En relación a la rutina alimentaria, el 53% refirió ofrecer pecho todas las veces antes de hacer dormir al niño, un 36% pecho más fórmula y un 11% no alimentaba. Se observó además que el 76% siempre y un 24 % a veces realizaban el acto de controlar el pañal al infante antes de hacerlo dormir. Ver Tabla N° 2.

Tabla N°2. Distribución porcentual de los cuidadores según las actividades relacionadas a los cuidados básicos para generar el sueño del niño.

Variables	Valores	n=90	%
Higiene corporal	Baño matutino todos los días	8	9
	Baño matutino esporádicamente	61	68
	Baño nocturno todos los días	19	21
	Baño nocturno esporádicamente	2	2
Rutina alimentaria	Pecho todas las veces	48	53
	Pecho más fórmula	32	36
	No alimenta	10	11
Control del pañal	Siempre	68	76
	A veces	22	24
	Nunca	0	0

Fuente: elaboración propia de datos obtenidos de encuestas realizadas en la vía pública. Junio- Agosto 2016

Respecto al uso de almohada al dormir el 41% de los cuidadores manifestó que se lo colocaban al lactante, mientras que el 59% refirió no utilizarla. En cuanto a dormir o no con juguetes o peluches, el 48% de la muestra dijo que si en tanto un 52% expreso que no.

Al vincular variables se observó que el 67% de los cuidadores solteros ofrecía chupete al infante antes de dormir, actividad también llevada a cabo por el 57% de los cuidadores en unión de hecho y por el 56% de los casados. Los cuidadores que ubicaban al niño en posición boca arriba al momento de dormir, eran en mayor porcentaje, los que se encontraban en unión de hecho (60%) y los casados (52%); solo el 30% de los solteros colocaban al niño en decúbito supino, el 57% de estos lo ubicaban de costado.

En cuanto al nivel de instrucción, el 46% de los cuidadores con secundaria completa ubicaban en posición supina al niño y el 50% recurría al decúbito lateral; en el caso de aquellos con secundaria incompleta el porcentaje obtenido (43%) fue tanto para la posición supina como para la lateral.



La relación entre la formación universitaria y la posición más utilizada a la hora de acostar al niño, mostró que el decúbito supino era empleado por el 56% de aquellos con universitario completo y por el 64% de los de universitario incompleto, sin embargo se constató que el 33% de los cuidadores con universitario completo posicionaban al niño boca abajo para dormir.

Respecto a los cuidadores que compartían la cama con el niño, el 81% (17) tenía secundaria incompleta y 48% (22) secundaria completa. En cuanto a la situación de pareja, el 87% (26) de los que hacían colecho se encontraban solteros. Se detectó que el 72% de los casados y el 51% de los cuidadores en unión de hecho colocaban al niño en su cuna para dormir.

El mecer al niño para conciliar el sueño fue una de las actividades realizadas siempre por los cuidadores y según la situación de pareja se observó que lo hacía el 63% de los solteros, el 68% de los casados y el 71% de los en unión de hecho.

El 68% de los cuidadores casados siempre le cantaban al niño para dormir, mientras que esto lo hacía el 40% de los solteros y los de unión de hecho. En relación al acto de poner música al niño, un mínimo porcentaje (2%) lo hacía siempre, el 60% de los solteros a veces lo realizaban y el 44% de los casados nunca.

Las acciones de pasear en brazos o en cochecito al niño para conciliar el sueño, fueron las actividades menos llevadas a cabo siempre por los cuidadores. El 74% de los cuidadores solteros nunca paseaba al niño en cochecito pero el 60% lo paseó en brazos a veces, el 88% de los casados lo hamacaba al niño solo a veces en cochecito, el 12 % nunca y el 56 % lo paseaba en brazos a veces solo para tal fin.

En cuanto a la higiene corporal, tanto cuidadores solteros, como en unión de hecho y casados refirieron realizar baño matutino esporádicamente en el 73%, 71% y 56% respectivamente. El 40% de cuidadores casados expreso realizar baño nocturno todos los días. En la rutina alimentaria antes de la conciliación del sueño del bebé, el 60% de cuidadores solteros dijeron ofrecer pecho todas las veces, el 57% de los en unión de hecho expreso alimentarlo de la misma forma en tanto que el 52 % de los casados manifestó ofrecer pecho más fórmula. En relación al control del pañal, esta actividad fue desarrollada siempre por el 84% de los cuidadores casados, 74% de los que estaban en unión de hecho y 70% de los solteros.

Dentro de las actividades relacionadas a la preparación del entorno, se observó que el 48% de la muestra que colocó almohada al niño para dormir eran casados; en el uso de juguetes o peluches el 67% de cuidadores solteros dijeron no llevar a cabo dicha acción, pero el 54% de los que se encontraban en unión de hecho y el 64% de los casados si refirieron colocar juguetes o peluches junto al lactante para dormir.

### **Discusión**

Este estudio muestra que la posición utilizada con mayor frecuencia al momento de dormir del niño es el decúbito supino, dato similar al reportado por Convertini y Tripodi<sup>(5)</sup>. La posición de costado es la más recurrida por cuidadores solteros, en tanto aquellos en unión de hecho y casados emplean con mayor frecuencia la posición boca arriba.

Teniendo en cuenta el nivel de instrucción de la muestra la mitad de cuidadores con secundario completo colocan al niño en decúbito lateral y aquellos con secundario incompleto optan por la posición supina o lateral en igual proporción. Los que cuentan con instrucción universitaria completa e incompleta emplean en mayor porcentaje la posición boca arriba. Estos datos coinciden con otro estudio <sup>(6)</sup> en el que se observó que el no cumplimiento del decúbito dorsal se asociaba en forma significativa con cuidadores solteros y con bajo nivel de instrucción.



A diferencia de lo reportado por Parra<sup>(8)</sup>, en este estudio la prevalencia del colecho es menor al 19%. Compartir la cama con el niño también es una de las prácticas realizadas en mayor porcentaje por cuidadores sin pareja, dato similar al obtenido en otros estudios<sup>(7)</sup>.

En este trabajo se observa que niños que duermen con el cuidador no usan juguetes o peluches cercanos, lo que coincide con lo reportado por Convertini y Tripodi<sup>(5)</sup>.

En relación al uso de almohada, este estudio muestra un porcentaje del 41%, dato significativamente mayor al 25% publicado en el artículo "Prácticas de crianza de familias con bebés: una mirada desde la psicología comunitaria"<sup>(8)</sup>.

Las actividades frecuentemente realizadas para estimular los sentidos del niño para generar el sueño incluyen: ofrecer chupete (60%), mecerlo a upa (68%) y cantarle (48%) y en un porcentaje menor, ponerle música (2%), pasearlo a upa (3%), en cochecito (7%). Estos valores difieren a lo obtenido por De Rose y Springer<sup>(9)</sup>, que mostró que ofrecer chupete fue del 17.6%, mecerlo en brazos 41%, cantarle 59%, ponerle música y pasearlo a upa 11.8% y pasearlo a cochecito 5.9%.

La lactancia materna exclusiva es la práctica alimentaria más frecuente antes del sueño del niño, lo que coincide con lo encontrado en otra investigación<sup>(5)</sup>. En relación a la higiene corporal antes de la conciliación de sueño del infante, más de la mitad de la muestra lleva a cabo dicha actividad, en particular el baño matutino esporádicamente independientemente, prácticas independientes de la situación de pareja del cuidador. Esto contrasta con otro artículo<sup>(9)</sup> que encontró la escasa implementación del baño para la preparación del sueño del niño.

El controlar el pañal al niño antes de dormir es una de las actividades llevadas a cabo por la mayoría de los cuidadores, dato similar al descrito por De Rose y Springer<sup>(9)</sup>.

### **Conclusión**

Se concluye que el decúbito supino es la posición más frecuente para acostar a los infantes a dormir. La posición de costado, el compartir la cama con el niño, y la lactancia materna son las prácticas frecuentemente realizadas por cuidadores solteros. Un porcentaje de cuidadores con universitario completo recurren a la posición prona al momento de ubicar al pequeño para dormir, la impresión de este dato obtenido es que tal situación podría deberse a las pocas unidades de observación con este nivel de instrucción.

En el presente trabajo se observa que los cuidadores que hacen uso de juguetes o peluches son generalmente aquellos que colocan al lactante en su cuna o cochecito para dormir, práctica llevada a cabo mayoritariamente por cuidadores en unión de hecho o casados.

Cabe destacar que a pesar que la muestra tomada es pequeña, los datos son de gran valor para los profesionales de la salud, en especial para los enfermeros y podrían iniciar el camino hacia la ampliación de los conocimientos científicos que existen sobre la presente temática.

Los hábitos de sueño se adquieren y es función del equipo de salud promover en las familias hábitos saludables al dormir. Las familias requieren ser informadas sobre las características del sueño seguro para sus niños que además de la posición supina incluye que sea en su cuna, con brazos por arriba de la sabana, sin almohada ni juguetes, en ambiente libre de humo y con lactancia materna exclusiva.



## Bibliografía

- 1- Willinger M, Hoffman HJ, Hartford RB. Infant sleep position and risk for sudden infant death syndrome: report of meeting held January 13 and 14, 1994, National Institutes of Health, Bethesda, MD Pediatrics 1994; 93(5):814-9.
- 2- Willinger M, Hoffman HJ, Kessler RC, Corwin MJ. Factors associated with caregivers' choice of infant sleep position, 1994-1998: the National Infant Sleep Position Study. JAMA 2000; 283(16):2135-42.
- 3- Moon RY, Omon R. Determinants of infant sleep position in an urban population. Clin Pediatr (Phila) 2002; 41(8):569-73.
- 4- Huck FR, Herman SM, Donovan M. Sleep environment and the risk of sudden infant death syndrome in an urban population: the Chicago Infant Mortality Study. Pediatrics 2011; 111(5 pt 2):1207-14.
- 5- Convertini G, Tripodi MR. Hábitos de sueño en menores de 2 años. Arch Argent Pediatr 2007; 105(2):122-128.
- 6- Blair P, Flemming P, Bensley D, et al. Smoking and the Sudden Deaths Syndrome study for confidential enquiry into stillbirths and deaths in infancy. BMJ 1996; 31(3): 195-198.
- 7- Tappin DM. American Academy of Pediatrics Task Force on Sudden Infant Death Syndrome The changing concept of sudden infant death syndrome diagnostic coding shifts, controversies regarding the sleeping environment, and new variables to consider in reducing risk. Pediatrics 2005; 116(5):1245-55.
- 8- Parra M A. Prácticas de crianza de familias con bebés: una mirada desde la psicología comunitaria. [Revista en internet]. 2015; 13(30):19. Disponible en: <http://www.aacademica.org/000-015/616>
- 9- Rose ML, Nahir Springer L. Caracterización de la co-ocupación de preparación para el sueño en niños sanos. Eficacias observadas por las madres. TOG (A Coruña) [revista en internet]. 2014; 11(20): 17. Disponible en: <http://www.revistatop.com/num20/pdfs/revision1.pdf>

## Datos de Autor

Carátula:

Prácticas para el descanso y sueño en menores de cuatro meses utilizadas habitualmente por sus cuidadores. Resistencia-Chaco. Junio a Agosto de 2016

Gómez, Carolina N.\*

Vallejos, Noelia E.

Navajas, Virginia

Auchter, Mónica C.1

\* Autor responsable de correspondencia: [gomezcarolinanoelia22@gmail.com](mailto:gomezcarolinanoelia22@gmail.com)

1. Profesor Titular. Cátedra Metodología de la Investigación en Enfermería. Carrera de Licenciatura en Enfermería. Facultad de Medicina. UNNE