

BEBÉ

PONGA A SU

A DORMIR SIN PELIGRO

REDUZCA EL RIESGO DEL SÍNDROME DE MUERTE SÚBITA DEL BEBÉ Y OTRAS MUERTES COMO ASFIXIA Y ESTRANGULACIÓN ACCIDENTAL EN LA CAMA

NO UTILIZE OBJETOS SUAVES, ALMOHADAS, COLCHAS, ROPA DE GAMA SUELTA, PROTECTORES ACOLCHADOS PARA LA CUNA, O MUÑECOS DE PELUCHE EN LA CUNA O DEBAJO DEL BEBÉ

SU BEBÉ NO DEBE DORMIR SOLO NI ACOMPAÑADO EN UNA CAMA DE ADULTOS, UN SOFÁ O UNA SILLA

COMPARTA SU HABITACIÓN CON SU BEBÉ



PONGA A SU BEBÉ A DORMIR BOCA ARRIBA

UTILIZE PIJAMAS DE UNA SOLA PIEZA EN LUGAR DE UNA MANTA

Image courtesy of the Safe to Sleep® campaign, for educational purposes only; Eunice Kennedy Shriver National Institute of Child Health and Human Development, <http://www.nichd.nih.gov/sids>; Safe to Sleep® is a registered trademark of the U.S. Department of Health and Human Services.

- NO PERMITA QUE FUMEN CERCA DE SU BEBÉ.
- UTILIZE UN COLCHÓN FIRME EN UNA CUNA, UN MOISÉS, O UNA CUNA PORTÁTIL QUE HAYA SIDO APROBADA EN CUANTO A SEGURIDAD. **
- CUBRA EL COLCHÓN CON UNA SÁBANA BIEN AJUSTADA Y NADA MÁS.
- ES BUENO COMPARTIR SU HABITACIÓN CON SU BEBÉ, PERO NO SU CAMA. SI TRAE AL BEBÉ A LA CAMA PARA DARLE EL PECHO, FAVOR DE REGRESAR EL BEBÉ A LA CUNA, EL MOISÉS, O LA CUNA PORTÁTIL EN LA MISMA HABITACIÓN CON USTED CUANDO TERMINA.
- CONSIDERE DARLE UN CHUPETE LIMPIO Y SECO A SU BEBÉ CUANDO LO PONGA A DORMIR. SI USTED ESTÁ DÁNDOLE EL PECHO A SU BEBÉ, ESPERE A QUE CUMPLA UN MES DE NACIO ANTES DE DARLE EL CHUPETE.
- NO DEJE QUE SU BEBÉ TENGA DEMASIADO CALOR AL DORMIR.
- ASEGÚRESE QUE NINGÚN OBJETO CUBRA LA CARA DEL BEBÉ.
- DISCUTE ESTA INFORMACIÓN CON SU PEDIATRIA U OTRO MÉDICO DEL BEBÉ.

AMAMANTAR A SU BEBÉ REDUCE EL RIESGO DEL SÍNDROME DE MUERTE SÚBITA DEL BEBÉ

MANTENERSE AL DÍA CON LAS INMUNIZACIONES REDUCE EL RIESGO DEL SÍNDROME DE MUERTE SÚBITA DEL BEBÉ



No olvide que su bebé también necesita pasar tiempo boca abajo: póngalo sobre su barriguita cuando esté despierto y alguien lo esté vigilando. El estar boca abajo ayuda a fortalecer los músculos y previene la formación de áreas planas en la cabeza. Evite que su bebé permanezca mucho tiempo en asientos para el carro o brincadores infantiles. Para más información utilice la página electrónica: www.rwjms.rutgers.edu/sids

¿ALGUNA PREGUNTA? COMUNIQUESE CON NOSOTROS
SIDS Center of New Jersey
800-545-7437
SCNJ@rwjms.rutgers.edu

Este material es para bebés de nacimiento hasta doce meses y es basado en la publicación de la Academia de Pediatría Grupo Especial de Muerte Súbita del Bebé: "SIDS and Other Sleep-related Infant Deaths: Expansion of the Recommendations for a Safe Infant Sleep Environment." (Pediatrics, 2011). Sueño seguro puede reducir el riesgo de Muerte Súbita del Bebé, y de asfixia y estrangulación en la cama. Esta guía está diseñada para niños de período completo y niños prematuros, con rara excepción. Discute esta información con su pediatra u otro médico del bebé. **Para preguntas sobre las normas de la seguridad de la cuna: 1-800-638-2772 o www.cpsc.gov (Prepared 7/13; re-formatted 6/14)