



Sueño Seguro Para Infantes

Una guía para padres y cuidadores

Conozca las SBC del Sueño Seguro.

Los bebés duermen más seguros,
Solos, Boca Arriba, en una Cuna.



Practique las recomendaciones de la Academia Americana de Pediatría (AAP) para ayudar a prevenir muertes o lesiones relacionadas con el sueño, como sofocación, atrapamiento, o estrangulación.

Hasta la edad de un año, siempre coloque a su bebe boca arriba para dormir solo (a) en la noche, para la siesta, y en cualquier momento.

Coloque a su bebe en una cuna, en un moisés, o área de juegos portátil aprobada para su seguridad con una superficie firme para dormir y una sábana ajustada.

Su bebe debe dormir en el mismo cuarto que usted, pero solo(a) en una área separada que sea segura.

Remueva todos los objetos suaves, juguetes, cobijas, almohadas, y mascotas del área de sueño.

Amamantar es recomendado.

Evitar la exposición al humo, alcohol, y el uso de drogas ilícitas durante el embarazo y después de dar a luz.

Evitar el calor excesivo y cubrir la cabeza de su bebe.

Comparta esta información importante con todos los que cuiden a su bebe.



Children's Trust Fund

Missouri's Foundation For Child Abuse Prevention

Strong Families, Safe Kids



cft4kids.org