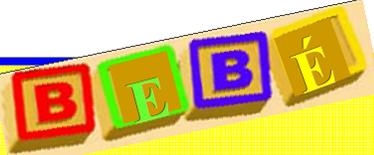


PONGA A SU

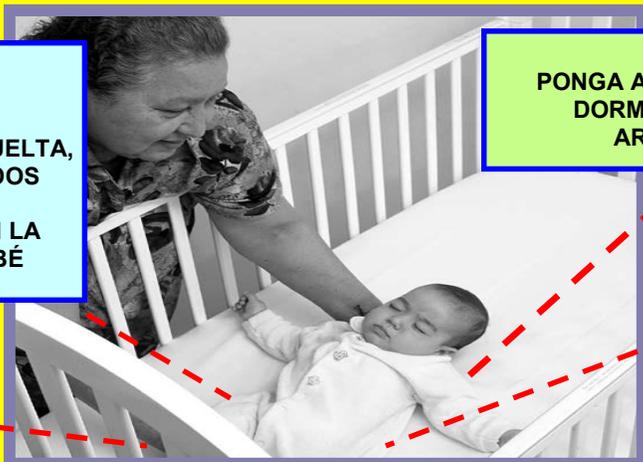


A DORMIR SIN PELIGRO

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

NO USE ALMOHADAS, COLCHAS, ROPA DE CAMA SUELTA, PROTECTORES ACOLCHADOS PARA LA CUNA, O MUÑECOS DE PELUCHE EN LA CUNA O DEBAJO DEL BEBÉ

LOS BEBÉS DEBEN DORMIR EN SU PROPIA CUNA



PONGA A SU BEBÉ A DORMIR BOCA ARRIBA

UTILICE PIJAMAS DE UNA SOLA PIEZA EN LUGAR DE UNA MANTA

- TANTO PARA LAS SIESTAS COMO POR LA NOCHE, SIEMPRE PONGA A SU BEBÉ A DORMIR BOCA ARRIBA.
- NO PERMITA QUE FUMEN CERCA DE SU BEBÉ.
- UTILICE UN COLCHÓN FIRME EN UNA CUNA QUE HAYA SIDO APROBADA EN CUANTO A SEGURIDAD. CUBRA EL COLCHÓN CON UNA SÁBANA BIEN AJUSTADA Y NADA MÁS.
- MANTENGA TODOS LOS OBJETOS SUAVES, ALMOHADAS, MUÑECOS DE PELUCHE, ROPA DE CAMA SUELTA, Y PROTECTORES ACOLCHADOS PARA LA CUNA FUERA DEL ÁREA DONDE DUERME SU BEBÉ.
- ES BUENO COMPARTIR SU HABITACIÓN CON SU BEBÉ, PERO ES PELIGROSO COMPARTIR SU CAMA. LOS BEBES DEBEN DORMIR EN SU PROPIA CUNA Y NO CON ADULTOS O NIÑOS, Y NI SIGUIERA CON SU GEMELO.
- UTILICE PIJAMAS DE UNA SOLA PIEZA (MAMELUCO) EN LUGAR DE UNA MANTA.
- 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.

Darle pecho y mantenerse al día con las inmunizaciones también reducen el riesgo del Síndrome de Muerte Súbita del Bebé



No olvide que su bebé también necesita estar boca abajo: póngalo sobre su barriguita cuando esté despierto y alguien lo esté vigilando.

¿ALGUNA PREGUNTA?
COMUNIQUESE CON NOSOTROS

SIDS Center of New Jersey

800-545-7437

Fax: 732-235-6609 SCNJ@umdnj.edu



Dedicado a brindar servicios de consejería por duelo, de educación y de investigación.

Este material fue preparado en el 2012 y es basado en la más reciente 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." 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 periodo completo y niños prematuros, con rara excepción. Discute estas pautas con su pediatra o otro médico del bebé.