



dejar de fumar

No fume antes o después de que nazca su bebé y no permita que otros fumen cerca de su bebé.



temperature del cuarto

Su bebé del vestido en la ropa de sueño ligero y mantenga la habitación a una temperatura que sea cómoda para un adulto.



no hay superficies blandas

Los bebés no deben ser colocados para dormir en camas de agua, sofás u otras superficies blandas.



Tiempo de la panza

Proporcionar "Tiempo de la panza" cuando su bebé está despierto y supervisado.



Utilizar un chupete

La lactancia materna es lo mejor. Después del establecimiento de la lactancia materna, ofrecer a su bebé un chupete limpio y seco durante el sueño.



vacunar

Asegúrese de que su bebé reciba chequeos y vacunas regulares.



¿por qué?

hacerlo para salvar a los bebés!

¿Qué es un ambiente seguro para dormir?



Cribs for Kids®

Helping every baby sleep safer

www.cribsforkids.org

facebook.com/CribsforKidsHeadquarters



Ayude a los bebés a dormir más segura



Cribs for Kids®

Helping every baby sleep safer



solo

La cuna del bebé debe estar colocada en la habitación de los padres si es posible. Nunca deje que el bebé duerma en una cama, silla o en un sofá con otra persona.



atrás
es mejor

Su bebé debe ser colocado para dormir sobre su espalda en una cuna de seguridad aprobada en un colchón firme cada vez que durante las siestas y por la noche.



en una
cuna
sin desorden

Retire de la cuna todo mantas, edredones, colchas, pieles, animales de peluche, topes, almohadas y cuñas.



Es fácil como A, B, C!



causa
de la
muerte

Asfixia accidental y SIDS, son las principales causas de muerte en bebés de 1 a 12 meses de edad.



meses
de edad

De dos a cuatro meses de edad los bebés en mayor riesgo de asfixia accidental y los PEID.



decirle a
la gente

Comparte la A, B, C, 1, 2, 3s con al menos tres personas. La educación es la clave para mantener a los bebés seguros.