

MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE EL SUEÑO SEGURO

AYUDE A SU BEBÉ A DORMIR SANO Y SALVO

La mayoría de los casos de síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS) ocurre entre los bebés que tienen de 2 a 4 meses. Sin embargo, los bebés corren riesgo de SIDS hasta que cumplan 12 meses.

Lo esencial para que el bebé duerma seguro. Asegúrese de que el bebé:

- A - Duerma solo
 - B - Esté boca arriba, sin cobijas ni ropa de cama
 - C - Duerma en una cuna y esté fresco (70 grados Fahrenheit)
 - S - Esté en un ambiente libre de humo
-
- Está bien compartir una recámara con el bebé, pero no la cama.
 - No ponga al bebé a dormir en sillas, sofás, camas de agua ni cojines.
 - Nunca comparta una superficie para dormir con su bebé si usted:
 - Fuma
 - Está bajo los efectos de alcohol o drogas
 - Toma medicamentos que causan somnolencia
 - Está enfermo o muy cansado
 - Está molesto o enojado
 - Es obeso o tiene mucho exceso de peso