

Este Folleto es disponible a través de una alianza con la Comisión de Niños y Familias del Condado de Stanislaus.



AYUDE A SU BEBÉ A DORMIR CON SEGURIDAD



PROTEJA A SU BEBÉ

Este folleto le muestra maneras en que los bebés duermen que son peligrosas y seguras.

Los ejemplos peligrosos son tomados de situaciones reales en que murieron bebés del condado de Stanislaus.

Los ejemplos seguros vienen de las recomendaciones hechas por la Academia Americana de Pediatría.

EN EL 2007, 14 BEBÉS MURIERON EN EL CONDADO DE STANISLAUS PORQUE ESTABAN DURMIENDO EN SITUACIONES PELIGROSAS

¡Cómo y Dónde su Bebé Duerme Importa Mucho!

Su bebé debe:

- Ser siempre puesto a dormir boca arriba sobre su espalda, aun durante las siestas
- No ser expuesto al humo del cigarrillo
- No arrojarse mucho
- No acostarlo a dormir con otros niños

El ambiente al dormir debe:

- Ser una cuna aprobada con un colchón firme
- Estar libre de cobijas suaves, esponjosas y sueltas, almohadas y juguetes de peluche
- La cuna debe de estar a un lado de la cama de los padres en el mismo cuarto

Otras cosas que debe saber:

- Nunca duerma con su bebé si está cansado/a o ha estado usando drogas, alcohol, o medicamentos que hagan difícil despertarse
- Ofrézcale a su bebé un chupón durante siestas y al dormir por la noche solo si su bebé lo quiere tomar
- Mujeres embarazadas no deben fumar
- No son efectivos los objetos que venden en la tienda para mantener la posición del bebé al dormir

¡Asegúrese que todos los que cuidan a su bebé sepan estos consejos!

Para más información o para ordenar materiales contacte a:

HSA / Public Health

La Agencia de los Servicios de Salud/
Departamento de Salud Pública

(209) 558-7400

(800) 834-8171

www.HSAHealth.org/SafeSleep

Mesa Directiva de Supervisores del
Condado de Stanislaus

Distrito 1 - William O'Brien

Distrito 2 - Vito Chiesa

Distrito 3 - Jeff Grover

Distrito 4 - Dick Monteith

Distrito 5 - Jim DeMartini



PELIGROSO

- ¡Los Bebés NUNCA deben dormir en camas llenas!



SEGURO

- El lugar más seguro para que su bebé duerma es en su propia cuna.
- Usted puede llevar a su bebé a la cama para darle pecho y consolarlo.



PELIGROSO

- Los bebés no deben dormir boca abajo sobre su pancita, en cama de adultos, con cobijas suaves, esponjosas y sueltas, almohadas y juguetes de peluche.



SEGURO

- El bebé está durmiendo boca arriba sobre su espalda con un chupón.
- Envolver a los bebés en una sábana funciona para los más pequeños y los mantiene cómodos y seguros.



PELIGROSO

- Los bebés no deben dormir en cunas con cobijas suaves, esponjosas y sueltas, almohadas y juguetes de peluche.



SEGURO

- La bebé está acostada sola con sus pies al final de la cuna.
- Una sábana delgada está metida debajo del colchón por tres lados de la cuna para que la bebé no la pueda jalar y soltar.



PELIGROSO

- ¡Los bebés nunca deben dormir con adultos en sillones o sillas reclinables!
- Nunca duerma con su bebé si está usando drogas, alcohol, o medicamentos que hagan difícil despertarse.



SEGURO

- Asegúrese que todos los que cuidan a su bebé sepan la manera segura de dormir a un bebé.
- Siempre es importante saber donde duerme su bebé — no solo por la noche.