Lista de verificación



EXISTEN MUCHAS MANERAS DE CRIAR A LOS BEBÉS PERO

SOLAMENTE UNA MANERA DE ACOSTARLOS A DORMIR DE FORMA SEGURA

PROTEGE A TU BEBÉ DE LA ASFIXIA CADA NOCHE Y CADA SIESTA



EL ABC PARA UN SUEÑO SEGURO: A SOLAS, BOCA ARRIBA, CUNA

- ☐ Siempre pongan a los bebés a dormir solos, boca arriba en una cuna vacía o moisés.
- ☐ Quiten todas las cosas de la cuna (cobijas, almohadas, peluches, protectores de cuna, etc.) – usen solamente colchones firmes con sábanas ajustadas.
- ☐ Utilicen mamelucos o pijamas de una pieza para mantener al bebé abrigado.

COMPARTA SU CUARTO, NO SU CAMA

- ☐ Compartir el cuarto ofrece el beneficio de tener al bebé cerca sin ningún riesgo, por lo tanto traiga la cuna del bebé al cuarto de los padres.
- ☐ Nunca ponga a su bebé a dormir en superficies suaves como son las camas para adultos, sofás, futones, reclinables, colchones de aire, etc.



MANTÉNGASE ALERTA MIENTRAS ALIMENTA A SU BEBÉ



- ☐ Ponga una alarma y siempre lleve al bebé a la cuna después de alimentarlo.
- ☐ Si es posible, amamante a su bebé – Es la mejor protección para el bebé.
- ☐ No fume o permita a otros fumar alrededor de su bebé y evite el mal uso de alcohol o drogas.

www.elc-manatee.org/SleepBabySafely

Early Learning Coalition OF MANATEE COUNTY

jwb Juvenile Welfare Board

Manatee County FLORIDA