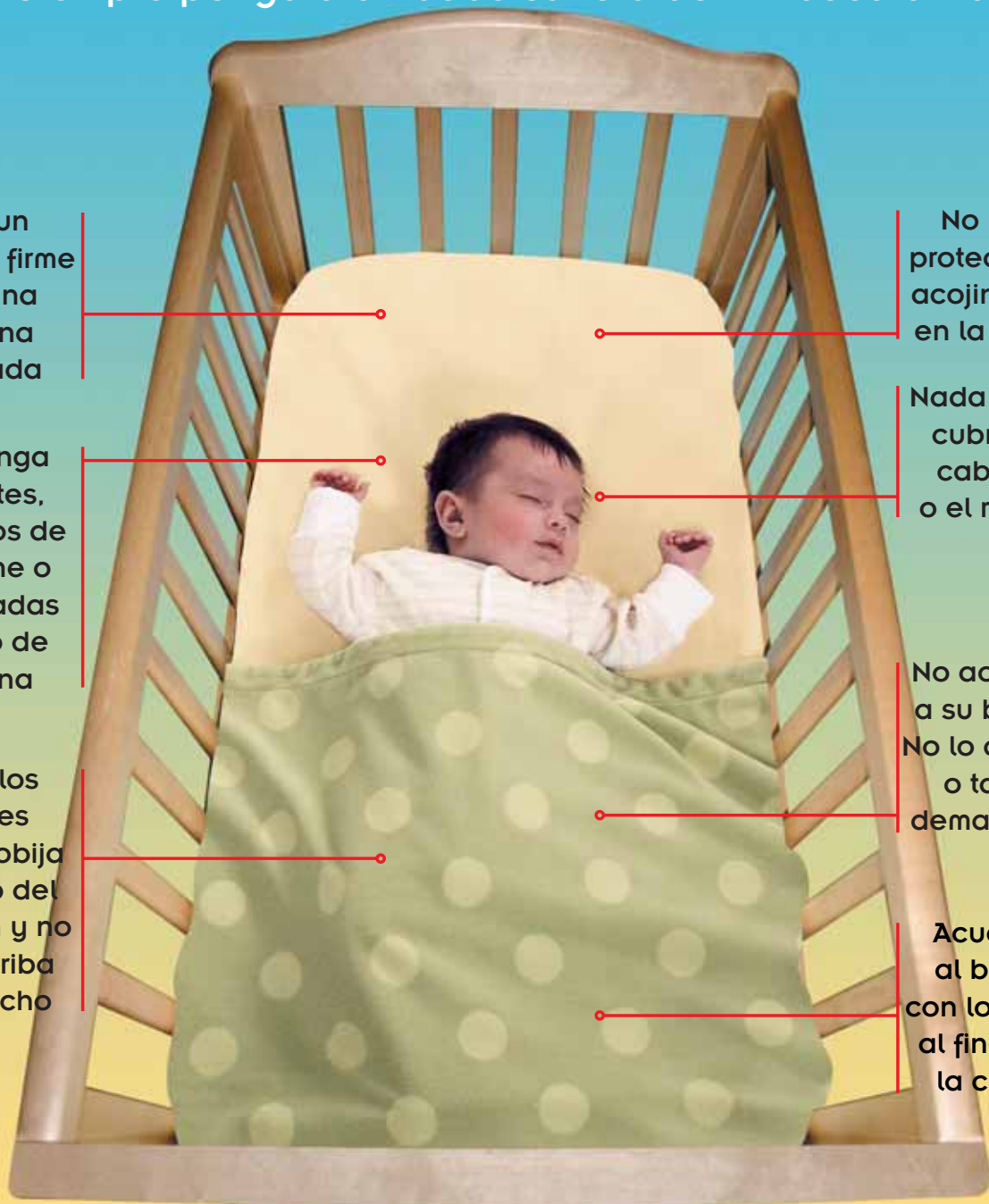


Cómo dormir a su bebé seguro

Siempre ponga a un bebé sano a dormir boca arriba



Use un colchón firme con una sábana ajustada

No use protectores acojinados en la cuna

No ponga juguetes, muñecos de peluche o almohadas dentro de la cuna

Nada debe cubrir la cabeza o el rostro

Meta los bordes de la cobija debajo del colchón y no más arriba del pecho

No acalore a su bebé. No lo arrope o tape demasiado

Acueste al bebé con los pies al final de la cuna

Conserve la temperatura entre 68° - 75° F

No deje que nadie fume cerca del bebé

Tome estos pasos para reducir el riesgo del Síndrome de Muerte Súbita del Bebé (SIDS en inglés) conocido como la muerte de cuna

Boca abajo para jugar - Boca arriba para dormir

La ley en Carolina del Norte requiere que todos los bebés de 12 meses o menos sean puestos a dormir boca arriba en los centros de cuidado infantil. Puede haber algunas excepciones.

PARA MAS INFORMACION

www.NCHealthyStart.org o llame gratis al: **1-800-367-2229**

La Línea de Recursos de Salud Familiar de Carolina del Norte

