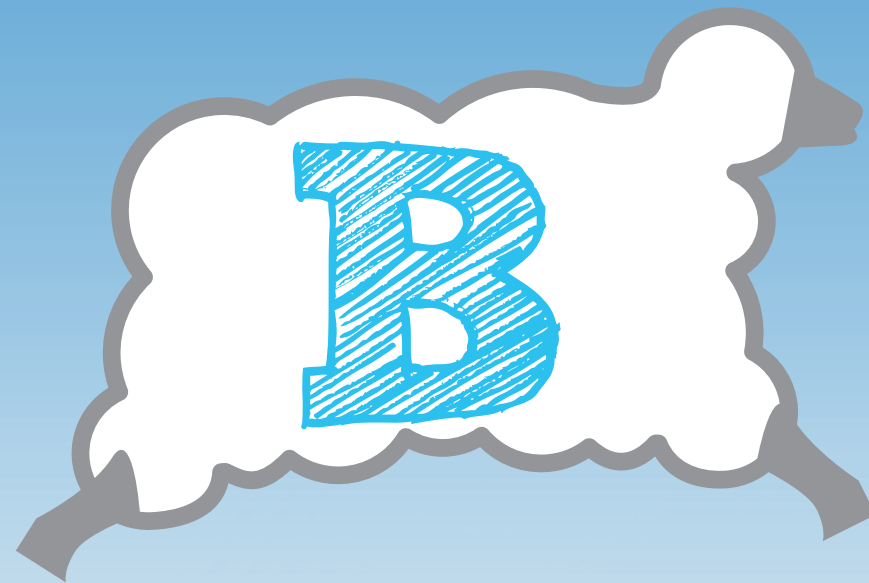


Siga los

A B C

Cada bebé. Cada sueño.

Baa!
Ser un padre puede ser tan agotador!



Acostados

solos en una cuna, sin juguetes, cobijas o almohadas.

Boca arriba

sobre la espalda sobre una superficie firme para dormir como una cuna o moisés.

En una

Cuna

vacía con colchón firme es el lugar más seguro para que el bebé duerma.



Consejos de sueño seguro:

- Evita fumar cerca del bebé. El humo en el aire o en la ropa es peligroso para el bebé.
- Las camas para adultos, los sofás, las sillas y los asientos del automóvil no son seguros para que el bebé duerma.
- Si está cansado mientras sujeta al bebé, coloque al bebé en la cuna.
- Amamanta, si puedes.
- Ofrezca al bebé un chupete (sin una cuerda adjunta).
- Asegúrese de que todos los que cuidan al bebé sigan estos consejos seguros para dormir.

Encuentre más información de Safe Sleep en: www.sleeptighthamptonroads.org

