**Tornando Segura a Hora de Dormir**

Informação para Provedores de Cuidados da Criança

* Ponha sempre um bebê para dormir de barriga para cima.
* Mantenha brinquedos e acolchoados fofos fora do berço.
* Cheque freqüentemente um bebê que esteja dormindo.
* Ligue para 911 quando houver uma emergencia.

**VOCÊ SABIA?**

* **Síndrome da Morte Súbita Infantil (SMSI)** é a principal causa de morte entre crianças de 1 a 12 meses de idade.
* A cada hora, um bebê morre de SMSI.
* Uma em cinco mortes por SMSI ocorre enquanto um infante está sob os cuidados de outras pessoas que não são os pais.
* Um bebê tem mais risco de SMSI:
  + Entre 2 e 4 meses de idade.
  + Nas primeiras semanas que passam em uma nova creche ou babá.
  + Quando ele está acostumado a dormir de barriga para cima e então é posto para dormir de bruço.
* Quando acordado, um bebê precisa ficar de barriga para baixo sob constante supervisão para estimular seu desenvolvimento físico.

**Torne Segura a Hora de Dormir**

Ponha o bebê para dormir de barriga para cima – sempre!

Ponha o bebê para dormir num berço.

Mantenha um bebê dormindo onde você possa ouvi-lo/a.

Cheque freqüentemente um bebê que esteja dormindo.

Pratique suas habilidades de prestar RCP (Ressuscitação Cardiopulmonar e Primeiros) socorros para que esteja pronto/a numa emergência.

Ligue para o 911 imediatamente se um bebê não estiver respondendo.

**NÃO** ponha um bebê para dormir numa cama, assento de bebê para carros, sofá ou cadeira.

**NÃO** coloque brinquedos, acolchoados, travesseiros ou animais de pelúcia num berço.

**NÃO** deixe que um bebê ﬁque muito aquecido durante

o sono – mantenha a temperatura do quarto entre 68º e 72ºF.

**NÃO** cubra a cabeça de um bebê, nem enrrole um bebê com roupa grossa ou muita roupa.

**NÃO** permita que fumem perto do bebê – mantenha o bebê dormindo num ambiente livre de fumaça.

**Converse com suas famílias**

* Descubra sobre os padrões e hábitos dos bebês dormirem e discuta as práticas de segurança da hora de dormir.
* Mostre aos pais onde o bebê vai dormir.
* Informe aos pais sobre seus procedimentos caso ocorra uma emergência.

*Uma mensagem de segurança do Massachusetts Department of Early Education and Care*

Para maiores informações visite nosso [website no http://www.eec.state.ma.us](http://www.eec.state.ma.us/)

Portuguese: Information for Child Care Providers