Como Mantener al bebé Seguro a la Hora de Dormir

Información para los Cuidadores Infantiles

* Siempre coloque su bebé de espaldas para dormir.
* Saque las mantas mullidas y los juguetes rellenos de la cuna.
* Observe frecuentemente al bebé mientras duerme.
* Marque el 911 en caso de emergencia.

 **Sabía U**s**ted?**

 • **Síndrome de Muerte Súbita Infantil (SMSI)** es la causa principal de muerte en infantes entre 1 a 12 meses de edad.

• A cada hora, un bebé fallece como consecuencia del SMSI.

• Una de cada cinco muertes producida por SMSI ocurre mientras que el infante se encuentra bajo el cuidado de personas que no son sus padres.

• Un bebé tiene más riesgo de sufrir del SMSI:

• Entre la edad de 2 a 4 meses.

• Durante las primeras semanas de un cambio en el cuidado infantil .

• Si está acostumbrado a dormir de espaldas y luego es colocado boca abajo.

• Un bebé necesita tiempo boca abajo cuando está despierto para estimular su desarollo físico.

**Haga Segura la Hora de Dormir**

¡Coloque siempre al bebé de espaldas para dormir!

El bebé deberá dormir en una cuna.

Mantenga al bebé durmiendo cerca de usted para poderlo oír.

Observe al infante frecuentemente.

Plactique con frecuencia las técnicas de Resucitación Cardiopulmonar (CPR) y de Primeros Auxilios para que usted esté preparado en caso de emergencia.

Si un bebé no reacciona, llame inmediatamente al 911.

**NO** duerma al bebé en una cama, asiento de auto para bebés, sofá o silla.

**NO** coloque juguetes, almohadas, peluches o mantas en la cuna.

**NO** permita que el bebé se sobre caliente – mantenga la temperatura entre los 68º a 72º F.

**NO** cubra la cabeza del bebé, ni lo tape con ropas gruesas.

**NO** permita que se fume cerca del bebé - mantenga el área libre de humo.

 **Hable con la familia**

• Averigue sobre los hábitos y horarios de dormir del bebé, y comparta con los padres practicas seguras a la hora de dormir.

• Muéstrele a los padres dónde deberá dormir el bebé.

• Indíquele a los padres sus procedimientos en caso de una emergencia.

 *Un mensaje de seguridad del Massachusetts Department of Early Education and Care*

Para más información visite nuestra página red http://www.eec.state.ma.us

Spanish: Information for Child Care Providers