

Práticas de Sono Seguro para Bebês

O sono seguro ajuda a reduzir riscos e a criar um ambiente de sono mais seguro para bebês em programas de educação e cuidados na primeira infância. Siga estas recomendações sempre que um bebê com menos de 12 meses for colocado para tirar uma soneca, descansar ou dormir.



SEMPRE:

- ✓ Coloque os bebês de costas para todos os cochilos, descansos e noites de sono.
- ✓ Use uma superfície de dormir firme, plana e sem inclinação.
- ✓ Utilize berços seguros e equipamentos de sono aprovados.
- ✓ Mantenha objetos macios e roupas de cama soltas fora dos locais onde o bebê dorme.
- ✓ Providencie um espaço individual para cada bebê dormir.
- ✓ Evite o superaquecimento e o uso de coberturas na cabeça quando os bebês dormirem.
- ✓ Certifique-se que as chupetas usadas durante o sono não tenham acessórios ou componentes adicionais.
- ✓ Retire as mamadeiras da área de dormir antes de deitar o bebê.
- ✓ Retire as joias dos bebês antes de dormir.
- ✓ Remova objetos pendurados das áreas de dormir dos bebês.
- ✓ Supervisione os bebês durante o sono de acordo com as Práticas de Sono Seguro do EEC.

Em caso de dúvidas, entre em contato com seu licenciado.

Para obter mais informações, consulte a Política de Sono Seguro do EEC em

mass.gov/eec-laws-regulations-and-policies.



MASSACHUSETTS

**Department of
Early Education and Care**