

Cada Vez que Acueste al Bebé

Sea de día, de noche, en casa o de viaje

Reduzca el riesgo del síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL, o SIDS en inglés) y evite muertes accidentales debidas a infantes que se quedan atrapados entre dos superficies o que se asfixian durante el sueño.

Haga un plan para que su bebé duerma con seguridad:

- ✓ Siempre coloque al bebé boca arriba, en una cuna, cada vez que lo acueste
- ✓ Tenga la cuna junto a la cama de los padres durante los primeros seis meses
- ✓ Use una cuna o moisés con un colchón firme, sábanas bien ajustadas y sin cojines ni chichoneras, almohadas, cobijas pesadas o juguetes
- ✓ Use una cuna o moisés que cumpla con las reglas canadienses de seguridad (www.healthcanada.gc.ca/cps)
- ✓ Mantenga el ambiente del bebé libre de humo durante el embarazo y después del parto
- ✓ Amamante a su bebé, ya que esto lo protege contra el SMSL (SIDS en inglés)
- ✓ Cuide que el bebé no se acalore demasiado
- ✓ Nunca permita que su bebé duerma sobre una manta de piel de borrego, un colchón con almohada integral, cama de agua, diván, sofá, sillón, sillón reclinable o en ninguna cama para adulto
- ✓ Es mejor no compartir la cama con el bebé



Bebé durmiendo con seguridad, con una cobija ligera bien metida debajo del colchón y sin nada más en la cuna.

Comparta esta información con todas las personas que cuidan regular u ocasionalmente a su bebé

Para mayor información hable con su proveedor de cuidados de la salud, o contacte a HealthLink BC por teléfono al 8-1-1 ó visite el sitio www.healthlinkbc.ca.

