

PRÁCTICAS PARA EL CUIDADO DE SU BEBÉ CUANDO DUERME

Esté seguro de que todos los que cuidan a su bebé saben estas reglas.



Su bebé debe dormir siempre boca arriba y nunca boca abajo por la noche y para la siesta.



Su bebé debe dormir siempre sólo y en su cuna por la noche y para la siesta.



Su bebé debe dormir en un colchón firme y en una cuna aprobada.



Esté segura que la habitación de su bebé tenga buena ventilación usando un ventilador.



No debe fumar mientras usted está embarazada ni después de nacer su bebé.



Mientras su bebé duerme, no ponga almohadas en la cuna, cubiertas ni mantas pesadas, muñecos de peluche ni alrededores de cuna acolchonados.



Los profesionales sugieren poner los pies del bebé al final de la cuna. Meta bien la manta debajo y todo alrededor del colchón y no más arriba del pecho de su bebé. Hay productos que se pueden usar en vez de una cubierta como el " Halo Sleep Sack" o una funda/saco hecha especialmente para que el bebé duerma.



Los profesionales también recomiendan darle una tetera/chupete al bebe si la quiere mientras duerme sólo durante su primer año.



Cuide que su bebé no se caliente demasiado. No le ponga mucha ropa. Mantenga la temperatura de la habitación entre 68 y 72 grados F. Si saca al bebe afuera, no olvide de destapararlo y quitarle el abrigo o la chamarra cuando está adentro o en un coche calentado.



No cubra la cabeza del bebé cuando está dentro de la casa y el coche caliente. No cubra su bebé con cubiertas o mantas pesadas cuando está adentro de la casa o en un coche caliente.



Por Cody... Nos dedicamos a la educación de SIDS

Para más informació, vaya al sitio web: www.becauseofcody.org

Para ponerse en contacto con nosotros: info@becauseofcody.org o llame 815-293-SIDS (7437)