

Sueño seguro en entornos de cuidado infantil



Cuidadores:

Animen a las nuevas madres a seguir las recomendaciones de la Academia Americana de Pediatría (AAP) sobre el sueño seguro y la lactancia materna durante 12 meses. La lactancia materna durante 2 a 4 meses reduce el riesgo de SIDS en un 40 %

NICHQ
National Institute for
Children's Health Quality

National Action
Partnership to Promote
Safe Sleep
Improvement and Innovation Network

**Proveedores de cuidado infantil –
Ponga a los bebés a dormir de manera segura**
Aquí tiene seis maneras de mantener seguro al bebé que está a su cargo

Acueste al bebé boca arriba: es la forma más segura



Acuéstelos en su cuna, moisés u otro lugar seguro para dormir



Use un colchón firme y plano con una sábana ajustada



Mantenga la superficie de descanso despejada: sin almohadas, protectores, mantas ni juguetes



No se puede compartir la superficie: cama, sofá, silla o cualquier otra superficie



Considere darle un chupete durante la siesta o antes de acostarse*



*No use el chupete hasta que no se haya establecido la lactancia materna.