



# Su Bebé es Importante



Reduzca el riesgo del Síndrome Infantil de Muerte Repentina

**Siempre** ponga su bebé *boca arriba* para dormir, incluyendo para las siestas



Cuando esté despierto su bebé póngalo **boca abajo** y *supervíselo*



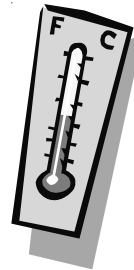
Su bebé nunca debe dormir:

- ♥ en una cama con alguien:
  - que fuma
  - que ha usado alcohol, drogas o medicamentos que causan sueño
  - que esté muy cansado o excesivamente sobre peso
- ♥ en un sofá, silla u otro mueble con o sin usted

Su bebé duerme seguro cuando:

- ♥ Duerme en un colchón plano y firme
- ♥ Duerme solo en su cuna
  - ✗ Sin juguetes ✗ Sin animales ✗ Sin ropa
  - ✗ Sin almohadas ✗ Sin otros niños
- ♥ No cubra la carita de su bebé
- ♥ No permita que su bebé esté envuelto y excesivamente arropado

*¡Si usted tiene calor, su bebé tiene calor!*



Mantenga un ambiente para su bebé libre de humo de cigarrillo



No fume ni permita que otros fumen en su coche, su casa o en cualquier lugar donde esté su bebé

El dar pecho es lo mejor



Para más información pregunte a su doctor o llame al:

**(707) 784-8070**

Proporcionado gracias a la colaboración de múltiples agencias del Condado de Solano, California

Patrocinado por el Condado de Solano - Maternal & Child Health Bureau y SIDS Alliance of Northern California



**Boca Arriba para Dormir**

**Boca Abajo para Jugar**