

¿En qué consiste el **sueño seguro** ?



- Siempre coloque a su bebé **boca arriba** para dormir siestas o durante la noche.
- Su bebé deberá dormir sobre una superficie firme, como un colchón, colocado en una cuna, una cuna de viaje o un moisés, que cumpla con las normas de seguridad (*safety approved*)*.
- No use almohadas, sábanas, pieles de oveja ni protectores de cuna en ningún lugar del área para dormir de su bebé.
- Mantenga alejados del área para dormir de su bebé objetos suaves o blandos, juguetes y ropa de cama suelta.
- No fume ni deje que nadie fume alrededor de su bebé.
- Vista a su bebé con ropa adecuada para dormir, por ejemplo, una pijama de una sola pieza, y no use sábanas.
- El bebé no debe dormir en una cama para adulto, en un sofá o en una silla, solo ni con usted, ni con ninguna otra persona.
- Amamante a su bebé para reducir el riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL).
- Para dormir siestas o durante la noche, dele a su bebé un chupete seco que no esté atado a una cuerda a fin de reducir el riesgo de SMSL.
- Cerciórese de que nada cubra el rostro de su bebé.

*Para obtener más información sobre pautas de seguridad en la cuna, póngase en contacto con la Comisión de Seguridad de Productos para el Consumidor (Consumer Product Safety Commission), por teléfono al **1-800-638-2772**, o escriba a **<http://www.cpsc.gov>**

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.