

CÓMO CREAR UN AMBIENTE SEGURO PARA DORMIR PARA SU BEBÉ

C: DE ESPALDA ES MEJOR SIEMPRE QUE DUERMA.

U: ASEGÚRESE DE QUE LA CABEZA DEL BEBÉ ESTÉ DESCUBIERTA.

I: DUERMA EN LA MISMA HABITACIÓN, NO EN LA MISMA CAMA.

D: ÁREA DEBE ESTAR DORMIR LIBRE DE OBJETOS.

A: SE DEBE USAR UN COLCHÓN FIRME Y PLANO.

R: EN TODO MOMENTO, SIN EXCEPCIONES.



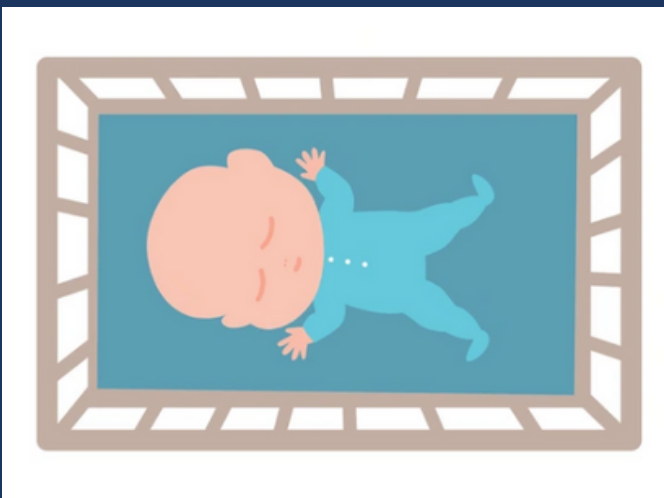
¿CUÁL ES SU PLAN A LAS 2 DE LA MAÑANA?

¿QUIÉN ALIMENTARÁ AL BEBÉ EN MEDIO DE LA NOCHE?

¿AMAMANTAR O ALIMENTAR CON BIBERÓN?

¿CÓMO SE MANTENDRÁ DESPIERTO Y SE ASEGURARÁ DE QUE EL BEBÉ ESTÉ A SALVO?

HABLE SOBRE ESTAS COSAS CON SU FAMILIA O EQUIPO DE APOYO ANTES DE QUE SU BEBÉ LLEGUE A CASA.



Para obtener más información y recursos, visite www.alpqc.org o escanee el código QR a continuación para visitar el sitio web de los CDC sobre sueño seguro:

