

Queridos mamá, papá, abuela y abuelo:

Para mantenerme seguro mientras duermo, por favor...

- Acuestenme boca arriba para dormir.
- Compartan la habitación conmigo, seguro en mi cuna, moisés o cuna portátil. Estaré cerca de su cama para que igual puedan verme, oírme y tocarme. No es seguro dormir conmigo en la cama o en un sofá. Podrían voltearse accidentalmente sobre mí y yo podría asfixiarme en la ropa de cama o en los cojines del sofá.
- Saquen todo de la cuna excepto a mí. ¡Nada de cojines, almohadas, mantas, colchas ni animales de peluche! Use un colchón firme y plana cubierta con una sábana ajustable.
- Asegúrence de que nadie fume en nuestra casa o donde yo esté.
- La lactancia materna es lo mejor. Si me llevas a la cama para alimentarme, mantén tus almohadas y mantas lejos de mí. Devuélveme a mi cuna cuando estés lista para dormir porque es lo más suguro.
- Hablen con mi médico sobre mis solicitudes. Mi médico pensará que soy un bebé muy inteligente.

Con Cariño, su bebé

Este material es para bebés de nacimiento hasta doce meses.

“Hotline”: 800-545-7437 sitio web: www.rwjms.rutgers.edu/sids Preguntas: 732-249-2160

