



Qué significa “sueño seguro” para mi bebé?

- **Cada noche, cada siesta, acueste al bebé boca arriba** a dormir sobre una superficie firme
- **Quédese cerca pero duerma por separado**
- **No fume cerca de su bebé** ni en la casa ni en el carro
- **No debe haber nada en la cuna con el bebé**, ni protectores de cuna, almohadas, peluches o cobijas sueltas
- Está bien envolver al bebé con las manos fuera de la cobija hasta que el bebé se pueda voltear, luego se recomienda usar un saco de dormir o pijamas con patas
- **Use un chupón** una vez que se establezca el amamantamiento

Por favor comuníquese con nosotros al **503-418-5666** si tiene dudas sobre el sueño seguro o si necesita un lugar seguro donde pueda dormir su bebé.



Images courtesy of the Safe to Sleep® campaign, for educational purposes only; Eunice Kennedy Shriver National Institute of Child Health and Human Development; Safe to Sleep® is a registered trademark of the U.S. Department of Health and Human Services.

DCH 21503843 11/17
IRB #0017654

Centro de seguridad del Tom Sargent, vestíbulo
del hospital de niños Doernbecher de lunes a viernes
9:30 a.m. to 3:30 p.m.
safety@ohsu.edu



DOERNBECHER
CHILDREN'S
Hospital