

La Sabiduría de los abuelos empieza con tener la información correcta.

Con un nuevo bebe en su familia, puede que se le pregunte por consejos si usted cuida a su nuevo nieto(a). SIDS of Illinois, Inc. le quiere ofrecer las mas actuales recomendaciones sobre la seguridad de su nieto (a) durante el tiempo de dormir del bebe.

Aunque las recomendaciones han cambiado desde que usted era un nuevo padre, lo que no ha cambiado es que sigamos queriendo lo mejor para nuestros bebes. Es bien importante que usted siga las mismas y mas actuales recomendaciones cuando se refiere a la seguridad de dormir el bebe.

Camas de adultos son demasiado acolchonadas para que un bebe duerma de manera segura. Considere comprar un corral portátil para que duerma su nieto(a) cuando este de visita con usted. ¡No utilice la cuna original que usted usaba con sus hijos!

Aunque tal vez se acostumbraba acostar a su bebe boca abajo, todos los bebes se deben acostar de espalda para dormir.

Lo mas importante es *disfrutar* de su nieto(a).



Para obtener más información, comuníquese con SIDS of Illinois, Inc.

6010 S. Route 53, Suite A
Lisle, IL 60532

Office (630) 541-3901

Fax (630) 541-8246

www.sidsillinois.org

El financiamiento de esta publicación fue posible gracias a fondos recibidos de la Oficina de Promoción de Salud (Office of Health Promotion) a través del Departamento de Salud Publica de Illinois (Illinois Department of Public Health)

Dormir Seguro 365 Días

¡Dormir Seguro 365 Días les recuerda a los padres, abuelos y proveedores de cuidado infantil que cada dormir cuenta!



Cada día del año, reduce el riesgo de muerte relacionadas con el dormir de infantes

El bebe duerme de manera mas segura sobre su espalda boca arriba, en una cuna segura.



Pasos que seguir a un buen tiempo de dormir del bebe, para padres, abuelos y proveedores de cuidado infantil

- El bebe duerme de manera mas segura solo, de espalda en su cuna.
- La leche materna es la mejor comida para el bebe. Es como medicina especial que solo tu le puedes dar a tu bebe.
 - No use una cuna de barandas móvil. Un corral portátil, moisés o cuna firme y segura si se puede usar.
 - Nada acolchonado en el área de dormir del bebe.
 - No use edredones o posicionadores dentro de la cuna. Estos pueden exponer al bebe a sofocación.
 - El colchón de la cuna debe ser firme y del tamaño de la misma sin ningún espacio entre el colchón y los rieles o a su alrededor. Siempre use un forro a la medida para cubrir el colchón.
 - No permita que fumen alrededor de su bebe.
 - Prevenga el riesgo de sobrecalentamiento del bebe arrojando con la misma cantidad de ropa que usted.
 - Ofrezcale a su bebe un chupón solo después de establecer una buena rutina de amamantar el bebe.

Proveedores de Cuidado Infantil

Proveedores de cuidado infantil tienen un trabajo importante que viene con grandes responsabilidades. Todos los proveedores de cuidado infantil deben tomar todas las precauciones necesarias para asegurar el bienestar de los bebés en su cuidado. Los bebés deben dormir en una cama segura. Cunas de baranda móvil no son permitidas.

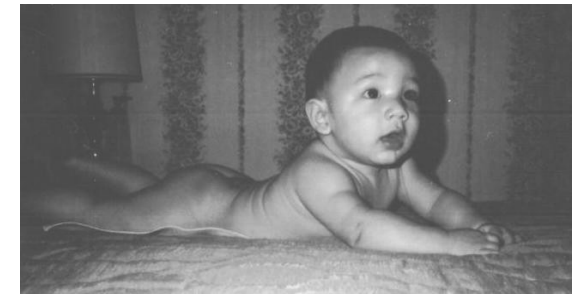
Nunca ponga los siguientes artículos dentro de la cuna junto con su bebe:

- No ponga posicionadores o ajustadores sin tener ordenes de su doctor
- No use nada para ablandar el colchón de cuna
- No use el asiento de coche para dormir a su bebe dentro de la cuna
- No use edredones de cualquier tipo
- No use almohadas
- No use colchas
- No use piel de oveja o pieles usadas como cobijas
- No poner peluches o juguetes dentro de la cuna
- No poner ropa para lavar o sucia sobre la cuna
- No admitir animales de casa/ domesticados dentro de la cuna
- No dormir dos o mas bebés en la misma cuna

Solo si tiene ordenes de su doctor, todos los bebés deben de ser acostados de espalda para dormir.

Limite el tiempo que su bebe pasa en una carriola, columpio, asiento de coche o brincolin, durante el tiempo que esta despierto.

Desde enero 1, 2012, todos los proveedores de cuidado infantil con licencia del estado de Illinois deben recibir educación cada tres años en el tema de Dormir Seguro para su bebe.



Los bebés sólo necesitan estar en sus espaldas cuando están durmiendo. Cuando están despiertos, necesitan tiempo boca abajo SUPERVISADO.

Recuerde:
¡De Espalda Para Dormir -
Boca Abajo Para Jugar!

Usted puede proteger a su bebé siguiendo estas recomendaciones.

¡Mantenga a los bebés seguros los **365 días al año!**

En Illinois, llame a nuestro número gratuito si usted tiene cualquier pregunta o necesite de apoyo.

1-800-432-7437
630-541-3901 (Oficina)

Para comprobar las normas de concesión de licencias en Illinois:

- www.state.il.us.dcms
- Normas de la sección 406.22