



Mantenga el área de dormir del bebé libre de objetos.

Los objetos suaves, la ropa de cama y otros artículos en la cuna pueden impedir que su bebé respire y causar la muerte.

Mantenga los siguientes artículos fuera del área donde duerme su bebé:

- Artículos suaves y esponjosos, como almohadas, juguetes de peluche y posicionadores para bebés
- Ropa de cama y decoración, como almohadillas protectoras y cobijas
- Sábanas que no están apretadas, incluso si son livianas, pequeñas o "metidas"
- Artículos pesados, como cobijas, sábanas para envolver al bebé y otros objetos pesados
- Cordones sueltos y objetos que cuelgan sobre o cerca de su bebé, como un móvil de cuna



Al decidir dónde dormirá su bebé en su habitación, asegúrese de que la cuna de su bebé:

- No está cerca de un tomacorriente de pared.
- No utiliza juguetes de techo como móviles.
- No está cerca de una cubierta de ventana o cordones de ventanas.



TAMBIÉN EN ESTA SERIE:
Comportamiento del Bebé:
Sueño
Superficie para Dormir
Tiempo Boca Abajo

Hablemos – Cuna Despejada

Despeje el área donde duerme el bebé para mantenerlo seguro.

Para obtener recursos, visite: dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro

dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro



Mantenga el área de dormir del bebé libre de objetos.

Preguntas comunes de familiares y cuidadores

¿Por qué mi bebé no puede tener una manta? ¿Está bien que usen gorritos?

Los gorritos que se ponen para dormir pueden deslizarse y bloquear las vías respiratorias. Su bebé no debe usar un gorrito mientras esté en interiores porque esto puede hacer que el bebé se caliente demasiado.

Las mantas, los juguetes y otros artículos blandos en la cuna son peligrosos y aumentan el riesgo de asfixia de su bebé.

A diferencia de los adultos y los niños mayores, un bebé no puede darse la vuelta ni apartar el objeto del camino, cortando sus vías respiratorias.

¿Por qué no puedo dejar biberones en la cuna de mi bebé o usar protectores de cuna?

Si comparte una habitación, los protectores pueden bloquear la vista de su bebé.

No deje a su bebé con un biberón a menos que un adulto esté observando y ayudando al bebé.

Los biberones pueden aumentar el riesgo de que su bebé se ahogue o se asfixie.

Dejar al bebé solo con un biberón puede aumentar el riesgo de otros problemas de salud como infecciones de oído, caries y asma.



Hablemos - Círculo de Apoyo

¡Continúe compartiendo información sobre sueño infantil seguro con padres y cuidadores durante el primer año para fomentar el uso de prácticas de sueño seguro!

Para obtener recursos, visite:

dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro