

## Los bebés necesitan cunas. Manténgalos Seguros



Esta es la muestra del tipo de cuna que nosotros le ofrecemos. Los estilos y tamaños pueden variar dependiendo del producto que tengamos disponible.

### La cuna de su bebé debe tener:

- Barrandas que no estén separadas a más de 2 ¾ pulgadas (que usted no pueda pasar una lata de soda entre ellas).
- Un colchón o "mattress" que quepa bien apretado en el almazón o montura de la cuna.
- No use colchas, mantas pesadas, parachoques, piel de oveja, etc. Estos pueden obstruir la respiración del bebé.

Para más información,  
vaya al "Consumer Product  
Safety Commission" website  
[www.consumer.gov/productsafety.htm](http://www.consumer.gov/productsafety.htm)  
O llame gratis al 1-800-638-2772



Ayude a los bebés a dormir más segura

Para reducir el riesgo del **SIDS** (Síndrome de Muerte Repentina) y la sofocación accidental, la Comisión de Seguridad para el Consumidor, la Academia Pediátrica Americana y Cunas para Niños recomiendan lo siguiente: que los bebés recién nacidos duerman en sus espaldas o boca arriba, en un "mattress" o colchón firme, en una cuna a prueba de accidentes, que no tengan sábanas o cobijas blandas, que no estén expuestos al humo del cigarrillo y que la alcoba o cuarto de dormir esté a una temperatura comfortable para un adulto.

Desde el año 1998 La Campaña de "Cuna para niños" han provisto cunas y materiales educativos a las familias sobre las diferentes formas o maneras de reducir el riesgo del Síndrome de Muerte Repentina en Infantes y la sofocación accidental. Esto se ha podido llevar a cabo, gracias a la generosidad de varias organizaciones, corporaciones, eventos especiales para recaudar fondos y por donaciones de personas aquí en los Estados Unidos.

Los bebés están más seguros cuando duermen sólo en una cuna que no esté llena o atestada de cosas y en posición de espalda, nunca lo ponga boca abajo o de lado. ¿Usted necesita una cuna?.....nosotros le podemos ayudar.

*Para más información o para hacer una donación,  
por favor comuníquese con nosotros:*

[www.cribsforkids.org](http://www.cribsforkids.org)  
[facebook.com/CribsforKidsHeadquarters](https://www.facebook.com/CribsforKidsHeadquarters)



sueño  
seguro  
para  
su bebé



**C**ada año, algunos niños mueren mientras duermen. Los padres pueden reducir los riesgos de esta tragedia, sólo conociendo y siguiendo unas simples pautas o reglas. Estas pautas le ayudarán a usted a alcanzar la meta de asegurar que la respiración de su bebé será clara y no estará obstruída. De esta manera usted garantizará el que su bebé no se ponga en una posición que podría causarle una lesión o hasta la muerte.

**¿Cual es la forma más segura para su bebé dormir?** La forma más segura para su bebé dormir es en su espalda ( boca arriba ) y sólo en una cuna. Algunos bebés han muerto porque fueron sofocados o apiñados por un adulto o por otro niño u objetos en la cama del adulto, tales como cobijas, ropa de cama muy suaves o animales de peluche. Los bebés pueden quedar atrapados entre la cama y la pared o el marco de la cama y entre los cojines de un sofá. A veces los bebés se lesionan al rodarse de la cama de un adulto.

**¿Qué haría yo, si mi niñera quiere dejar a mi bebé tomar una siesta en un sofá o una silla acojinada?** Aún fuera de la casa, el bebé siempre deberá dormir en una cuna que sea segura. Algunos padres usan una cuna portátil o una que se llama "Pack 'n Play" para viajes fuera de casa.

**¿A mi me gusta la intimidad que se siente al dormir con mi bebé, cómo podría yo hacerlo de una manera más segura?** Abraze a su bebé durante el tiempo que lo alimenta y a las horas en que se despierta, para de esa manera desarrollar la cercanía e intimidad con él o ella. Al momento de dormir, su bebé puede compartir el cuarto con los padres. Ponga la cuna en un lugar seguro cerca de ustedes para que su bebé pueda percibir que ustedes estan cerca y así duerma en un lugar más seguro.



# Cunas seguras para los bebés



## **Pautas o reglas para los padres y niñeras....**

- La manera más segura para su bebé dormir es acostado de espalda (boca arriba) y sólo en la cuna.
- La cuna del bebé deberá tener un colchón o "mattress" firme o de consistencia dura, con sábanas que cubran los lados de la cuna y que queden bien ajustadas al colchón.
- No le ponga demasiada ropa al bebé o lo abrigue mucho. Una manta o cobija liviana pinchada o colocada a los lados y en la parte abajo del "mattress" será suficiente. No permita sábanas o mantas cerca de la cabeza del bebé. No use almohadas o cojines de parachoques o juguetes en la cuna.
- Nunca permita que su bebé se quede dormido en una cama o silla con alguien que esté fumando, o está cansado, enfermo o tomando medicamentos que lo ponen soñoliento, o está extremadamente sobre peso.
- El bebé deberá dormir en una casa que esté libre del humo del cigarrillo.
- La lactancia o dar el pecho tiene importantes beneficios para la salud de los bebés pero hágalo con cuidado. Cuando esté lactando, esté segura que está sentada y que está en una posición la cual le permite mantenerse despierta. Cuando haya terminado de lactar, regrese el bebé a la cuna.