

Siga Los ABC's Para Prevenir SMIS



¿Por qué nos preocupa El Síndrome De Muerte Infantil Súbita (SMIS)?

El SMIS es una muerte repentina e inexplicable en niños menores de un año de edad. Es una de las mayores causas de muertes infantiles en nuestra área. Uno de los factores de riesgo del SMIS son las prácticas inseguras para dormir.

¿Qué son practicas inseguras para dormir?

- Su cuna tiene un colchón blando. Almohadas, cobertores y juguetes de peluche en la cuna con el bebé.
- Adultos durmiendo en la misma cama o sofá con el bebé.
- Cualquier otra superficie blanda.
- Cuando el bebé duerme acostado sobre su estómago.

¿Qué se puede hacer para ayudar a su bebé dormir seguro y reducir el riesgo de SMIS?

Recuerde: **A** solas, **B**oca arriba, en su **C**una:

- Siempre acueste a su bebé boca arriba en su cuna. (Tanto para las siestas como por la noche, ponga a su bebé a dormir boca arriba.)
- Use un colchón firme para cuna que tenga seguridad aprobada y cubra el colchón con una sábana ajustable.
- Mantenga todos los objetos suaves, juguetes, muñecos de peluche y ropa fuera del área donde duerme su bebé.
- Asegúrese que ningún objeto cubra la cabeza del bebé.

Para mas información, visite: www.cdc.gov/SIDS

Health Whys

Un mensaje de salud publica de

Thomas
Jefferson
HEALTH DISTRICT
Serving: Albemarle Charlottesville
Fluvanna Greene Louisa Nelson

www.vdh.virginia.gov/LHD/ThomasJefferson

Follow us on
Facebook

