

Safe Sleep Saves Lives

Share these tips with anyone who cares for your baby.

Safe Sleep Tips

- Place baby on his or her back to sleep in their own crib, bassinet, or Pack 'n Play.



- Sleeping with your baby is unsafe.
- It is unsafe for baby to sleep on a couch, whether with or without adult supervision.

Important Things To Know



- Provide a smoke-free environment.
- No soft materials in the crib. No pillows, quilts, comforters, blankets, bumpers, or stuffed toys.
- Avoid sleepwear with strings or ties.
- Never lay baby to sleep near appliances, toys, or dangling cords or wires.
- Babies should never sleep with a hot-water bottle or electric blanket, next to a radiator, heater, or fireplace, or in direct sunlight.
- Do not overheat or overdress baby.
- Stay up to date with pediatric well-visits and immunizations.



Bed sharing is dangerous!

¡El Sueño Seguro Salva Vidas!

Recuerde de compartir estos consejos con el cuidador de su bebé.

Consejos Para El Sueño Seguro

- Siempre acueste al bebé de espaldas para dormir.



- Durmiendo con su bebe es peligroso.
- No es seguro para el bebé dormir en un sofá, con usted ni solo.

Las Cosas Importantes Saber



- Provéele un ambiente libre de humo al bebé.
- No dormir con almohadas, cobijas acolchadas, edredones, colchas o muñecos rellenos.
- Utilice ropa sin cordones o cintas para dormir.
- Nunca acueste al bebé a dormir cerca de un aparato eléctrico, juguetes o artículos que tengan cordones que cuelgan.
- Los bebés nunca deben dormir con botellas de agua caliente, colchas eléctricas, cerca de radiadores, calentadores, chimeneas, o a la luz directa del sol.
- Los bebés no deben estar demasiado arropados.
- Lleve al bebé al pediatra para todas las vacunas y visitas regulares.



Durmiendo con su bebe es peligroso!