



Lista del sueño seguro

- Comparte su habitación con su bebé, no con su cama. Su bebé no debe dormir en una cama para adultos, en un sofá o en una silla sola, con usted, o con cualquier otra persona.
- Mantenga objetos suaves, como almohadas, almohadillas de parachoques, juguetes blandos y ropa de cama suelta, fuera de la zona de sueño de su bebé.
- Siempre coloque a los bebés en la espalda cuando los pone a dormir para siestas y durante la noche.
- No permita que su bebé duerma en un columpio. Si su bebé se duerme en un asiento para automóvil o en un portabebés, deben moverse a una superficie firme de tan pronto como sea posible.
- El riesgo de muerte es aún mayor cuando un bebé comparte una cama con un fumador. Evite la exposición del bebé al humo, el alcohol y las drogas ilícitas.

Casi 1 de cada 4 muertes infantiles en el Condado de Tulsa están vinculadas a un ambiente de sueño.

De acuerdo a los casos revisados por el Programa de Revisión de Mortalidad Fetal e Infantil de Tulsa para muertes infantiles en el Condado de Tulsa de 2012-2015



La forma más segura de dormir pueden estar sola y de espaldas