

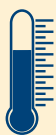
Safe Sleep for your Baby

(Avoid hanging this within baby's reach)

8 Steps for Safe Sleep



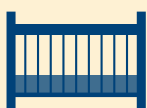
1 Always place your baby to sleep on his or her back, for naps and at night.



2 Never dress your baby too warmly for sleep; keep room temperature comfortable for an adult.



3 Dress your baby in a wearable blanket instead of loose blankets.



4 Do not share a bed with your baby. Place your baby's crib* near your bed.



5 Remove all soft bedding, crib bumpers and toys from your baby's sleep area. Use only a tight fitted sheet.



6 Breastfeed if possible. Offer a pacifier when putting baby to sleep. If breastfeeding, offer a pacifier after 1 month.



7 Visit your baby's pediatrician regularly and stay up-to-date on your baby's immunizations.



8 Do not smoke around your baby.

For more Safe Sleep visit www.cribsforkids.org

2.10.20

Descanso seguro para su bebé

Evite colgar ésto al alcance de su bebé

8 pasos para el descanso



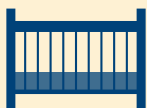
1 Siempre acueste a su bebé sobre su espalda, ya sea para la siesta o durante la noche.



2 Nunca abrigue excesivamente a su bebé para dormir; mantenga la temperatura del cuarto cómoda para un adulto.



3 Considere vestir a su bebé con una bolsa de dormir para bebés en lugar de una manta tradicional suelta.



4 No comparta su cama con su bebé. Coloque la cuna de su bebé* cerca de su cama.



5 Remueva todas las mantas, protectores acolchados y juguetes del área de dormir de su bebé. Utilize solamente una sábana ajustable.



6 Amamante si es posible. Ofréscale un chupete o pacificador a su bebé cuando lo acuesta a dormir. Si está amamantando a su bebé, ofrészale un chupete después de un mes de vida.



7 Visite al pediatra regularmente y esté al día con las vacunas de su bebé.



8 No fume alrededor de su bebé.

2.10.20

Para un sueño más seguro, visite www.cribsforkids.org