Crear un entorno de sueño seguro

¡Crear un entorno de sueño seguro es una de las formas más importantes de mantener a su bebé a salvo y saludable! Los entornos de sueño inseguros son una de las principales causas de muerte en bebés en el condado de El Paso; sin embargo, la mayoría de estos fallecimientos se pueden prevenir eliminando o reduciendo los factores de riesgo. **Vea la imagen a continuación para ver un ejemplo de un entorno de sueño seguro:**

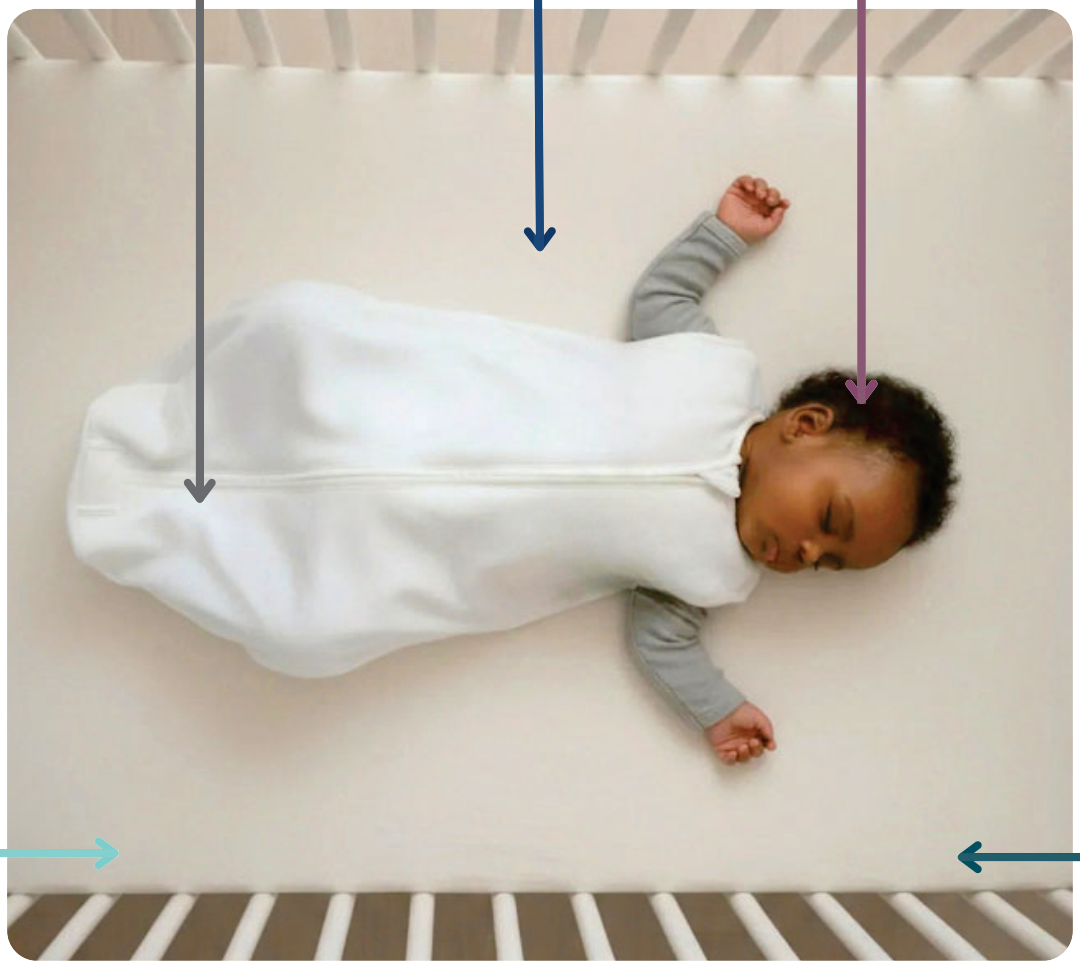
Superficie firme y plana, con solo una sábana ajustable

Usa una manta vestible para mantener al bebé abrigado

Retire todo del área para dormir

Acuesta al bebé boca arriba para dormir

Comparte tu habitación, pero nunca tu cama



El Paso County, CO Public Health

¿Tiene preguntas sobre el sueño seguro? Contános ***safesleep@elpasoco.com*** *o escanee este código QR:*