

# 4 maneras de mantener seguro a su bebé mientras duerme

**ASEGÚRESE DE QUE ESTÉ:**

1

## A SOLAS

Los bebés deben dormir a solas: sin mantas, juguetes, protectores, animales de peluche u otras personas

2

## BOCA ARRIBA

Coloque siempre a su bebé boca arriba, no de lado ni boca abajo, para dormir

3

## EN UNA CUNA

Use un moisés o una cuna con una superficie firme y plana y una sábana bien ajustada para dormir

4

## EN UN LUGAR LIBRE DE HUMO

Nadie debe fumar cerca de su bebé ni en la habitación donde duerme

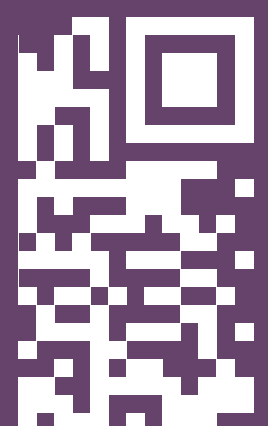
◀ Para saber cómo utilizar de forma segura los fulares y sacos de dormir, visite nuestra página web.



Illinois  
Safe Sleep  
Support

Podemos salvar vidas siguiendo prácticas comprobadas de sueño seguro.

Para obtener recursos, apoyo y más, visite [InfantSafeSleep.illinois.gov](http://InfantSafeSleep.illinois.gov)



# 4

## maneras de mantener seguro a su bebé mientras duerme

ASEGÚRESE DE QUE ESTÉ:

1

### A SOLAS

Los bebés deben dormir a solas: sin mantas, juguetes, protectores, animales de peluche u otras personas

2

### BOCA ARRIBA

Coloque siempre a su bebé boca arriba, no de lado ni boca abajo, para dormir

3

### EN UNA CUNA

Use un moisés o una cuna con una superficie firme y plana y una sábana bien ajustada para dormir

4

### EN UN LUGAR LIBRE DE HUMO

Nadie debe fumar cerca de su bebé ni en la habitación donde duerme



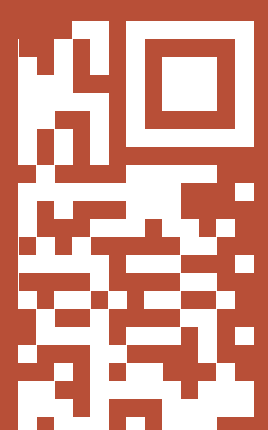
◀ Para saber cómo utilizar de forma segura los fulares y sacos de dormir, visite nuestra página web.



Illinois  
Safe Sleep  
Support

Podemos salvar vidas siguiendo prácticas comprobadas de sueño seguro.

Para obtener recursos, apoyo y más, visite [InfantSafeSleep.illinois.gov](http://InfantSafeSleep.illinois.gov)



# 4 maneras de mantener seguro a su bebé mientras duerme

ASEGÚRESE DE QUE ESTÉ:

1

## A SOLAS

Los bebés deben dormir a solas: sin mantas, juguetes, protectores, animales de peluche u otras personas

2

## BOCA ARRIBA

Coloque siempre a su bebé boca arriba, no de lado ni boca abajo, para dormir

3

## EN UNA CUNA

Use un moisés o una cuna con una superficie firme y plana y una sábana bien ajustada para dormir

4

## EN UN LUGAR LIBRE DE HUMO

Nadie debe fumar cerca de su bebé ni en la habitación donde duerme

◀ Para saber cómo utilizar de forma segura los fulares y sacos de dormir, visite nuestra página web.



Illinois  
Safe Sleep  
Support

Podemos salvar vidas siguiendo prácticas comprobadas de sueño seguro.

Para obtener recursos, apoyo y más, visite [InfantSafeSleep.illinois.gov](http://InfantSafeSleep.illinois.gov)

