

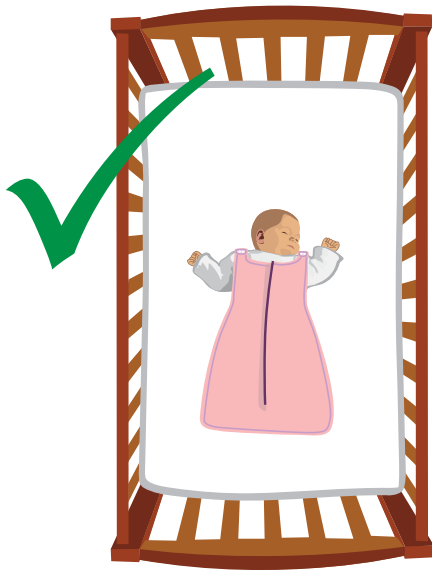
Para reducir el riesgo del Síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL o 'SIDS' en inglés)

Acueste al bebé de espalda



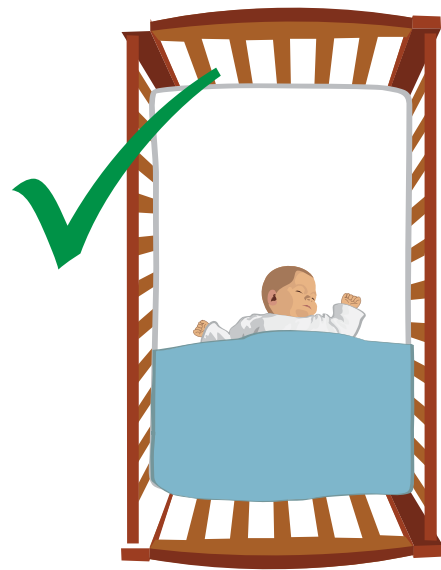
Acostar al bebé de lado o boca abajo aumenta el riesgo del *SIDS*

Manténgale la cabeza y la cara destapadas



Utilice una bolsa de dormir segura dotada con apertura para cuello y brazos

O



El bebé boca arriba. Los pies tocando el extremo inferior de la cama. Las cobijas ajustadas firmemente al colchón.

Cubrir la cabeza o la cara del bebé aumenta el riesgo del *SIDS*

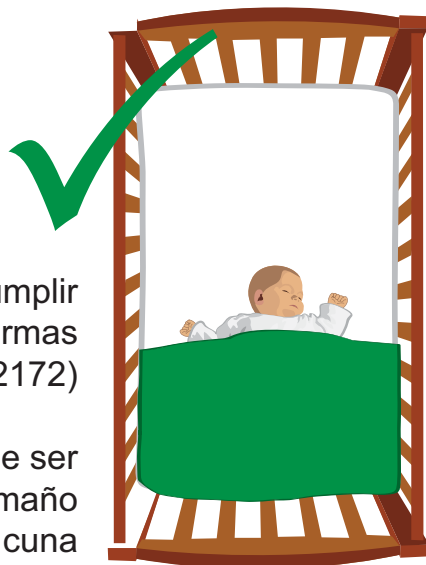


No fumar antes ni después del nacimiento

Fumar durante el embarazo y cerca del bebé después del nacimiento aumenta el riesgo del SIDS.

Puede encontrar ayuda para dejar de fumar poniéndose en contacto con su médico, enfermera o llamando a

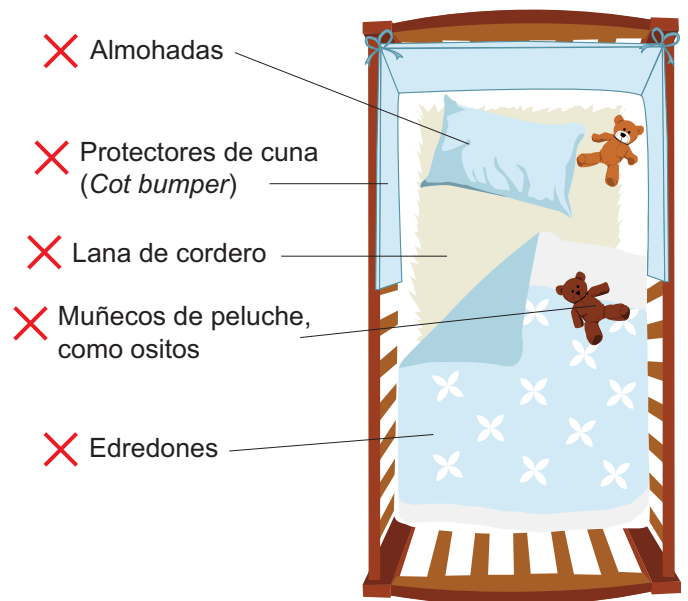
Quitline al 131 848



La cuna debe cumplir con las normas australianas (AS2172)

El colchón debe ser firme y del tamaño adecuado para la cuna

Ninguna ropa de cama blanda o acolchada

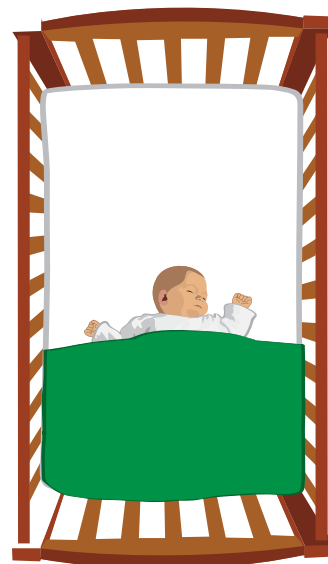


El bebé de espalda ✓

Manténgale la cabeza y la cara destapadas ✓

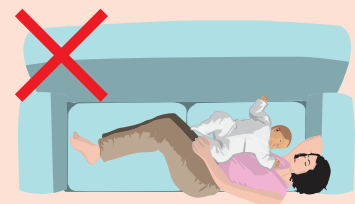
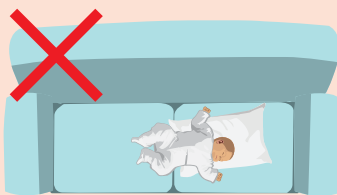
Mantenga al bebé alejado del humo antes y después del nacimiento ✓

Acueste al bebé en una cuna segura junto a la cama de los padres ✓



Las superficies blandas aumentan el riesgo del SIDS

Lugares inseguros para dormir



Los dibujos con una **X** no son lugares seguros para dormir

Preparado conjuntamente por *SIDS and Kids* ACT, ACT Health y el Department of Disability, Housing and Community Services.



Patrocinado por



www.grobag.com.au
1800 777 107

sidsand**kids**[®]

Para mayor información hable con su médico o enfermera de salud infantil en el Centro Comunitario de Salud local; llame a *SIDS and Kids* en su Estado o Territorio al

1300 308 307

o consulte el sitio Web de *SIDS and Kids*

www.sidsandkids.org