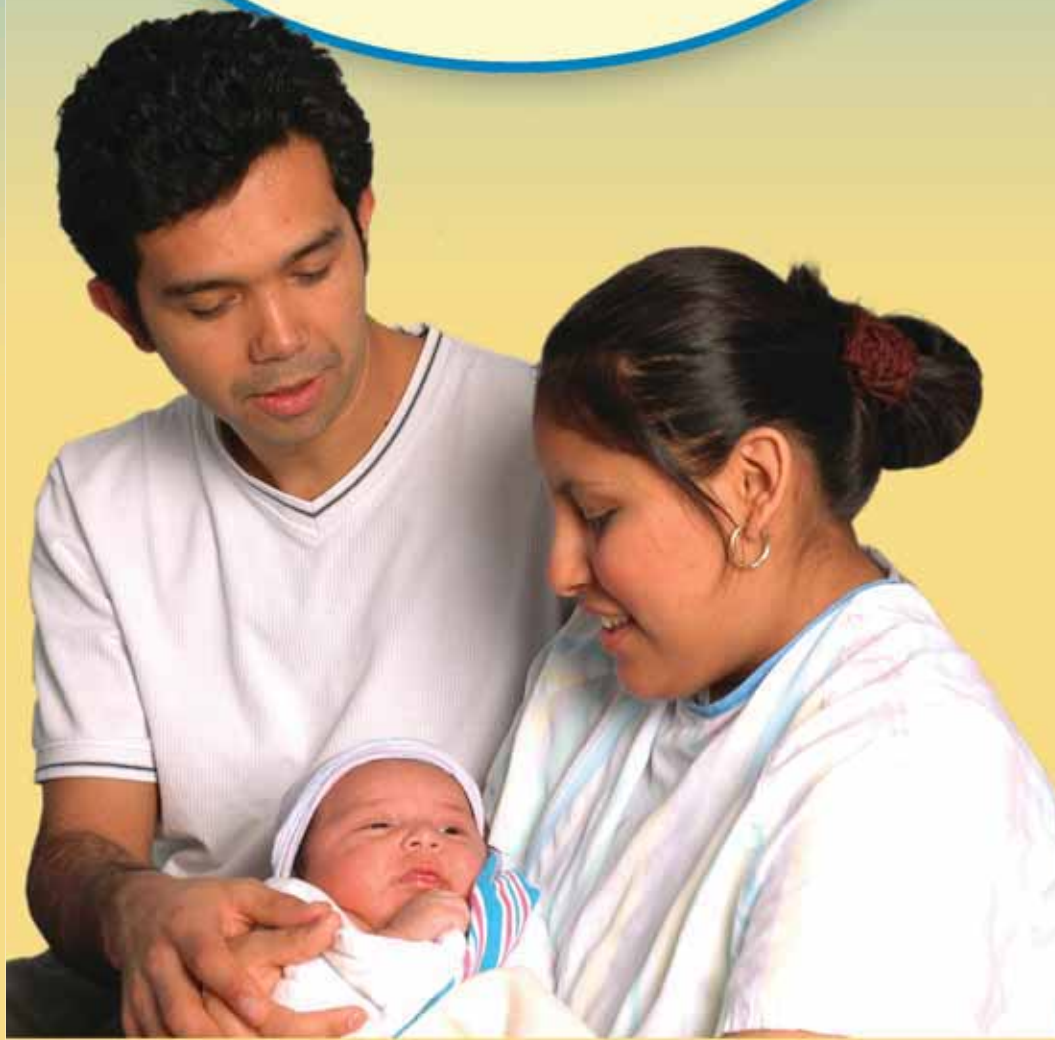


Duerma seguro a su bebé:  
**Reduzca el riesgo del  
Síndrome de Muerte  
Súbita del Infante**



# Duerma seguro a su bebé: Reduzca el riesgo del Síndrome de Muerte Súbita del Infante

## Familia 1



**Marta**  
mujer joven y  
embarazada de  
su segundo hijo



**Daniel**  
esposo



**Marco**  
hijo mayor



**David**  
bebé  
recién nacido

## Familia 2



**Laura**  
cuñada de  
Marta y Daniel



**Samuel**  
hermano de  
Daniel



**Carlos**  
hijo

## Agradecimientos

Edgar Guillén y Gloria Sánchez

Elvira Fernández Calle y familia

Petra Hager

Babies R Us, Raleigh

Arturo Presas, Durham

# Los preparativos para el bebé

Marta y Daniel están entusiasmados con el próximo nacimiento de su segundo hijo. Marta tiene 8 meses de embarazo.



Daniel, te prometo que sólo compraremos lo que necesitamos.

Marta, ¡vamos a comprar esto!



Uy... las reglas en la guardería donde trabajo dicen que los protectores acojinados\* no son necesarios.



\*Los protectores acojinados son una colchoneta delgada diseñada para ponerse justamente dentro de la cuna alrededor de los barrotes y amarrados a éstos.









# Arreglando la habitación del bebé

Al día siguiente, Daniel y su hermano Samuel arman la cuna.



¡Por fin, acabamos!  
Gracias Samuel.

Quedó muy bien.

Cuñada, ¿Dónde  
quieres que la  
pongamos?  
¿Aquí?



No, no cerca  
de la ventana.  
El sol va a acalorar  
al bebé.

Y cariño,  
el cordón de la  
cortina puede  
estrangular al bebé.









\*También conocida como Síndrome de Muerte Súbita del Infante.

Ese día en la tarde...

¡Ay!  
Que colchón tan firme.

Si fuera un colchón blando el bebé se podría hundir y eso no es seguro.

¡Se ven preciosas!  
La cuna se ve simple y segura.

Y las sábanas quedan justas y no se atorán.



¡Qué bien, finalmente está aprendiendo!



# El nacimiento

Semanas después, en la mañana...



En el hospital...



¡Es un niño sano!

David se parece a tí, Daniel. Tiene tus ojos y las orejas grades.



Buenas tardes, David está muy bien. ¿Qué tal le va dando pecho?

Un poco mejor, Dr. Smith.



Recuerden que es más seguro que este chiquito no duerma con ustedes en la cama, aún si le está dando pecho.

¡Ha! Pero nuestro otro hijo siempre durmió con nosotros.



Dormir con el bebé es peligroso.

¡Haaa! ¿Por qué?

Se puede acalorar y los riesgos de la muerte de cuna son mayores.



# ¡Bienvenido a casa!

David llega a casa...





¿Acuestas a David boca arriba para dormir?

Sí, los bebés deben dormir boca arriba para reducir el riesgo de la muerte de cuna.



Además, estará cómodo.

Pero cuando David esté despierto es bueno ponerlo boca abajo para jugar y fortalecer su cuerpo.

Boca arriba para dormir, boca abajo para jugar... hmmm...



También hay una manera segura para taparlo con la cobija y que no le cubra la cara.

Enséñame.

Los pies van al final de la cuna.



Luego, lo tapo hasta el pecho, exactamente debajo de las axilas.



Después, meto los bordes de la cobija en los tres lados del colchón como lo hacemos en el trabajo.

¡Ah! Eso ayuda a que no se enrede con la cobija.

Más tarde  
en la  
noche...



A media  
noche...





La próxima mañana...



# Educa a tu niñera

Después de seis semanas, Marta regresa a trabajar. Laura, su cuñada, cuidará a David...





# ¡Feliz cumpleaños bebé!

¡A comer!  
La comida está lista.

El primer cumpleaños de David . . .



Vamos a cortar el pastel.



¡Feliz cumpleaños a ti, Feliz cumpleaños a ti!



No puedo creer que David ya tenga un año.

No, todavía no, necesito darle a mi cuerpo otro año de descanso y recuperación.



¿Ya estás lista para tener otro bebé?



Tal vez, cuando David tenga dos años estaré lista para pensar en otro bebé.



Poner a dormir seguro a su bebé es importante. Use la siguiente guía cuando compre una cuna.



**Por seguridad** - los pilares de las esquinas no deben ser más altos que  $\frac{1}{16}$  de pulgada de la parte superior de la cabecera

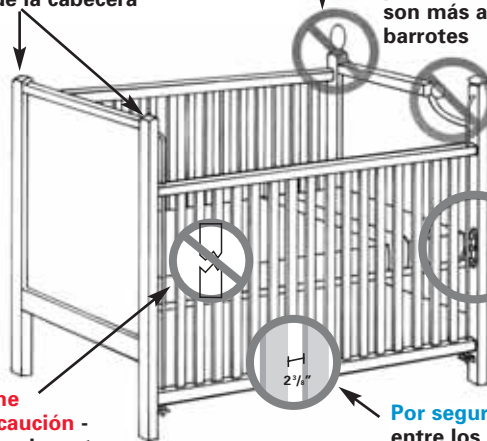
**Tome precaución** - si los pilares de las esquinas son más altos que los barrotes

**Tome precaución** - si las cabeceras tiene arcos u orificios

**Por seguridad** - el colchón debe estar apoyado con soportes seguros

**Tome precaución** - si hay barrotes rotos

**Por seguridad** - el espacio aceptable entre los barrotes es de  $2\frac{3}{8}$  pulgadas



## GUÍA PARA UNA CUNA SEGURA

**Los pilares de las esquinas:** Los pilares de las esquinas deben de tener la misma altura que la cabecera y contra cabecera. Las puntas de los pilares deben ser redondas y no más altas que  $\frac{1}{16}$  de pulgada de la altura de los barrotes.

**La cabecera y contra cabecera:** No deben tener arcos decorativos u orificios.

**Los barrotes:** No deben faltar barrotes o existir barrotes rotos. El espacio entre los barrotes debe de ser de  $2\frac{3}{8}$  pulgadas o menos, o no más anchos que una lata de refresco.

**Las piezas:** Asegúrese que todos los tornillos, tuercas y otras piezas estén en su lugar fijamente. Las piezas no deben tener terminaciones u orillas rasposas.

**Las partes rotas o faltantes:** Asegúrese que no le falten partes a la cuna o que no haya partes rotas - especialmente si la cuna es usada.

**El colchón y los soportes:** El colchón debe caber justo en las barandas de la cuna, no debe haber espacios. No deben caber dos dedos de un adulto entre el colchón y las barandas. Los soportes del colchón deben estar fijamente agarrados a las barandas.

**La pintura:** Si la pintura está descascarada, o pelándose, repárela o contacte al fabricante.

**Si usted encuentra alguno de estos problemas, repárelos o adquiera una cuna diferente.**



Si usted desea más información sobre cómo poner a dormir seguros a los bebés o cómo reducir el riesgo del Síndrome de Muerte Súbita del Infante, comuníquese con los siguientes recursos.

## RECURSOS

La Línea de Salud Familiar de Carolina del Norte



(español e inglés)

La Comisión para la Seguridad de los Productos de Consumo de los Estados Unidos

1-800-638-CPSC

1-800-638-2772

[www.cpsc.gov](http://www.cpsc.gov)

(español e inglés)

North Carolina Healthy Start Foundation

[www.NCHealthyStart.org](http://www.NCHealthyStart.org)

(español e inglés)

La División de Desarrollo del Niño de Carolina del Norte

Información sobre guarderías

919-662-4499

1-800-859-0829

[www.ncchildcare.net](http://www.ncchildcare.net)

(español e inglés)

The Danny Foundation

1-800-83DANNY

1-800-833-2669

[www.dannyfoundation.org](http://www.dannyfoundation.org)

(sólo en inglés)



Esta fotonovela fue desarrollada y producida por la North Carolina Healthy Start Foundation. Su financiamiento fue proveído por la División de Desarrollo del Niño de Carolina del Norte (Contrato #6090) y contribuciones de la North Carolina Healthy Start Foundation.

60,000 copias de este documento público fueron impresas a un costo de \$9,600 o \$00.16 cada una (6/05)