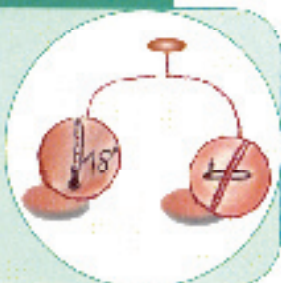


# ¿COMO ACOSTAR A SU HIJO?

No fumar nunca en la habitación del niño

¿Qué temperatura debe haber en la habitación de mi hijo?

De 18 a 20 °c  
Esta temperatura es suficiente.  
Usar pijamas de distinto grosor según la estación del año.  
No tapar demasiado al niño.



¿Y cómo debe ser la cuna?



No usar almohada.

Usar una cuna con barras rígidas, con un colchón duro de dimensiones apropiadas a la cuna.

No usar mantas ni edredones...

De esta manera...

El niño no puede quedar atrapado debajo, la nariz del niño no quedará tapada por la almohada.

De lo contrario, el niño podría morir.

Si es posible, déle el pecho a su hijo.

Animar al niño a que juegue boca abajo en el momento en que se despierte.

¿Cuál es la postura correcta?



Acostar al niño siempre boca arriba.

De esta manera...

La cara del niño siempre está al descubierto, puede respirar mejor ; se puede controlar mejor la fiebre y el niño no puede quedar atrapado debajo de la ropa.

No colocar nunca al niño de costado.

No quedarse nunca dormido en la cama junto al niño.

Cambiando nuestros hábitos, podemos salvar a muchos niños del Síndrome de Muerte Súbita del Lactante (SMSL) popularmente conocido como "Muerte Súbita"