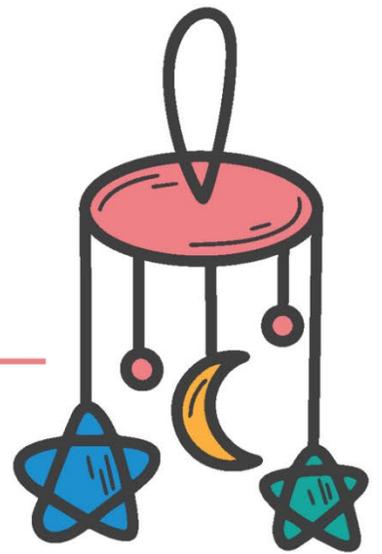
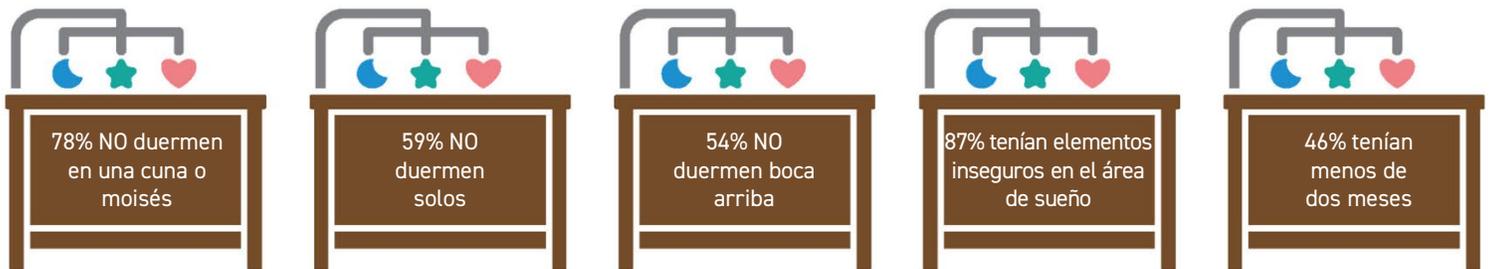


Dele espacio para respirar a su bebé



En todas las siestas. Todas las noches. Todo el tiempo.

Siga el ABC para un sueño seguro: **A** solas, **B**oca arriba o en su **C**una, da espacio a su bebé para que duerma y disminuye la probabilidad de asfixia.



Fuente: Equipo de Revisión de Casos de FIMR del Departamento de Salud Pública del Condado de Marion 2018-2022 (n=79) Indianápolis, Indiana

Por qué el ABC para un sueño seguro le da espacio a su bebé para respirar

Su bebé solo respira por la nariz hasta que tiene entre 4 y 6 meses.

El tamaño de las vías respiratorias del bebé, que llevan el oxígeno a los pulmones, es más pequeño que la abertura de un sorbete.

Dormir boca arriba permite que su bebé tenga las vías respiratorias abiertas mientras duerme.



Dele espacio a su bebé para respirar con el ABC: es para su seguridad.

Para más información: TConard@MarionHealth.org

Retirar almohadas, mantas, personas y tumbonas del espacio de sueño le da espacio a su bebé para respirar.

Según algunos estudios, compartir la cama con un bebé aumenta el riesgo de muerte súbita relacionada con el sueño. Utilizar una cuna y compartir la habitación protegen a su bebé.

La mayoría de las familias que perdieron a un bebé de forma repentina tenían una cuna o practica para su bebé, pero no la estaban usando.

