

## LA RED COLABORATIVA

Por favor, comuníquese con la Colaborativa de su Distrito para obtener información adicional y recursos sobre Safe Sleep DC (Dormir Seguro DC) y para inscribirse para un Taller.

**Collaborative Solutions for Communities | Distritos 1 & 2**  
202-518-6737 | [www.wearecsc.org](http://www.wearecsc.org)

**East River Family Strengthening Collaborative, Inc. | Distrito 7**  
202-397-7300 | [www.erfsc.org](http://www.erfsc.org)

**Edgewood/Brookland Family Support Collaborative | Distritos 5 & 6**  
202-832-9400 | [www.ebfsc.org](http://www.ebfsc.org)

**Far Southeast Family Strengthening Collaborative, Inc. | Distrito 8**  
202-889-1425 | [www.fsfsc.org](http://www.fsfsc.org)

**Georgia Avenue Family Support Collaborative | Distritos 3 & 4**  
202-722-1815 | [www.gafsc-dc.org](http://www.gafsc-dc.org)



## MANTENGA A SU BEBÉ SEGURO MIENTRAS DUERME

La finalidad principal de Safe Sleep DC es instruir a madres, padres, abuelos, niñeras y proveedores de cuidados en el hogar acerca de la importancia de poner a los bebés a dormir boca arriba y solos en su propia cuna.

### EL PROGRAMA SAFE SLEEP PROVEE:

- Una campaña de concientización pública
- Talleres sobre Reducción del riesgo de SMSL y Prácticas para dormir seguro
- Demostraciones de cómo es un "Ambiente en el que se duerme seguro"
- Instrucción personal y grupal, y servicios de apoyo para padres
- Pack 'n Play con seguridad aprobada proporcionado a padres con recién nacidos e hijos de hasta 1 año de edad. Existen otros recursos también disponibles.



 SAFESLEEPDC

 SAFESLEEPDC

 [INFO@SAFESLEEPDC.COM](mailto:INFO@SAFESLEEPDC.COM)

[WWW.SAFESLEEPDC.COM](http://WWW.SAFESLEEPDC.COM)



Duermo más seguro

**A** SOLO

**B** BOCA ARRIBA

**C** y en mi propia CUNA

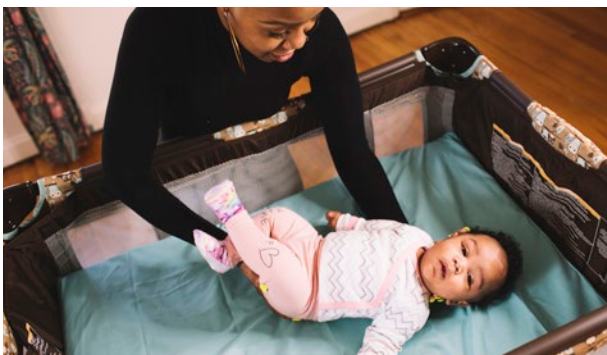
## MANTENGA A SU HIJO SEGURO

**Haga** que su bebé duerma boca arriba para dormir la siesta o por las noches.

**Coloque** a su bebé en la Pack'n Play o en una cuna segura aprobada.

**Mantenga** las sábanas y otras frazadas alejadas de la cara y la cabeza del bebé durante el periodo de sueño.

**Asegúrese** de que el aire que respira su bebé está libre de humo.



## LOS BEBÉS TIENEN QUE PASAR TIEMPO BOCA ABAJO SUPERVISADO



Recuerde, cualquier persona que cuida a un bebé debe saber cómo hacerlo dormir.

#DormirSeguroSalvaVidas



## ADVERTENCIA

**NO** coloque a su bebé boca abajo para dormir.

**NO** deje que su bebé duerma con usted, con sus hermanos o miembros de la familia.



**NO** coloque a su bebé entre almohadas, almohadones, sofás, sillas o asientos del auto.

**NO** coloque juguetes, peluches o almohadones en la cuna con su bebé.



**NO** cubra la cuna o la cara de su bebé con sábanas.

**NO** caliente demasiado a su bebé, lo que es cómodo para usted será bueno para su bebé.