DEPARTAMENTO DE SERVICIOS SOCIALES DE MISSOURI
DIVISIÓN INFANTIL
PRÁCTICAS DE SUEÑO SEGURO RECOMENDADAS POR LA ACADEMIA AMERICANA DE PEDIATRÍA

La División Infantil ha adoptado las siguientes prácticas reconocidas para los proveedores de recursos en relación con el sueño seguro de los niños acogidos en su hogar:

1. Coloca al bebé boca arriba sobre una superficie firme para dormir, como una cuna, un moisés(cesto), una cuna portátil o un parque infantil, con una sábana bien ajustada.
2. Utilice cunas y colchones firmes aprobados por la Comisión de Seguridad de los Productos de Consumo (CPSC).
3. Es preferible que el bebé comparta dormitorio con sus cuidadores, pero NO la misma superficie para dormir, preferiblemente hasta que cumpla 1 año, pero al menos durante los seis primeros meses.
4. Evite el uso de ropa de cama blanda, como protectores de cuna, mantas, almohadas y juguetes de peluche. La cuna debe estar libre de estos objetos.
5. La ropa de dormir, como una mantita de vestir, se recomienda para mantener caliente al bebé y reducir el riesgo de que se cubra la cabeza o quede atrapado por el uso de la mantita.
6. Dormir 1 bebé por cuna.
7. Los bebés deben ir vestidos de forma adecuada al entorno, con no más de 1 capa más de la que llevaría un adulto para estar cómodo en ese entorno.
8. Los cuidadores deben evaluar al bebé en busca de signos de sobrecalentamiento, como sudoración o el pecho caliente al tacto. Vigilar a menudo a los bebés que duermen.
9. Evite la exposición del bebé al humo, el alcohol y las drogas ilícitas. Los cuidadores que fumen deben hacerlo fuera. DEBE garantizarse la supervisión si los cuidadores salen a fumar.
10. Ofrezca un chupete a la hora de la siesta y de acostarse.
11. Es recomendable que los niños pasen tiempo despiertos y supervisados boca abajo todos los días para facilitar su desarrollo.
12. Las sillas de coche sólo deben utilizarse en el coche y no deben utilizarse para dormir durante mucho tiempo. Si un bebé se queda dormido en un dispositivo para sentarse, como un asiento de coche, debe retirarse del producto y trasladarse a una cuna u otra superficie plana adecuada tan pronto como sea seguro y práctico.