

Los bebés de
Baltimore crecen
sanos cuando
duermen seguros
y viven en una casa
sin humo de tabaco.



 Baltimore para
Bebés Saludables.
cada bebé cuenta contigo



Acostarse solo.

La mayoría de las muertes relacionadas con el sueño ocurren cuando los bebés duermen con un adulto o con otro niño, o en una cama para adultos o en un sofá. Comparta su cuarto con el bebé, no su cama.



Boca arriba.

La posición más segura cuando el bebé duerme es boca arriba. No es más probable que los bebés se ahoguen cuando están boca arriba. De hecho, cuando el bebé está boca abajo, todo lo que escupa o devuelva puede bloquear la vía respiratoria y causar ahogo o problemas de respiración.



Cuna.

El lugar donde duerme su bebé debe estar limpio y despejado. Sin mantas, almohadas, juguetes, animales de peluche o protectores de cuna. Solo una sábana ajustada en un colchón firme.



Deje de fumar.

No deje que nadie fume en su casa. El humo de segunda mano está relacionado con la muerte de cuna, el asma y los problemas de respiración. Nadie debe jamás fumar cerca de su bebé.

¡Sin excepciones! Siga siempre estos pasos para que su bebé no corra riesgos.

Visite **HealthyBabiesBaltimore.com** para más información.

Llame a **HealthCare Access Maryland** para solicitar ayuda con las visitas al hogar y las cunas. 410-649-0500

Deje de fumar con la **línea directa de Maryland**

1-800-QUIT-NOW | 1-800-784-8669

SmokingStopsHere.com En Español

Baltimore para Bebé Saludables es una iniciativa innovadora para reducir la mortalidad infantil en la Ciudad de Baltimore. Está patrocinada por la Oficina de la Alcalde Stephanie Rawlings-Blake, el Departamento de Salud de la Ciudad de Baltimore, Family League of Baltimore, HealthCare Access Maryland y CareFirst BlueCross BlueShield.