



Manter o seu bebê em segurança enquanto ele dorme é muito importante.

Bebês saudáveis podem morrer se estiverem em um ambiente de sono perigoso. Para ajudar o seu bebê a dormir com segurança, siga estas orientações sempre que ele estiver dormindo:

- O bebê deve estar em sua própria superfície de sono separada, como um berço ou moisés-mini berço.
- O bebê deve ficar deitado de costas.
- A superfície de dormir é plana.
- Que não tenha nada solto ou macio no berço ou moisés-mini berço (babadores, panos faciais, brinquedos de pelúcia ou travesseiros).
- Se o bebê estiver enrolado, deverá ser com um cobertor leve, abaixo dos ombros.



Seguro

Perigoso

Para um guia completo, bem como informações atualizadas sobre sono seguro para o seu bebê, acesse: <https://safetosleep.nichd.nih.gov/>