

SUDDEN UNEXPECTED INFANT DEATH (SUID) SAFE TO SLEEP®

In the early 1990s, doctors started a national campaign called “Back to Sleep.” The goal was to teach families to place infants on their backs to sleep until the first birthday, reducing the risk of Sudden Infant Death Syndrome (SIDS).

SIDS deaths decreased. However the “Back to Sleep” campaign did not decrease other types of sleep-related death, like accidental suffocation or strangulation.

That is why doctors decided to group SIDS and non-SIDS deaths under a new term, **Sudden Unexpected Infant Death (SUID)**. A new national campaign, Safe to Sleep®, educates parents about safety measures to protect babies from many kinds of sleep-related deaths, not just SIDS.

SAFE TO SLEEP PRACTICES®

Use “Back to Sleep” for Every Sleep

Share Rooms But Not Beds

Use a Firm Sleep Surface

Avoid Overheating

Avoid Soft Bedding or Anything in the Crib except a Pacifier

No Nicotine Exposure

To learn more about Safe to Sleep® visit www.nichd.nih.gov.



MUERTE INFANTIL SÚBITA E INESPERADA (SUID) DORMIR SEGURO®

A principios de la década de los 90s, los médicos comenzaron una campaña nacional llamada “Dormir Boca Arriba.” El objetivo era enseñar a las familias a poner a los bebés a dormir boca arriba hasta el primer cumpleaños, reduciendo el riesgo del Síndrome de Muerte Infantil Súbita (por sus siglas en inglés SIDS). Las muertes de SIDS disminuyeron. Sin embargo, la campaña “Dormir Boca Arriba” no disminuyó otros tipos de muertes relacionadas con el sueño, como la asfixia accidental o el estrangulamiento.



Es por eso que los médicos decidieron agrupar las muertes de SIDS y no-SIDS bajo un nuevo término, **Muerte Infantil Súbita e Inesperada (SUID)**. Una nueva campaña nacional, **Dormir Seguro®**, educa a los padres sobre las medidas de seguridad para proteger a los bebés de muchos tipos de muertes relacionadas con el sueño, no solo de SIDS.

PRACTICAS SEGURAS PARA DORMIR SEGURO®

- Utilice “dormir boca arriba” en todo momento
- Comparta los cuartos pero no las camas
- Utilice una superficie firme para dormir
- Evite el sobrecalentamiento
- No utilice camas suaves ni ninguna otra cosa en la cuna excepto el chupete (chupo)
- Evita la exposición a la nicotina

Para aprender más sobre Dormir Seguro® visita: www.nichd.nih.gov