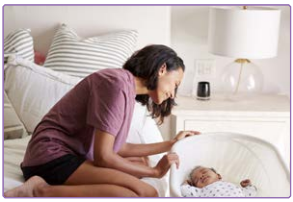
for great kids!

SUDDEN UNEXPECTED INFANT DEATH (SUID)

SLEEPING ALONE

Many parents like having their baby close while sleeping. It makes it easier to feed or comfort their babies in the middle of the night.



However, doctors recommend putting the baby in a crib next to the parent's bed instead of letting the baby sleep in the same bed as the parent.

Babies younger than 4 months old are 9 times more likely to die from Sudden Unexpected Infant Death (SUID) if they sleep with someone else. A baby's face may get too close to blankets or pillows, or an adult may roll over on a baby. The danger is greater if the adult is a deep sleeper, is very tired, has been taking sedating medications, or has been drinking alcohol or using illicit drugs.

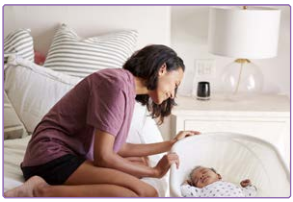
For best SUID protection, experts recommend that babies **sleep in the same room but not in the same bed** as their parents throughout the first year.

© 2020 University of Arkansas for Medical Sciences

MUERTE INFANTIL SÚBITA E INESPERADA (SUID)

DORMIR SOLO

A muchos padres les gusta tener a su bebé cerca mientras duermen. Esto hace más fácil alimentar oconsolar a sus bebés durante la noche.



Sin embargo, los médicos recomiendan colocar al bebé enuna cuna junto a la cama de los padres en lugar de dejar que el bebé duerma en la misma cama quelos padres.

Los bebés menores de 4 meses tienen 9 veces más probabilidades de morir de Muerte Infantil Súbita e Inesperada (SUID) si duermen con otra persona. Existe el riesgo que la cara del bebé se acercase demasiado a las cobijas (mantas) o almohadas, o que el adulto se voltee sobre el bebé. El peligro es mayor si el adulto tiene sueño profundo, está muy cansado, ha estado tomando sedantes, ha bebido alcohol o consumido drogas ilícitas.

Para una mejor protección en contra de SUID, los expertos recomiendan que los bebés **duerman en la misma habitación, pero no en la misma cama** que sus padres durante el primer año.

© 2020 University of Arkansas for Medical Sciences