



Sudden Infant Death Syndrome (SIDS)



Products that can make safe sleep more accessible for disabled parents

- Wheelchair accessible cribs
- Vibration and light alert monitors for those who are vision or hearing impaired
- Sleep Sacs with magnetic, zipper, or velcro closures

See back page for specifics about safe sleep practices

- SIDS is the main cause of death for babies in their first year.
- Each year, about 2,300 babies die suddenly and unexpectedly while sleeping.
- 90% of SIDS deaths happen in the first 6 months, with most between 1 and 4 months old.
- Usually, the baby is healthy before SIDS.
- The cause of SIDS is unknown.
- SIDS can happen to any family, but it often affects babies of parents under 20, those who smoked during pregnancy, or those who didn't get prenatal care.
- Breastfeeding might help lower the risk of SIDS.



THE UNIVERSITY OF ARIZONA
COLLEGE OF MEDICINE TUCSON

Sonoran Center for
Excellence in Disabilities

REDUCING RISK OF SIDS

How to create a safe sleep environment for your baby

Always lay baby on back for naps and at night

Remove all pillows, blankets, toys, and crib bumpers from baby's crib or sleep space

Make sure baby's mattress is flat and firm and sheets fit snugly

Don't use blankets, weighted blankets, or swaddles for baby during sleep

Never sleep with baby in the same bed

If baby falls asleep in car seat, stroller, or carrier, baby should be moved to a safe sleep space as soon as possible

For more resources and learning opportunities, please visit our website:

<https://bit.ly/ppdisability>





Síndrome de Muerte Súbita del Lactante (SMSL)



Productos que pueden hacer que el sueño seguro sea más accesible para los padres discapacitados

- Cunas accesibles para sillas de ruedas
- Monitores de alerta por vibración y luz para las personas con discapacidad visual o auditiva
- Sacos de dormir con cierre magnético, de cremallera o de velcro

Consulte la última página para obtener detalles específicos sobre prácticas seguras para dormir

- El SMSL es la principal causa de muerte de los bebés en su primer año de vida.
- Cada año, casi 2,300 bebés mueren de repente e inesperadamente mientras se(delete) duermen.
- (el) 90% de (las) muertes del SMSL ocurren entre los primeros 6 meses, con la mayoría entre 1 y 4 meses.
- En la mayoría de los casos, el bebé se(delete) parece estar sano antes del SMSL.
- La causa de SMSL es desconocido.
- El SMSL puede ocurrir en cualquier familia, pero suele afectar a los bebés de padres menores de 20 años, a los que fumaron durante el embarazo o a los que no recibieron atención prenatal.
- Lactancia materna podría bajar(disminuir) el riesgo de SMSL.



THE UNIVERSITY OF ARIZONA
COLLEGE OF MEDICINE TUCSON

Sonoran Center for
Excellence in Disabilities

Reducir el riesgo de SMSL

Cómo crear un entorno (o ambiente) de sueño seguro para su bebé

Siempre acueste al bebé boca arriba para las siestas y por la noche

Quitar todos(as las) almohadas, mantas, juguetes y protectores de cuna del espacio de dormir o la cuna

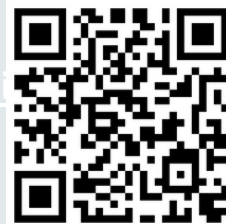
Asegúrese de que el colchón está(e) plano y sólido, y (que) las sábanas se ajustan bien

No usen mantas, mantas con peso o pañales para el bebé mientras duerme

Nunca duerma con el bebé en la misma cama

Si el bebé se queda dormido en el asiento infantil, el cochecito, o el portabebe, el bebe debe ser movido a un espacio seguro

Para acceder más recursos y oportunidades de aprendizaje, por favor visita(e) nuestro sitio de web:



<https://bit.ly/ppdisability>

Este programa cuenta con el apoyo de el Arizona Developmental Disabilities Planning Council. El Arizona Developmental Disabilities Planning Council a través del Administration for Community Living (ACL), U.S. Department of Health and Human Services (HHS) como parte de un programa financiero por un total de \$1,500,930 con 100 por ciento de ACL/HHS. Los esfuerzos de Consejo son los del concesionario y no representan necesariamente los puntos de vista oficiales de ACL-HHS o el Gobierno de los EE.UU, ni un respaldo. Los vistos presentan en cursos escritos o publicaciones y de algunos oradores o moderadores no representan necesariamente las políticas de el ASSPC o el Administration for Community Living, el U.S. Department of Health and Human Services, tampoco la mención de nombres comerciales, prácticas comerciales u organizaciones implica el respaldo del Gobierno de los Estados Unidos.