

## Reduce the risk of Sudden Infant Death Syndrome (SIDS) and other sleep-related causes of infant death

Use a firm sleep surface, such as a waterproof mattress in a safety-approved\* crib, covered by a fitted sheet.

Do not put pillows, blankets, sheepskins, crib bumpers, or weighted blankets in the crib.

Heart, breathing, or other monitors should not be used unless medically required

Keep toys and soft objects such as stuffed animals out of the sleep area.

Surroundings should be smoke and vape-free.



Make sure nothing covers the infant's head.

Always place infants on their back to sleep, for naps and at night.

Put infants to sleep in light clothing, such as a one-piece sleeper. Do not use weighted clothing.

Infants should never sleep in an adult bed, on a couch, or on a chair alone or with anyone else.

\*For more information on crib safety guidelines, contact the Consumer Product Safety Commission at 1-800-638-2772 / [www.cpsc.gov](http://www.cpsc.gov).

## North Carolina Child Care Rules

"Infant" is any child from birth through 12 months of age.

- Caregivers must place infants on their backs for sleeping.
- Infants must have a written waiver for alternative sleep positions or to use a wedge.
- No pillows, wedges, positioners, pillow-like toys, blankets, toys, bumper pads, quilts, sheepskins, loose bedding, towels and washcloths, or other objects may be placed with a sleeping infant.
- Children may not be swaddled.
- Nothing may be placed over the head or face of an infant when he/she is laid down to sleep.
- Infants sleep alone in a crib, bassinet, mat, or cot.
- The temperature in the room where infants sleep must not exceed 75° Fahrenheit.
- Caregivers must visually check, in person, sleeping infants at least every 15 minutes, and document checks.
- Pacifiers that attach to infant clothing may not be used with sleeping infants.
- Infants are prohibited from sleeping in sitting devices including car safety seats, strollers, swings, and infant carriers. Infants that fall asleep in sitting devices must be moved to a crib, bassinet, mat, or cot.

## Reducción del riesgo de Síndrome de Muerte Infantil Súbita y otras causas de muerte infantil relacionadas con el sueño

Ponga a dormir al bebé sobre una superficie firme, tal como un colchón impermeable con sábana ajustada por elásticos en una cuna de seguridad aprobada.

Evite colocar almohadas, cobijas, pieles de borrego, acolchados o cobijas gruesas dentro de la cuna.

No deben emplearse monitores cardiacos, de respiración o de cualquier otro tipo, a menos que sean médicamente necesarios.

Mantenga los juguetes y objetos blandos (como los animales de peluche) fuera del área para dormir.

Los alrededores de la cuna deben estar libres de humo de tabaco y de cigarrillos electrónicos.



No le cubra la cabeza al bebé.

Ponga a dormir al bebé siempre de espaldas a la hora de siesta o de noche.

Acueste al infante con ropa ligera, como pijamas de una sola pieza. No use ropa gruesa.

El bebé no debe dormir nunca ni solo ni acompañado en un sofá, una silla o una cama de adulto.

\*Para pedir más información sobre pautas de seguridad de cunas, comuníquese con la Comisión de Seguridad de Productos para el Consumidor: 1-800-638-2772 / [www.cpsc.gov](http://www.cpsc.gov)

## Reglas de cuidado infantil de Carolina del Norte

"Bebé" es todo niño menor de 1 año.

- Los proveedores de cuidados deben poner a dormir al bebé boca arriba.
- Los infantes deben contar con un consentimiento firmado para que se les pueda acostar en posturas alternativas o con una cuña.
- No se deben poner almohadas normales, almohadas en forma de cuña, posicionadores, juguetes en forma de almohada, mantas, juguetes, bordes de cuna acojinados, edredones, pieles de cordero, ropa de cama suelta, toallas, toallitas de baño, etc. junto al bebé dormido.
- No se debe envolver al bebé.
- No se le debe poner nada sobre la cabeza o la cara al bebé cuando vaya a dormir.
- El bebé debe dormir solo en una cuna, un moisés o una colchoneta.
- La temperatura de la habitación donde duerme el bebé no debe superar los 75° Fahrenheit.
- Los proveedores de cuidados deben verificar visualmente y en persona al bebé dormido al menos cada 15 minutos, y documentar las verificaciones.
- No se deben fijar chupetes a la ropa del bebé dormido.
- No se debe dejar dormir al bebé en aparatos para sentarse, tales como asientos de seguridad de automóvil, cochecitos, columpios y portabebés. El bebé que se duerme en estos aparatos se debe pasar a una cuna, un moisés o una colchoneta.