



Separate. But together.

The safest place for your baby to sleep is in a crib.

To keep your baby safe from suffocation while sleeping:

1

Keep baby on back when in crib, even during naps.

2

No toys, blankets, pillows or bumper pads in crib.

3

Use a firm mattress with a tight fitted sheet.

4

Keep baby warm with a sleep sack or footed pajamas instead of swaddling with blankets.

5

Don't smoke and avoid drugs and alcohol while caring for baby.

For more information on how to keep your child safe, visit
cookchildrens.org/safefamily



**Tarrant County
Public Health**
Safeguarding our community's health



One part of Baylor Scott & White Health




**Centered in Care
Powered by Pride**



Texas Health
Harris Methodist Hospital
FORT WORTH

THE CENTER FOR
PREVENTION
OF CHILD MALTREATMENT
led by Cook Children's

CookChildren's



Separados. Pero juntos.

El lugar más seguro para que su bebé duerma es en una cuna.

Para mantener a su bebé seguro de asfixiarse mientras que duerme:

- 1 Mantenga al bebé boca arriba cuando este en el cuna, aun durante las siestas.
- 2 No juguetes, cobijas, almohadas o almohadillas en la cuna.
- 3 Use un colchón firme con una sábana ajustada.
- 4 Mantenga al bebé caliente con un saco para dormir o pijamas enteras en vez de envolverlo con cobijas.
- 5 No fume y evite las drogas y el alcohol mientras que este cuidando al bebé.

Para más información sobre cómo mantener a su hijo seguro, visite:

cookchildrens.org/safefamily



**Tarrant County
Public Health**
Safeguarding our community's health

