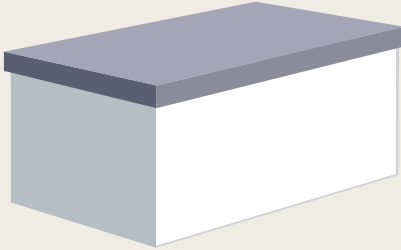
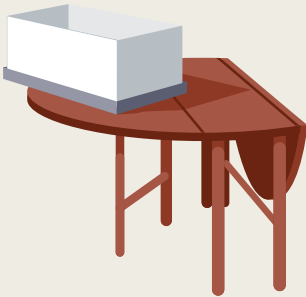


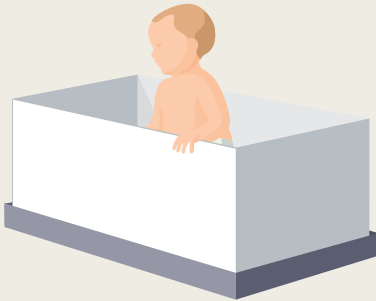
Coisas a ter em conta ao utilizar a



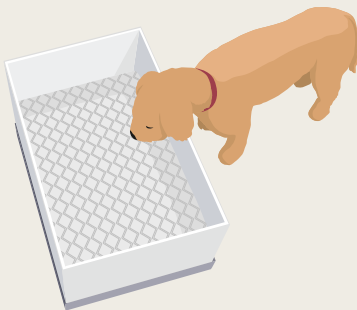
1. A tampa não deve ser colocada sobre a caixa quando o bebé estiver dentro da mesma, mas deve ser utilizada como base, colocando-a por baixo.



2. Não coloque a caixa numa mesa ou noutra superfície, para evitar que caia. Mantenha a caixa na horizontal e não a apoie em nada.

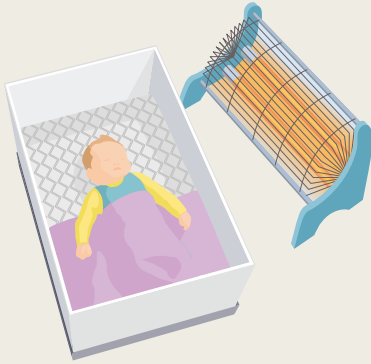


3. A caixa é adequada para os bebés mais pequenos dormirem. Quando o seu filho já conseguir ajoelhar-se ou levantar-se sozinho, a Baby Box já não deve ser utilizada para dormir.

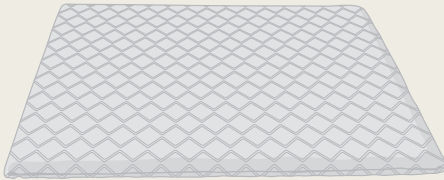


4. Mantenha sempre os animais de estimação afastados das caixas.

caixa para o seu bebé dormir



- 5.** Não coloque a Baby Box perto de lareiras ou de outras fontes de calor intenso, tais como aquecedores elétricos, a gás, etc., pois é extremamente perigoso.



- 6.** Utilize apenas o colchão fornecido com a caixa.



- 7.** Se precisar de mover a Baby Box, tire primeiro o bebé, lembrando-se de dobrar os joelhos.



- 8.** Coloque a Baby Box no chão (pousada dentro da tampa) e certifique-se de que consegue ver o seu bebé. Mantenha a Baby Box perto de si quando o seu bebé estiver a dormir na mesma. Irá ajudá-lo a sentir-se seguro.

O seu bebé pode dormir tranquilo



A Baby Box é um local seguro e confortável para o seu bebé dormir, desde que sejam seguidas as orientações para um sono seguro. Incluímos um colchão, um lençol ajustável e um cobertor que se adaptam perfeitamente à caixa.

Dormir com mais segurança

1. Deite sempre o seu bebé de barriga para cima para dormir, com os pés na extremidade da caixa.
2. Prenda bem os cobertores debaixo dos braços do seu bebé, para que não lhe caiam sobre a cabeça. Um cobertor dobrado equivale a dois cobertores.
3. Certifique-se que não há mais nada na caixa, como peluches, almofadas, edredões ou protetores.
4. Mantenha o seu bebé longe do fumo, não fumando nem permitindo que ninguém fume em casa. O fumo passivo é prejudicial para o seu bebé, espalha-se facilmente por toda a casa e permanece no ar durante muitas horas após o fumo.

Não coloque a Baby Box perto de lareiras ou de outras fontes de calor intenso, tais como aquecedores elétricos, a gás, etc., pois é extremamente perigoso.



Coisas a ter em conta ao utilizar a caixa para o seu bebé dormir

1. A tampa não deve ser colocada sobre a caixa quando o bebé estiver dentro da mesma, mas deve ser utilizada como base, colocando-a por baixo.
2. Não coloque a caixa numa mesa ou noutra superfície, para evitar que caia. Mantenha a caixa na horizontal e não a apoie em nada.
3. A caixa é adequada para os bebés mais pequenos dormirem. Quando o seu filho já conseguir virar-se, sentar-se, ajoelhar-se ou levantar-se sozinho, a Baby Box já não deve ser utilizada para dormir.
4. Coloque a Baby Box no chão (pousada dentro da tampa) e certifique-se de que consegue ver o seu bebé. Mantenha a caixa perto de si quando o seu bebé estiver a dormir na mesma. Irá ajudá-lo a sentir-se seguro.
5. Utilize apenas o colchão fornecido com a caixa.
6. Se precisar de mover a Baby Box, tire primeiro o bebé, lembrando-se de dobrar os joelhos.

Para mais dicas sobre como deitar o seu bebé à hora de dormir da forma mais segura possível, consulte parentclub.scot/safer-sleep



Sono seguro para bebé

Coisas que pode fazer



✓ Coloque sempre o seu bebé de costas para dormir



✓ Mantenha o seu bebé livre de fumo durante a gravidez e após o nascimento



✓ Coloque o seu bebé a dormir num berço ou alcofa separado, no mesmo quarto, durante os primeiros 6 meses



✓ Amamente o seu bebé



✓ Utilize um colchão firme, plano, impermeável e em bom estado



Coisas a evitar



✗ Nunca durma num sofá ou numa poltrona com o seu bebé



✗ Não durma na mesma cama que o seu bebé se fumar, beber álcool ou consumir drogas, ou se o seu bebé nasceu prematuro ou com baixo peso à nascença



✗ Evite que o seu bebé fique demasiado quente
✗ Não cubra o rosto ou a cabeça do seu bebé enquanto dorme nem utilize roupa de cama solta

Deve seguir estes conselhos em todas as sestas, não apenas durante o sono noturno

A Síndrome da Morte Súbita do Lactente (SMSL) é a morte súbita e inesperada de um bebé sem causa aparente. Embora ainda não saibamos como preveni-la completamente, é possível reduzir significativamente o risco seguindo estes conselhos.

Também pode falar com a sua parteira ou assistente de saúde se tiver alguma dúvida ou preocupação, ou entrar em contacto connosco.

E-mail: info@lullabytrust.org.uk

Telefone: 08088026869

Site: www.lullabytrust.org.uk