

# COMPARTILHE O QUARTO NÃO A CAMA



## Sono seguro para o seu bebê



Compartilhe o quarto, mas nunca a cama com o bebê.



Use um colchão firme no berço, sem protetores, cobertor ou travesseiro.



Não coloque brinquedos ou qualquer objeto junto do bebê.



Coloque o bebê de barriga para cima para dormir. É a posição mais segura.



Não fume na gestação e após o parto. O cigarro está associado a morte súbita no 1º ano de vida.

**O COMPARTILHAMENTO DE CAMAS, OU OUTRAS SUPERFÍCIES PARA DORMIR, É A MAIOR CAUSA DE MORTE SÚBITA DE BEBÊS.**



**Prefeitura de  
Porto Alegre**

SECRETARIA DE SAÚDE