



25 de septiembre de 2025

Estimado proveedor de cuidado infantil:

Le compartimos esta carta para recordarle la importancia fundamental de las prácticas de sueño seguro en los programas de cuidado infantil. Contiene información actualizada sobre iniciativas, capacitación y recursos de la Oficina de Servicios para Niños y Familias del Estado de Nueva York (New York State Office of Children and Family Services, OCFS) y del Departamento de Salud del Estado de Nueva York (New York State Department of Health, DOH). Lea detenidamente esta información y compártala con su personal.

¿Sabía que cada año en el estado de Nueva York mueren más de 120 bebés por causas relacionadas con el sueño? La forma de acostar a un bebé es siguiendo los **ABC del sueño seguro**. Esto significa que los bebés siempre deben dormir **A solas, Boca arriba, en una Cuna** y en un ambiente **Sin humo**. Estas simples directrices ayudan a reducir el riesgo de síndrome de muerte infantil súbita (SIDS) y otros peligros relacionados con el sueño.

Las reglamentaciones del estado de Nueva York para el cuidado infantil diurno exigen que los programas sigan las directrices de sueño seguro. Las reglamentaciones específicas para cada modalidad contienen los requisitos para dormir y hacer la siesta en los programas en centros y en hogares. (Reglamentaciones para centros diurnos de cuidado infantil, haga clic [aquí](#)) (Reglamentaciones para cuidado infantil familiar grupal, haga clic [aquí](#)) (Reglamentaciones para cuidado infantil familiar, haga clic [aquí](#)) (Reglamentaciones para exenciones legales, haga clic [aquí](#)).

Los ABC del sueño seguro

El Departamento de Salud del Estado de Nueva York (New York State Department of Health, NYSDOH) amplió los ABC del sueño seguro para incluir un cuarto componente importante: **S de hogar Sin humo**. Esta actualización formaba parte de una campaña sobre el sueño seguro destinada a reducir las tasas de mortalidad infantil. Si se siguen estas prácticas, se reduce significativamente el riesgo de muerte infantil relacionada con el sueño.

Todos los bebés menores de 12 meses deben dormir siempre siguiendo los ABC del sueño seguro.



A solas – Los bebés deben dormir solos en su cuna o corralito, **sin** almohadas, mantas, peluches, protectores, cuñas ni posicionadores para bebés.

Boca arriba – Acueste al bebé boca arriba, no boca abajo ni de lado, incluso si ha nacido antes de tiempo (prematureo).

Cuna – Se debe proporcionar una cuna, catre, cama o corralito lavable, firme y limpio, del tamaño adecuado para la edad, a todos los niños que necesiten un período de descanso. Si el bebé se queda dormido en una cama, sofá, sillón o en un columpio u otro portabebé, traslade al bebé a una cuna para que siga durmiendo. **NO use una cuna en la que puedan quitarse los barandales**. Las normas federales de seguridad ya no permiten la fabricación ni la venta de cunas en las que pueden quitarse los barandales.

Hogar Sin humo – Está prohibido fumar en áreas interiores o exteriores que usen los niños, o en vehículos cuando haya niños presentes.

Oportunidades de capacitación

En junio se lanzó una nueva capacitación virtual sobre la importancia de las prácticas de sueño seguro. La capacitación se titula “*Do You know Why? Safe Sleep*” (¿Sabe por qué? Sueño seguro). El curso explora la importancia del sueño seguro y comparte información valiosa que puede usar para crear un ambiente seguro para los niños a su cuidado. [Haga clic aquí](#) para visitar el sitio web del Programa de Educación y Capacitación de la Primera Infancia (Early Childhood Education and Training Program, ECETP) e **inscríbese en la próxima capacitación, que será el lunes 27 de octubre de 6:00 a 7:30 p. m.**



Recuerde que la capacitación virtual sobre diversos temas está siempre disponible y es gratis. Visite el [sitio web del ECETP](#) para inscribirse.

Recursos para proveedores

- La OCFS ha elaborado y distribuido recientemente formularios sobre el sueño y las siestas para programas en centros y en el hogar. [Haga clic aquí](#) para acceder e imprimir los formularios en inglés o español.
- Visite [el sitio web Safe Sleep \(Sueño seguro\) de la OCFS](#) para obtener más información, estrategias y publicaciones.
- DOH ofrece materiales educativos gratis, como carteles, folletos, imanes, adhesivos para espejos, tarjetas para cunas y videos (disponibles en inglés y otros idiomas). [Haga clic aquí](#) para verlos y hacer un pedido.
- [Haga clic aquí](#) para obtener recursos adicionales sobre seguridad infantil de la OCFS, incluyendo “*New York Loves Safe Babies*” (Nueva York ama a los bebés seguros), “*Helpful Tips to Keep Your Baby Safe: SIDS*” (Consejos para proteger a su bebé: SIDS), “*Personalized Safety Tips and Emergency Contact Sheet for Caregivers*” (Consejos de seguridad personalizados y hoja de contactos de emergencia para cuidadores) y “*What Does a Safe Sleep Environment Look Like?*” (¿Cómo es un ambiente de sueño seguro?)
- La [línea familiar HEARS](#) ayuda a los padres y las familias ofreciéndoles recursos y remitiéndolos a una gran variedad de servicios. Los representantes están disponibles de lunes a viernes, de 8:30 a. m. a 4:30 p. m., para ayudarlos a encontrar los apoyos disponibles. Puede llamarlos al 1-888-55HEARS. La línea ofrece mensajes en 12 idiomas.

También lo animamos a compartir estos valiosos recursos con su personal y sus familias.

Gracias por su compromiso continuo con el cumplimiento de los ABC del sueño seguro. Si necesita ayuda para comprender estas directrices, comuníquese con su regulador.

Atentamente,

Nora Yates
Comisionada Adjunta
División de Servicios de Cuidado Infantil