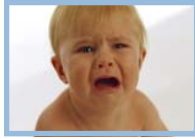


## Consejos y Recursos

### ¿Mi bebé está llorando, que puedo hacer?

- Siéntese, trate de relajarse, cierre los ojos, y respire y cuente hasta 20. No cargue al bebé hasta que esté calmada.
- Asegúrese que el bebé esté bien alimentado y no necesite cambio de pañal. Déle de comer sin apresurarse y permítale eructar con frecuencia.
- Asegúrese que la ropa no le quede muy apretada al bebé y que tenga suficiente espacio para estirar los dedos de sus manos y pies.
- Salga a caminar con su bebé y páselo en su cochecito o llévelo a pasear en su coche sentándolo en el asiento para bebés de su automóvil.
- Verifique si está incomodo debido a una erupción en la piel causada por el pañal, si le están saliendo los dientes, o si tiene fiebre. Llámelo al médico si piensa que está enfermo.
- Camine, baile, o arrulle suavemente al bebé.
- Póngale música, encienda la aspiradora, secadora, maquina de lavaplatos, o deje correr el agua en la tina. A los bebés les gustan los ruidos consecuentes y rítmicos.
- Pida ayuda. Llámelo a una amiga de confianza, familiar, o vecina, y pídale que le ayude por un momento mientras se toma un descanso.
- Si nada de esto funciona y su bebé no está alterado, colóquelo en un lugar seguro como la cuna y déjelo que llore. Salga de la habitación por unos minutos y cálmese. Cada 5-10 minutos revise al bebé y asegúrese de que se encuentra bien.



- Nunca sacuda o aviente a un bebé.
- Cuando cargue al bebé, siempre sosténgale la cabeza y el cuello.
- Eduque a los abuelos, personas que cuidan al bebé, niñeras, hermanitos, y personal de la guardería sobre los peligros que causa el sacudir al bebé.
- Escoja cuidadosamente a quienes cuidan de su bebé. Infórmese sobre como juegan con los niños, y como reaccionan cuando los niños se ponen necios.

La información que aparece en este folleto no reemplaza la asesoría de un profesional del cuidado de salud. Si usted o alguien más sacude a un bebé, ya sea a propósito o accidentalmente, llame al 911 o lleve al niño a la sala de emergencia inmediatamente. El sangrado del cerebro podría curarse. La atención inmediata de un médico podría evitarle muchos problemas futuros a su bebé .....y posiblemente salvarle la vida.

Línea para los Padres de Familia en Florida

1-800-FLA-LOVE (352-5683)

Línea de Salud para la Familia

1-800-451-BABY (2229)

Línea para Denunciar el Abuso en Florida

1-800-96ABUSE (2-2863)



Healthy Start Coalition of Miami-Dade

701 SW 27th Avenue • Suite 1401

Miami, FL 33135

Phone: 305-541-0210 • Fax: 305-541-0213

www.hscmd.org



# Los bebés son frágiles. ¡Por favor no sacuda a los bebés!

Se calcula que cada año en Norteamérica, de 1,200 - 1,400 niños son sacudidos a tal grado que es necesario brindarles tratamiento médico. De estas pequeñas victimas, un 25-30% muere a causa de estas lesiones. Los demás tendrán complicaciones de por vida.



Healthy Start Coalition of Miami-Dade

# No desquite su frustración con su bebé. ¡Nunca sacuda a los bebés!

Se calcula que cada año en Norteamérica, de 1,200 -1,400 niños son sacudidos a tal grado que es necesario brindarles tratamiento médico. De estas pequeñas víctimas, un 25-30% mueren a causa de estas lesiones. Los demás tendrán complicaciones de por vida. Probablemente, existen más bebés que sufren de los efectos del síndrome del bebé sacudido (por sus siglas en inglés, SBS), pero es difícil detectar estas víctimas ya que muy pocas veces demuestran evidencia de trauma externo.



## ¿Qué es el síndrome del bebé sacudido?

El síndrome del bebé sacudido, es una serie de señales y síntomas que se presentan cuando un bebé o niño pequeño es sacudido violentamente. El SBS es considerado una forma de maltrato infantil. Cuando a un bebé se le sacude violentamente, su cabeza se mueve de adelante hacia atrás. Este movimiento repentino podría producir hemorragia en el interior de la cabeza y aumentar la presión sobre el cerebro lo cual resultaría en el despegamiento de este; dando como resultado en una lesión para el bebé. La cabeza y cuello de los bebés son susceptibles a trauma en la cabeza, dado que sus músculos no están completamente desarrollados y los tejidos del cerebro son muy frágiles. El trauma a la cabeza es una de las causas principales de las discapacidades entre bebés y niños maltratados.

**El síndrome del bebé sacudido es 100% prevenible.**

## Las realidades del síndrome del bebé sacudido

El SBS es una de las causas más comunes de muerte en bebés que son físicamente maltratados. sacudida violenta causa el sangrado y una fuerte hinchazón cerebral que podrá resultar en:



Una

- Daño cerebral permanente
- Ceguera
- Retraso en el desarrollo
- Parálisis cerebral
- Convulsiones
- Muerte

## ¿Cuáles son los síntomas del SBS?

- Letargo/ disminución del tono muscular
- Irritabilidad extrema
- Disminución en el apetito, alimentación deficiente
- Vómito sin causa alguna
- Es raro que aparezcan contusiones en los brazos o pecho
- Ausencia de sonrisa o falta de vocalización
- Dificultad al chupar o tragar
- Rigidez o postura anormal
- Dificultad para respiración
- Convulsiones

- Cabeza o la frente parecen ser más grandes de lo normal
- Protuberancia de la mollera o fontanela
- Dificultad al levantar la cabeza
- Los ojos no pueden enfocar o pueden seguir los movimientos
- Las pupilas parecen ser desiguales en tamaño
- Llanto incontrolable, irritabilidad

## Comprenda a su bebé

Cuidar a su bebé podría ser una experiencia gratificante y de alegría. Es normal que el bebé lllore. Una de las cosas que podría hacer es asegurarse de atender las necesidades básicas del bebé. Los bebés lloran porque tienen calor o frío, le están saliendo los dientes, tienen hambre, cólico, están aburridos o sufren de demasiado estímulo, o porque sienten dolor, incomodidad o malestar a causa de una fiebre o enfermedad. El cuidar de un bebé que no para de llorar podría ser extremadamente frustrante. ¡Sin embargo es importante que usted no sacuda a su bebé y que no permita que nadie sacuda a su bebé! El llanto continuo de un bebé es la causa principal por la cual muchos sacuden a los bebés. ¡Sea paciente! Recuerde que cuidar de su bebé es una tarea enorme. Es normal sentirse abrumada y frustrada ante un bebé que llora. Sin embargo no está bien sacudir al bebé para que pare de llorar.

