

Escoja al Cuidador de su Bebé Sabiamente:

- Antes de dejar a su bebé en alguna guardería o con alguien más, pregúntese usted mismo:
- ¿Quiere esta persona cuidar a mi bebé?
- ¿Esta persona es buena con los bebés?
- ¿Estará mi bebé a salvo con esta persona?
- ¿He mostrado a esta persona mi **Plan para el Llanto?**

No Deje a Su Bebé con Nadie Que:

- Es impaciente o se molesta cuando su bebé llora.
- Dice que su bebé "llora demasiado."
- Se enoja si su bebé llora o le incomoda.
- Pudiera tratar a su bebé toscamente por estar enojada con usted.
- Tiene una historia de violencia.
- Ha perdido la custodia de sus propios hijos porque no pudo cuidarlos.
- Usa drogas y/o alcohol.

Prevenga el Síndrome del Bebé Sacudido

- Los bebés necesitan atención la mayoría del tiempo.
- Los bebés lloran por muchas razones. Aprenda a entender el llanto de su bebé.
- Algunos bebés lloran más que otros.
- Es normal sentirse frustrado cuando un bebé no para de llorar.
- **NO ES** aceptable sacudir al bebé para calmar el llanto.
- Nunca son demasiados los brazos para un bebé.
- Los bebés lloran. Tenga un plan para el llanto.



Helpful Resources

www.arkansasctf.org
www.kidshealth.org
www.dontshake.org



Usted Puede Prevenir el Síndrome del Bebé Sacudido



4815 West Markham
Little Rock, AR 72205
www.healthy.arkansas.gov





¿Qué es el Síndrome del Bebé Sacudido?

- Se trata de una lesión cerebral grave
- Es una forma de maltrato infantil que se puede prevenir
- Esto ocurre cuando un bebé es sacudido con fuerza, lo que hace que el cerebro se mueva dentro del cráneo
- Los bebés son sacudidos usualmente cuando el que lo cuida se enojan o frustran debido a que el bebé no deja de llorar y no puede calmarlo. **¡Esto es abuso infantil y debe ser prevenido!**

¡Puede ser muy frustrante cuando un bebé llora y nada de lo que se hace detiene el llanto! Todos los bebés lloran – algunos más que otros. Ellos lloran porque tienen hambre, están incómodos, tienen dolor, o están enfermos. Los bebés también lloran para que sean abrazados. Para un bebé menor de 6 meses nunca es suficiente el tiempo que se le tiene en los brazos.



Usted Puede Prevenir el Síndrome del Bebé Sacudido Teniendo un Plan Para el Llanto.

Aquí Esta un Plan Para el Llanto que Puede Seguir

Para Calmar a su Bebé:

- Trate de mecer, acurrucar, o abrazar a su bebé cerca de usted.
- Use un portador infantil que se ajuste a su bebé o suavemente envuelva a su pequeño en una manta de bebé.
- Mesa a su bebé rítmicamente en una mecedora para bebé.
- Lleve al bebé a dar un paseo en auto con el cinturón de seguridad del carro abrochado a la silla de seguridad del bebé.
- Ponga música suave o cántele con voz suave, relajante o hágale sonidos shushing.
- Tome a su bebé y su biberón hacia arriba para que pase la menor cantidad posible de aire al bebé.
- Si su bebé es alimentado con leche de fórmula o se le ha podido amamantar bien por 3 semanas, el succionar un chupón puede activar un reflejo calmante.
- El cambio de lactancia materna al uso de fórmula, o viceversa, rara vez ayuda; pero si usted piensa que cambiando la fórmula pudiera ayudar, hable con su doctor.
- Si ha tratado usted estos pasos y el llanto no ha parado, ponga a su bebé de espaldas en una cuna vacía y déjele llorar mientras usted se toma un pequeño descanso o llama a un familiar o amigo para recibir apoyo.

Para Calmarse Usted mismo:

- Abandone el cuarto
- Respire lentamente y profundamente 10 veces
- Lávese la cara
- Haga sentadillas o suba y baje las escaleras unas cuantas veces
- Salga a caminar por cinco minutos



Recuerde, si su bebé no está enfermo o tiene dolor pero continúa llorando, nunca es aceptable sacudirlo. Es más importante para usted permanecer calmado que parar el llanto.

¿Cuáles son los Signos del Síndrome de Bebé Sacudido?



- Flacidez
- Dificultad para respirar
- Pobre alimentación y succión
- Inquietud
- Convulsiones
- Vómito
- Piel pálida o azulada
- No respuesta a estímulos/ no despertará



¡Nunca sacuda a su bebé! Le podría causar una lesión cerebral o incluso la muerte.