

¿Por qué es tan peligroso sacudir a los niños?

Los bebés tienen las cabezas grandes, sus cerebros no están desarrollados y no tienen fuerza en los músculos del cuello. Al sacudir a un bebé la cabeza se sacude de lado a lado. Durante esta sacudida repentina el cerebro se golpea contra el cráneo y daña tejidos, nervios y vasos sanguíneos, con los posibles resultados de daño permanente e incluso muerte.

¿Hay juegos que pueden causar este síndrome?

Aunque sólo el sacudimiento violento ocasiona muerte o daño grave, las formas menos bruscas también pueden causar algún daño. No haga ninguna cosa que cause que la cabeza del bebé se sacuda de atrás hacia adelante.

A los bebés se les debe tratar de una manera que les haga saber cuán preciosos y queridos son para todos nosotros.



¡Si usted necesita ayuda o sólo necesita un descanso, llame a un amigo o a una línea de asistencia, o únase a un grupo de apoyo!

www.childhelp.org:

1-800-4-A-CHILD (1-800-422-4453)

Línea de Asistencia a Padres desde el Nacimiento hasta los Cinco :

1-877-705-KIDS (1-877-705-5437)

www.NSBAZ.org

Empleador/Programa con Igualdad de Oportunidades • Bajo los Títulos VI y VII de la Ley de Derechos Civiles del año 1964 (Título VI y VII) y la Ley de Estadounidenses con Incapacidades del año 1990 (ADA por sus siglas en inglés), Sección 504 de la Ley de Rehabilitación de 1973, la Ley de Discriminación a Edad de 1975, y el Título II de la Ley contra Discriminación a base de Información Genética (GINA por sus siglas en inglés) del año 2008, el Departamento prohíbe discriminar en los programas, entradas, servicios, actividades o el empleo basado en raza, color de piel, religión, sexo, origen nacional, edad, incapacidad, genética y represalias. El Departamento tiene que hacer arreglos razonables para permitir a una persona con una incapacidad participar en un programa, servicio o actividad. Esto significa, por ejemplo, que si es necesario el Departamento debe proporcionar intérpretes de lenguaje en señas para personas sordas, un establecimiento accesible para sillas de ruedas, o materiales con letras grandes. También significa que el Departamento tomará cualquier otra medida razonable que le permita a usted entender y participar en un programa o una actividad, incluso efectuar cambios razonables en la actividad. Si usted cree que su incapacidad le impedirá entender o participar en un programa o actividad, por favor infórmenos lo antes posible qué necesita para acomodar su incapacidad. Para obtener este documento en otro formato u obtener información adicional sobre esta política, comuníquese con la oficina local; Servicios de TTY/TDD: 7-1-1. • Ayuda gratuita con traducciones relacionadas a los servicios de Departamento está disponible a solicitud del cliente. • Available in English on-line or at the local office.

CSO-1003A-S (4-15)
PAC-344 (3-11)

¡NUNCA SACUDA A UN BEBÉ!



Consejos para prevenir el síndrome de sacudimiento de bebés

DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD DE NIÑOS



Es normal que lloren...

Todos los bebés lloran, unos más que otros. Escuchar a un bebé llorando nos puede irritar y desalentar, pero es la única manera en que el bebé puede comunicar sus necesidades y deseos. Algunas de las causas más comunes del llanto son:

- Hambre
- Pañal sucio
- Necesidad de mamar
- Dolor/enfermedad o incomodidad
- Cólicos
- Como reacción a tensión
- Cansancio o agitación excesiva
- Intento de comunicar algo

Si usted no sabe por qué llora un bebé, llévelo al médico. Es posible que haya una razón médica.

Prepare un plan...

Tenga en la casa una lista de los signos a los que debe estar alerta y las maneras en que se puede calmar a un bebé que llora. Así tendrá a la mano una referencia rápida para las situaciones difíciles. ¡Recuerde también incluir ideas de cómo puede controlar sus propias emociones y atender a sus necesidades propias!

¿Cómo puede usted ayudar a un bebé que llora?

- Verificar que no esté enfermo
- Atender las necesidades físicas del bebé (hambre, cambio de pañal, ropa demasiado calurosa o fresca)
- No apurarlo a comer y hacerlo eructar frecuentemente
- Sobarle la espalda
- Ofrecerle un chupete
- Abraza y meza al bebé
- Llevarlo a pasear en carro o en su coche
- Envolverlo en una manta suave
- Poner música suave, cantarle
- Operar una aspiradora donde el bebé la oiga
- Dejar al bebé en un lugar seguro y retirarse a otra habitación durante 5-10 minutos
- Preguntar qué hacen otros padres
- Pedir ayuda a alguien
- Evitar alimentos fuertes si lacta al bebé (cebollas, frijoles, café, té, bebidas de cola)
- Tenga paciencia, que ya todo se pondrá mejor
- Felicitar a sí misma por sobreponerse a este momento difícil



¿Cómo prevenir el Síndrome de Sacudimiento en bebés?

- Nunca sacuda a un bebé
- Siempre sostenga la cabeza del bebé
- Eduque a los demás encargados acerca los peligros de sacudir a un bebé
- Aprenda formas positivas para calmar a un bebé que llora
- Tómese un rato libre o pida ayuda cuando sienta demasiada tensión

¿Cuáles son los posibles peligros de sacudir a un bebé?

El cerebro controla a todo el resto del cuerpo, de modo que cualquiera de las funciones se puede afectar si hay daño al cerebro. Sacudir a un bebé puede resultar en:

- Muerte
- Daño cerebral
- Parálisis
- Convulsiones
- Ceguera/sordera
- Incapacidad Cognitiva
- Incapacidades de aprendizaje o del desarrollo
- Disfunción motor grave
- Síndrome de déficit de atención
- Dislexia

Si han sacudido al bebé, llévelo de inmediato al hospital. Dígale al médico que han sacudido al bebé, para que sepa cómo tratarlo. La atención temprana puede evitar problemas futuros. Hasta podría salvar la vida del bebé.