Haga su tarea antes de escoger a un proveedor de cuidado

Es importante que usted se haga las siguientes preguntas cuando considere cuidadosamente a un proveedor de cuidado para su niño:

- ¿Tiene esta persona un historial de violencia?
- ¿Se frustrará o se enojará esta persona si mi niño llora?
- ¿Le he dicho a esta persona que nunca se debe sacudir a un bebé?
- ¿Es esta persona buena con los bebés?
- ¿Le han quitado niños a esta persona porque no los podía cuidar?
- ¿Sabe esta persona que debe llamar a alguien inmediatamente cuando se frustre y esté cuidando a un bebé?

Recursos

National Center on Shaken Baby Syndrome
(Centro Nacional del Síndrome del Bebé Sacudido)
2955 Harrison Blvd, #102
Ogden, UT 84403
(888) 273-0071
http://www.dontshake.com/

Shaken Baby Alliance
(Alianza del Bebé Sacudido)
4516 Boat Club Rd., Suite 114
Ft. Worth, TX 76135
(877) 6-END-SBS
http://www.shakenbaby.org/

TRUSTLINE
(Registro de Personas con Antecedentes Aprobados para el Cuidado de Niños)
Revisión de antecedentes en California para el cuidado de niños en el hogar
1 (800) 822-8490

STATE OF CALIFORNIA
(ESTADO DE CALIFORNIA)

HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY
(SECRETARÍA DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS)

DEPARTMENT OF SOCIAL SERVICES
(DEPARTAMENTO DE SERVICIOS SOCIALES)

PUB 271 (SP) (3/11)

Nunca, jamás, sacuda a un bebé

Para entender y prevenir
los traumas en la cabeza
y el cerebro
de los bebés
y los niños pequeños

CDSS
CALIFORNIA DEPARTMENT OF SOCIAL SERVICES

Office of Child Abuse Prevention
(Oficina para la Prevención del Abuso de Niños)

Peligros por sacudir a un bebé

Los bebés y los niños pequeños, hasta la edad de cinco años, son susceptibles a trauma en la cabeza porque los músculos del cuello son débiles y no siempre pueden sostener el tamaño de su cabeza. El movimiento por una sacudida repentina ocasiona trauma al frágil cerebro del bebé y puede causar la muerte, parálisis, parálisis cerebral, ataques, ceguera, retraso mental, dislexia, trastorno de deficiencia de atención, y/o disfunción motora severa.

Señales de que es posible que un bebé ha sido sacudido:

- Irritabilidad extrema
- Rigidez
- Ataques
- Letargía
- Vómito
- Coma
- Dificultad para respirar
- Dilatación de las pupilas
- Puntos de sangre en los ojos

Si sospecha que su niño ha sido sacudido, busque inmediatamente cuidado médico apropiado. Atención médica inmediata puede salvar la vida de su niño.

Maneras de calmar al bebé

El llanto sin parar es el motivo más común por el cual alguien sacude a un bebé. El llorar es normal para los bebés. Los bebés simplemente lloran mucho y saber esto hace más fácil seguir los siguientes consejos:

- Primero, asegúrese de que el pañal del bebé esté bien, que el bebé no tenga hambre, calor ni frío.
- Ponga al bebé con los brazos hacia abajo en una cobija lijera y cómoda y envuélvalo bien.
- Abrace a su bebé de manera que su piel y la suya esté en contacto directo.
- Haga un ruido para callar que sea más fuerte que el llanto del bebé.
- Arrulle o camine con el bebé porque a los bebés les gusta el movimiento como las sillas mecedoras y el caminar. A los bebés les fascina los pequeños movimientos.
- Anime a su bebé para que usted lo amamante o para que le dé el chupón.
- Para consejos adicionales, hable con su doctor.

Cómo evitar la frustración cuando cuida a un bebé que está llorando

- Suavemente coloque al bebé en un lugar seguro, tal como una cuna, bocarriba y salga de la habitación.
- Cálmese, relájese, respire profundo, cuente hasta 10, luego hasta 20 ó 30, antes de regresar a la habitación.
- Pídale a un amigo o pariente responsable que se haga cargo por un rato.
- Encuentre una forma para relajarse, escuche música suave, o recuéstese.
- Para recibir apoyo, llame a la línea de emergencia las 24 horas al 1-866-243-BABY (1-866-243-2229).