



## Investigue Antes de Elegir a un Proveedor de Cuidado

Es importante que se haga las siguientes preguntas cuando esté considerando a un proveedor de cuidado para su niño:

- » ¿Esta persona tiene un historial de violencia?
- » ¿Se frustrará o se enojará esta persona si mi bebé llora?
- » ¿Le he dicho a esta persona que jamás se debe sacudir a un bebé?
- » ¿A esta persona se le facilita el cuidado de bebés?
- » ¿Le han quitado a niños bajo su cuidado porque esta persona no pudo cuidarlos?
- » ¿Esta persona sabe que debe llamar a alguien inmediatamente si se frustra cuando esté cuidando al bebé?
- » ¿Encontré a esta persona por medio de alguien que conozco?
- » ¿Esta persona abusa del alcohol/drogas?

Para más INFORMACIÓN llame a TRUSTLINE Revisión de Antecedentes Penales en California para el Cuidado de Niños en el Hogar al (800) 822-8490 o visite <http://www.trustline.org>

## Previene el Síndrome del Bebé Sacudido/ Trauma Craneal por Maltrato

### Recursos

¡Consiga Ayuda Ahora!

CHILDHELP NATIONAL ABUSE HOTLINE

Esta es una línea gratuita y confidencial, de consejería en caso de crisis para los padres, disponible las 24 horas.

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

<http://www.childhelp.org/hotline>

### Otros Recursos

Centro Nacional sobre el Síndrome del Bebé Sacudido

<http://www.dontshake.org>



<http://cdss.ca.gov/Inforesources/OCAP>



Para cuidar a su bebé, necesita cuidarse a sí mismo.

Ayudando a los padres a encontrar la manera de lidiar con el llanto y entender los efectos a largo plazo por sacudir a un bebé.



## Nunca, Jamás, Sacuda a un Bebé

**Para cuidar a su bebé, necesita cuidarse a sí mismo.**

- » Si se está enojando o perdiendo el control, enfóquese en calmarse. Deje al bebé en un lugar seguro y aléjese para calmarse, revisando al bebé cada 5 a 10 minutos.
- » Para recibir apoyo, llame a un amigo, pariente, vecino o a la línea directa de ayuda para los padres.
- » Recuerde que el cuidar a un bebé que llora puede ser muy frustrante, pero ese llanto es normal y las cosas mejorarán.
- » Sea sensible y comprensivo en situaciones donde otros padres estén tratando de calmar a un bebé que esté llorando.



**¿Porqué lloran los bebés?**

Los bebés lloran porque es la única forma que ellos conocen para expresar qué quieren y necesitan. Ellos lloran para hacerle saber que:

- » Tienen hambre
- » Tienen sed
- » Están cansados
- » Tienen calor
- » Tienen frío
- » No se sienten bien
- » Necesitan un cambio de pañal
- » Están incómodos
- » Les están saliendo sus dientes
- » Tienen miedo



**Tenga un plan:**

El saber qué hacer cuando su bebé está llorando puede ayudarle a reducir su nivel de estrés.

**Intente mantener una rutina diaria:**

- » Coma saludablemente y tome suficiente agua.
- » Descanse lo más posible
- » Consiga un sistema de apoyo fuerte para su familia
- » Haga algo para usted cada día



**Cómo calmar a su bebé cuando llora:**

Cheque y atienda sus necesidades físicas.

¿Acaso su bebé tiene:

- » Hambre?
- » Sed?
- » Calor?
- » Frío?

**¿Su bebé:**

- » Necesita eructar?
- » Necesita un cambio de pañal?
- » Tiene algo enredado en su dedo del pie (o de la mano) que le cause dolor (liga para el cabello)?



**5 métodos para calmar a su bebé\*:**

- » Envolverlo y acostarlo boca arriba
- » Es cómodo para su bebé si lo carga de lado o boca abajo
- » Los sonidos como la voz suya, ruido blanco o música suave pueden calmar a su bebé
- » Mecer a su bebé en sus brazos o una mecedora
- » Puede darle un chupón o puede darle de comer para calmar a su bebé

*\*como desarrollado por el Dr. Harvey Karp*

**¿Qué es el Síndrome del Bebé Sacudido/Trauma Craneal por Maltrato?**

Es un daño cerebral delicado que resulta por haber sufrido una sacudida fuerte o un golpe contundente en la cabeza. Cuando se sacude a un bebé, el cerebro está en alto riesgo de trauma causado por el movimiento del cráneo.

El causante más común del trauma craneal por maltrato es el llanto inconsolable. Los bebés menores de un año están en alto riesgo de daño por trauma craneal por maltrato.

**Sacudir a un bebé puede causar:**

- » Daño cerebral
- » Ceguera
- » Lesiones en la espina dorsal
- » Parálisis
- » Convulsiones
- » Problemas de aprendizaje y comportamiento
- » En casos extremos, la muerte

**Señales de que su bebé ha sido sacudido:**

- » Rigidez
- » Convulsiones
- » Letargo
- » Vómito
- » Coma
- » Dificultad al respirar
- » Pupilas dilatadas
- » Puntos de sangre en los ojos