



calmar
cantar suavemente
bailar lentamente
dar masaje gentilmente
y relajar con su bebé

Trátelo *con* Cuidado.

Nunca sacuda a un bebé.

Trauma cerebral debido al abuso es un traumatismo grave que puede resultar cuando un cuidador enojado o frustrado sacude a un bebé, normalmente para hacer que deje de llorar. Sacudir a un bebé por cualquier razón puede causar daños severos al cerebro y la médula espinal, puede causar ceguera, e incluso hasta puede ser fatal. De hecho, el Trauma Cerebral debido al abuso representa el porcentaje más grande de muerte debido a un Traumatismo No-Accidental. Por favor, extienda este mensaje y ayude a prevenir esta tragedia. Comparta los 20 Consejos Para Calmar A Su Bebé Cuando Lloran, demostrados a la derecha.

También puede llamar a la Línea Directa de Ayuda de Niño (una llamada gratis):
1-800-422-4453

Para más información favor de llamar:

- **NMSBVI Early Childhood Programs**
Andrea Montano: 505-331-9952
email: AndreaMontano@nmsbvi.k12.nm.us
Cindy Faris: 505-859-0427
email: cfaris@nmsbvi.k12.nm.us
- **University of New Mexico Hospital**
(505) 272-1959- Kathy Lopez-Bushnell
<http://hospitals.unm.edu/health/sbs/index.shtml>
- **National Center on Shaken Baby Syndrome**
www.dontshake.org www.purplecrying.info

Ayude a prevenir el traumatismo no accidental.



**NEW MEXICO SCHOOL FOR THE
BLIND & VISUALLY IMPAIRED**
505-271-3066

Folleto diseñado por NMSBVI PrintShop Revisado April 2015

20 sugerencias para consolar a su bebé cuando llora.

Cortesía del Centro Nacional del Síndrome del Bebé Sacudido:

1. Alimente a su bebé. A menudo el hambre es la razón principal por la que un bebé llora.
2. Haga eructar a su bebé. El gas puede ser muy incómodo.
3. Envuelva a su bebé en una cobija ligera.
4. Dele a su bebé un baño con agua tibia bajo supervisión.
5. Dele a su bebé un masaje suave sobre la espalda, brazos o piernas.
6. Dele a su bebé un chupón (úselo con moderación!).
7. Haga contacto visual con bebé y sonría.
8. Bese a su bebé.
9. Bese ligeramente la parte inferior de los pies de su bebé.
10. Cante suavemente. Las canciones de cuna fueron creadas por su efectividad para calmar a los bebés que lloran.
11. Tranquile a su bebé con palabras suaves tales como, "está bien." (Esto puede calmar a ambos, a usted y a su bebé durante un episodio difícil de llanto.)
12. Tararee en un tono bajo contra la cabeza de su bebé.
13. Ponga en marcha la aspiradora para crear distracción "un ruido de fondo."
14. Ponga en marcha el lavaplatos para más "ruido de fondo" tranquilizante.
15. Lleve a su bebé de paseo en el automóvil, con el bebé asegurado en una silla para bebé orientada hacia atrás en el asiento trasero.
16. El mecerse con su bebé en una mecedora puede ser muy relajante para ambos.
17. Pasee a su bebé en una carriola.
18. Ponga a su bebé en un columpio para bebés para un movimiento suave y rítmico.
19. Coloque a su bebé debajo de un móvil iluminado.
20. Baile despacio.... Y relájese.

La lista anterior no incluye todo, pues hay muchas otras cosas que usted puede intentar para calmar el llanto de su bebé. Recuerde... mientras muchas de estas técnicas funcionan la mayoría de las veces, nada funciona todas las veces; y eso está bien; esto no quiere decir que algo este mal con usted o con su bebé! Si usted comienza a frustrarse, es tiempo de colocar a su bebé en un lugar seguro, alejarse por unos minutos, calmarse un poco.