

Prevención del síndrome del bebé sacudido



Cuidar de un bebé puede ser una experiencia gratificante y emocionante. Sin embargo, cuando el bebé se pone inquieto, especialmente si parece que nunca va a dejar de llorar, la tarea puede ser frustrante. Muy a menudo, los padres y otras personas que cuidan del bebé pierden el control y lo sacuden, lo zarandean o lo estremecen en un intento por hacer que pare de llorar.

Casi todos conocemos los peligros de golpear a un bebé o a un niño. ¿Pero sabía que el sacudir a un bebé también es muy peligroso? Su pediatra y la Academia Americana de Pediatría desean que usted sea consciente de los peligros de sacudir a un bebé. Si alguna vez se ha sentido frustrado/a al cuidar de un bebé inquieto, continúe leyendo para enterarse del por qué sacudir a un bebé puede ser mortal.

¿Qué es el síndrome del bebé sacudido?

El síndrome del bebé sacudido es un tipo serio de lesión de la cabeza que ocurre cuando un bebé o niño pequeño es zarandeadode forma severa o violenta. Los bebés no son capaces de soportar todo el peso de su cabeza. Como resultado, una sacudida violenta y vigorosa hace que el cerebro del bebé se lesioné. Muy a menudo, esto conduce a la muerte del niño. También puede conducir a

- Sangrado alrededor del cerebro
- Ceguera
- Pérdida de la audición
- Discapacidades del lenguaje o de aprendizaje
- Trastorno crónico de convulsiones
- Daño cerebral
- Retardo mental
- Perlesía cerebral

El síndrome del bebé sacudido suele ocurrir cuando uno de los padres o alguna otra persona que cuida al bebé lo sacude debido a la rabia o frustración que siente, debido a que no para de llorar. El síndrome del bebé sacudido es una forma seria de maltrato infantil. Recuerde: Bajo *ninguna* circunstancia es correcto sacudir a un bebé.

¿Cuáles son los signos y síntomas del síndrome del bebé sacudido?

Cuando un bebé es violentamente sacudido, se destruyen células cerebrales y el cerebro no puede obtener suficiente oxígeno. Como resultado, una víctima del síndrome del bebé sacudido puede mostrar uno o varios de los siguientes signos y síntomas.

- Irritabilidad
- Letargo (dificultad para permanecer despierto)
- Dificultad para respirar
- Temblores o estremecimientos
- Vómitos
- Convulsiones
- Coma
- Muerte

¡Pase la palabra!

Padres, si otras personas cuidan de su hijo/a, cerciórese de que conozcan los peligros de sacudir a un bebé. Esto incluye a niñeras, hermanos mayores, abuelos y vecinos, es decir *cualquiera* que cuide de su bebé. Cerciórese de decirles que bajo *ninguna* circunstancia es correcto sacudir a un bebé.

¿Qué hago si mi bebé es sacudido?

Si cree que su bebé puede estar lesionado por una sacudida violenta, el paso más importante es obtener cuidado médico de inmediato. Llame a su pediatra o lleve al bebé al departamento de emergencia más cercano. Si el cerebro del bebé ha sido lesionado o está sangrando por dentro debido a una sacudida violenta, se agravará sin el tratamiento indicado. El obtener cuidado médico de inmediato puede salvarle la vida al bebé y prevenir que contraiga serios problemas de salud.

Es importante que le cuente al pediatra o al doctor de la sala de emergencia si su bebé fue sacudido. No permita que la vergüenza, la culpa o el miedo se interpongan en la salud o la vida de su bebé. Sin la información correcta, el pediatra o el médico podrían asumir que su bebé está enfermo. Los síntomas leves del síndrome del bebé sacudido son muy parecidos al cólico, problemas de alimentación e inquietud. Es posible que su bebé no obtenga el tratamiento indicado si el médico no conoce todos los hechos.

Cuando el bebé llora

No siempre es fácil saber por qué llora un bebé. Puede tener hambre o estar muy cansado. Puede tener frío o necesita que le cambien el pañal. A veces parece que su llanto no tiene motivo aparente. Éstas son algunas ideas que puede poner en práctica cuando su bebé no para de llorar:

- Fíjese si el pañal de su bebé está sucio.
- Envuelva al bebé en una frazada caliente y suave.
- Déle de comer lentamente, deteniéndose para sacarle los gases a menudo.
- Ofrézcale un chupete.
- Sosténgalo contra su piel desnuda, ya sea contra el pecho o mejilla contra mejilla.
- Mézalo con movimientos lentos y rítmicos.
- Cántele o póngale música suave y tranquilizadora.
- Llévelo de paseo en un cochecito.
- Llévelo a pasear en el carro (no olvide usar siempre un asiento protector para bebé).

Si ha ensayado todas estas sugerencias y su bebé sigue llorando, vuelva a intentarlo. Casi todos los bebés se cansan cuando han llorado por mucho tiempo y terminan por dormirse.

Cuando su bebé llora, coja aire, pero... ¡No lo sacuda!

Si ha intentado calmar al bebé pero nada parece surtir efecto, es importante que trate de mantener el control sobre sus emociones. Recuerde: nunca es aceptable sacudir, lanzar o golpear a un bebé. Además esto *¡nunca* resuelve el problema! Si siente que se está enojando y está a punto de perder el control, ensaye lo siguiente:

- Respire profundo y cuente hasta 10.
- Coloque al bebé en un lugar seguro, salga de la habitación y deje que el bebé lllore solo.
- Llame a una persona cercana para que le brinde apoyo emocional.
- Llame al pediatra. Es posible que el llanto de su bebé tenga una razón médica.

Tenga paciencia. Los bebés que sufren de cólicos o que son intranquilos con el tiempo llegan a superar ésta fase del llanto. El garantizar la seguridad del bebé es lo más importante que usted puede hacer. Incluso si se siente frustrado/a, mantenga el control y *nunca* sacuda a su bebé.

No deberá usarse la información contenida en esta publicación a manera de substitución del cuidado médico y consejo de su pediatra. Podría haber variaciones en el tratamiento, las cuales su pediatra podría recomendar, en base a los hechos y circunstancias individuales.

De parte de su médico

American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

La Academia Americana de Pediatría es una organización de más de 57,000 pediatras de cuidado primario, subespecialistas pediátricos y especialistas quirúrgicos de pediatría dedicados a la salud, seguridad y bienestar de los infantes, niños, adolescentes y adultos jóvenes.
Academia Americana de Pediatría
P.O. Box 747
Elk Grove Village, IL 60009-0747
Sitio electrónico en la red Internet: <http://www.aap.org>

Derechos de autor ©2003
Todos los derechos reservados.
Academia Americana de Pediatría