



Shaken Baby Syndrome

Take A Break, Don't Shake!



Did You Know?

- ◆ Shaken Baby Syndrome can result in learning or physical disabilities, blindness, or death
- ◆ Babies brains are immature and more likely to be injured due to shaking
- ◆ An infant may spend 2-3 hours per day crying, but 20-30% of babies exceed this amount

Ways Parents Can Stay Calm

- ❖ Try some usual cures for crying such as feeding, changing his/her diaper, walking, rocking, or cuddling your baby
- ❖ Allow your baby to "Cry It Out". Gently place your child in a safe and quiet place for a few minutes
- ❖ Use this time for yourself! Take time to relax for a few minutes before you try again to console your child again
- ❖ Get help. If you feel unable to be calm and gentle with your baby, ask a trusted person to give you a short break
- ❖ Remember:

Take A Break, Don't Shake!

Fact: Babies are more likely to be seriously injured by shaking because their heads are large and they have weak neck muscles

Ways You Can Soothe Your Baby:

- ❖ Lower any surrounding noise or lights
- ❖ Take the baby for a walk or a ride in the car
- ❖ Offer the baby a pacifier
- ❖ Offer the baby a noisy toy- shake it or rattle it
- ❖ Hold your baby and breath slowly and calmly- your baby may feel your calmness and become quiet
- ❖ Make sure your baby is not too hot or too cold
- ❖ Make sure your baby's clothes are not too tight
- ❖ Sing or talk to your baby using soothing tones



SAFE KIDS TIP!

When all else fails or if you suspect your baby is ill, has a fever, swollen gums, etc. Call a doctor!





Síndrome del Bebé Sacudido

Nunca Sacude a su Bebé!



¿Sabe Usted ?

- ❖ La sacudida puede causar dificultades de aprendizaje y de comportamiento, ceguera o muerte
- ❖ El cerebro de un bebé es muy frágil y se puede lesionar si se le sacude
- ❖ Un bebé puede llorar 2 a 3 horas al día, pero 20-30% lloran mucho más

Maneras de Calmarse

- ❖ **Cuide que su bebé no tenga hambre, cámbiele el pañal, camine y acune a su bebé**
- ❖ Deje su bebé llorar, coloque a su bebé en un lugar seguro como una cuna o corral
- ❖ Este tiempo es para usted! Respire profundamente y relájese antes de regresar a consolar a su bebé
- ❖ Pida ayuda. Si usted no se puede calmar pida apoyo de un amigo que pueda ayudar con el bebé
- ❖ Recuerde:

Tome un Descanso

Nunca sacuda a su bebé!

Hecho: los bebés corren riesgos cuando los sacuden por que tienen la cabeza grande y los músculos del cuello muy frágiles

Maneras de Calmar a su Bebé:

- ❖ Baje el volumen de ruido o la luz
- ❖ Saque el bebé a caminar o a pasear en el auto
- ❖ Déle un chupete (chupón) o amamántelo
- ❖ Déle un juguete o ana sonaja
- ❖ Abrase a su bebé y respire lentamente- su bebé puede sentirla/o y calmarse
- ❖ Revise que su bebé no tenga mucho calor o mucho frío
- ❖ Revise que no le apriete la ropa
- ❖ Cante o hablele suavemente a su bebé



Consejos para Niños Seguros

Si nada funciona y piensa que su bebé esta enfermo, tiene calentura, o tiene la encia hinchada

Llame al doctor!