

Síndrome del bebé sacudido (SBS) Shaken Baby Syndrome (SBS)

El desencadenante que con más frecuencia lleva a que un bebé sea sacudido es el llanto del bebé. Las lesiones del bebé sacudido ocurren frecuentemente porque un padre, una madre o un cuidador se frustra, enoja o molesta porque no puede consolar al bebé que llora, y temporalmente pierde el control y sacude al bebé con violencia.

A continuación encontrará recursos y estrategias que le pueden servir de apoyo cuando el llanto de su bebé le provoque sentimientos de frustración o le lleve a sentirse abrumado.

¿Qué es el síndrome del bebé sacudido?

El síndrome del bebé sacudido (SBS) es el nombre que se da a diversos signos y síntomas de lesión cerebral que se producen al sacudir violentamente a un bebé, con o sin un impacto en la cabeza. En Canadá el SBS también se conoce como Traumatismo craneal por maltrato infantil (THI-CM) y como traumatismo craneal abusivo (AHT) en los EE.UU.

¿Por qué sacudir a un bebé es tan peligroso?

Sacudir a un bebé es peligroso porque los bebés tienen un cerebro frágil que está en desarrollo. Su cabeza es grande y pesada en comparación con el resto del cuerpo, y los músculos del cuello no son lo suficientemente fuertes para sostener el peso de la cabeza. Al sacudir a un bebé, su cabeza se mueve hacia adelante y hacia atrás en un movimiento en forma de ocho. Esta aceleración-deceleración rápida hace que el cerebro y el cráneo se muevan a distintas velocidades en diferentes zonas. Esto puede causar daño cerebral permanente, discapacidades físicas o la muerte. Incluso las lesiones pequeñas en el cerebro de un bebé pueden provocar problemas de por vida.

Nunca está bien sacudir a un bebé o a un/a niño/a. Aproximadamente el 25 por ciento de los bebés que han sido sacudidos fallece y hasta un 80 por ciento sufre daño cerebral permanente.

Las lesiones por sacudida no ocurren durante las interacciones habituales. Por ejemplo, hacer trotar al bebé sobre las rodillas con delicadeza, los frenazos repentinos en un coche o el atravesar baches con el carrito del bebé no causa el SBS.

¿Qué daño puede ocasionar el sacudir a un bebé?

Sacudir a un bebé puede causar:

- Convulsiones
- Daño cerebral permanente
- Dificultades en el habla y aprendizaje
- Ceguera o sordera

- Parálisis
- Problemas de la conducta
- Muerte

¿Cómo puedo proteger a mi bebé del SBS?

Si el llanto de su bebé le está frustrando o haciendo que se irrite, tome un descanso. Coloque suavemente a su bebé en un lugar seguro, como la cuna, y salga de la habitación. Tome un descanso de 10 a 15 minutos para poder calmarse. Es más importante que se calme a sí mismo/a antes de intentar calmar a su bebé. Si siente que no puede afrontar la situación, llame a alguien para que le ayude una vez que haya dejado al bebé en un lugar seguro o llame a Healthlink BC al **8-1-1**. Nunca tome al bebé en brazos cuando usted se sienta irritado/a o abrumado/a por el llanto.

Hable con otras personas que cuiden a su bebé como las niñeras, familiares y amigos sobre cómo cuidar del bebé de manera segura. Asegúrese de que entiendan que es más importante que el cuidador esté tranquilo que hacer que su bebé deje de llorar. Hágales saber que usted estará encantado/a de ir a recoger a su bebé si su llanto es demasiado para ellos. No deje a su bebé al cuidado de alguien que tenga problemas para controlar su enojo. Tenga mucho cuidado si deja que cuidadores inexpertos o personas con cualquier tipo de resentimiento hacia el bebé cuiden al bebé, incluso durante un corto periodo de tiempo.

¿Por qué lloran los bebés?

Todos los bebés lloran. A veces es fácil entender por qué llora un bebé, otras veces no tanto. Desde el punto de vista del desarrollo, es normal que los bebés lloren más y durante periodos de tiempo más largos desde aproximadamente las 2 semanas de edad hasta aproximadamente los 3 o 4 meses. Esta etapa de llanto se denomina el *Period of PURPLE Crying*[®]. Algunos bebés se resisten más a calmarse y pueden llorar durante horas, pero aun así están sanos. Para obtener más información, visite <https://dontshake.ca> y www.purplecrying.info/.

No poder calmar a su bebé o detener su llanto no significa que usted es una mala madre o un mal padre. El llanto es un sonido molesto; esa es su función. Si fuera un sonido agradable, el llanto sería fácil de ignorar y no se atenderían las necesidades del bebé. Oír llorar a su bebé puede ser desgarrador. Recuerde que los bebés pasan por un periodo de llanto más intenso durante los primeros meses de vida y que esto es una etapa normal del desarrollo que atraviesa la mayoría de los bebés.

Si el llanto de su bebé es constante o más fuerte de lo habitual, o si su bebé no se está alimentando bien, tiene dificultades para respirar, tiene fiebre o vomita, o si le preocupa que algo no esté bien, llame a su médico o al **8-1-1**, o lleve al bebé al hospital o a un centro de salud.

Lo más importante que debe recordar es que usted y su bebé superarán esta etapa de mayor llanto y que las sonrisas y la risa llegarán.

¿Qué puede hacer cuando su bebé no deja de llorar?

No hay una receta mágica que funcione siempre con todos los bebés. Puede descubrir que lo que funciona hoy, puede no funcionar mañana. A veces nada de lo que haga parará el llanto, y esto no significa que usted esté haciendo algo mal como madre o como padre.

A continuación, le damos algunas sugerencias que pueden ayudarle a consolar a su bebé:

- Acurruque a su bebé cerca del pecho; el latido de su corazón puede consolar a su bebé, el contacto de piel con piel es favorable
- Guíese por las señales que su bebé usa para indicar que tiene hambre como llevarse las manos a la boca, el hociqueo o los movimientos de la cabeza, el abrir la boca, lamerse los labios y succionar su mano. Durante los primeros meses de vida, los bebés se alimentan generalmente cada 2 o 3 horas. Es posible que su bebé quiera alimentarse con más frecuencia durante los brotes de crecimiento. Haga eructar a su bebé después de cada toma
- Revise el pañal de su bebé. Mantenga al bebé limpio y seco
- Envuelva a su bebé en una manta suave
 - Mantenga al bebé cálido y cómodo, pero no demasiado caliente
 - No deje a su bebé en una cuna o en un moisés cuando esté envuelto en una manta. Consulte el recurso “[Cómo puede mi bebé dormir de forma más segura](#)” orientado a padres y cuidadores
- Póngale música suave u otros sonidos relajantes
 - Trate de tararear o cantar una canción de cuna
 - A veces el ruido blanco como el sonido de la aspiradora, la secadora de ropa, el filtro de la pecera o el lavavajillas ayuda a calmar a los bebés. También se pueden encontrar aplicaciones de ruido blanco en los celulares
- Ofrezcale al bebé su peluche o su manta favorita mientras lo acaricia
- Mueva al bebé con suavidad o cambie su posición
 - Camine con su bebé o mézalo. Puede poner a su bebé en un portabebés, si dispone de uno, y caminar por la casa
 - Intente poner al bebé en una silla mecedora adecuada para su edad, si dispone de una
 - Lleve a su bebé de paseo en un portabebés o en un carrito de bebé

- A algunos bebés les gusta ir de paseo en coche. Asegúrese de que su bebé esté bien sujeto en una silla de auto para bebés

A veces estas sugerencias funcionarán, otras veces no funcionarán. Merece la pena intentar poner en práctica estas sugerencias, pero no se culpe a sí mismo/a ni se frustre con su bebé si esto no funciona. Recuerde que el *Period of PURPLE Crying®* es una etapa normal y que se terminará.

¿Qué más puede hacer si consolar a su bebé no evita que llore?

Si le resulta demasiado frustrante, está bien alejarse. Deje a su bebé en un lugar seguro, como en una cuna, y tome unos minutos para calmarse. Relájese haciendo actividades que le reconforten como leer, tomar una taza de té o darse una ducha, después regrese y revise cómo está su bebé.

Busque a alguien que le ayude. Llame a un amigo o a un familiar en quien confíe. Es importante alejarse de su bebé si cree que podría perder el control, pero es igual de importante asegurarse que su bebé estará seguro mientras usted no está. Recuerde que es normal pedir ayuda. Recuerde a los cuidadores que el llanto es algo normal. Las siguientes personas quizás le puedan ayudar:

- Familiares y amigos
- Grupos de padres
- El proveedor de asistencia sanitaria de su hijo/a
- Su enfermera de la salud pública

También puede llamar al **8-1-1** para hablar con una enfermera las 24 horas del día, 7 días a la semana, o puede llamar a su hospital local o centro de salud para pedir otros contactos en su comunidad.

Recuerde: ¡NUNCA sacuda a un bebé!

Deje a su bebé en un lugar seguro y tome un descanso.

Para más información

Para obtener más información sobre cómo consolar a su bebé revise los materiales del programa *Period of PURPLE Crying®* que recibió en el hospital. Las madres que no dieron a luz en un hospital de la Colombia Británica pueden recibir la aplicación para el celular/el folleto de su centro o enfermera de salud pública. Para encontrar a su unidad local de salud pública use www2.gov.bc.ca/gov/content/health/about-bc-s-health-care-system/partners/health-authorities/regional-health-authorities.

Para ver más consejos y recursos en línea, visite <https://dontshake.ca/> o la página de *Period of PURPLE Crying®* en www.purplecrying.info.

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC vea www.HealthLinkBC.ca/healthfiles o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan emergencia), vea www.HealthLinkBC.ca o llame al número gratuito **8-1-1**. El número telefónico para personas sordas o con problemas de audición es el **7-1-1**. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.