

# Prevención del Traumatismo Cerebral por Maltrato

Nunca se debe sacudir a un bebé o niño, ni por segundos. Hacerlo podría provocar una lesión grave al cerebro, conocida por traumatismo cerebral por maltrato.

El juego normal como meciendo suavemente a un bebé no provocará daño, pero el cerebro de tu bebé es frágil.

Su espina dorsal continúa desarrollándose. Su cabeza y cerebro son grandes y pesados. Pero los músculos del cuello del bebé son débiles. No pueden soportar la cabeza fácilmente o protegerla de movimientos bruscos, como sacudirlos, un golpe, aventarlo o zarandearlo.

Cualquier impacto violento puede causar que el cerebro se mueva de un lado al otro adentro del cráneo, lesionándolo.

El traumatismo en la cabeza por maltrato puede causar: Sangrado, inflamación, y hematomas en el cerebro; Desgarres del tejido cerebral, los nervios y vasos sanguíneos; Sangrado en los ojos; Ceguera; Convulsiones; Lesiones en la columna espinal; Incluso la muerte.

A veces no es posible saber si tu bebé está lastimado, porque no puedes ver el daño. No significa que no esté ahí. Aún lesiones menores al cerebro, con el tiempo, pueden provocar problemas serios de salud, comportamiento y aprendizaje.

El traumatismo en la cabeza por maltrato se puede prevenir. La causa más común es frustración. Cuando un bebé llora sin parar, un padre o cuidador se puede estresar, frustrar o enojar. Tal vez sacudan, golpeen o avienten al bebé para que deje de llorar. Nunca debes sacudir, golpear o aventar a un bebé.

Trata de encontrar otras maneras de aliviar tu frustración. Estos consejos pueden ayudarte: Cántale a tu bebé o mécelo. Los sonidos bajos y movimientos suaves ayudan a calmarte a ti y a tu bebé.

Toma un descanso. Coloca al bebé en un lugar seguro, como su cuna o moisés. Aléjate por unos minutos. Cuenta hasta 10. Y respira.

Cuando te hayas tranquilizado, chequea a tu bebé. Tal vez se haya calmado o que estés en mejor estado de ánimo para cuidarlo.

Descansa. Tal vez estés cansada y no tengas la paciencia de satisfacer las necesidades del bebé. Duerme bien en la noche cuando puedas.

Llama a alguien cercano para que te ayude. La familia y amigos pueden darte un merecido descanso.

Habla con tu profesional médico. Puede ayudarte con grupos de apoyo, consejo, o medicina para mejorar tu estrés.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

**healthclips**<sup>®</sup>

# Prevención del Traumatismo Cerebral por Maltrato

Y, por último, cuando alguien esté cuidando a tu bebé, asegúrate de que tengan conocimiento del traumatismo cerebral por maltrato. Pregúntales cuál es su estrategia para mejorar el estrés y la frustración.

Recuerda, tu bebé dejará de llorar. Pero el traumatismo de la cabeza por maltrato, incluyendo el síndrome del bebé sacudido, pueden provocar daño duradero. Solo toma unos segundos.

Nunca sacudas a tu bebé. Encuentra formas de afrontar el estrés y la frustración para que tu bebé esté sano y salvo.