

Mantener Seguro al Bebé: Cómo Prevenir una Lesión en la Cabeza

Este video fue creado para ayudar a prevenir una lesión cerebral a tu bebé. Las lesiones de la cabeza suceden porque puede ser difícil tratar con un bebé que llora.

Llorar es una parte normal del desarrollo del bebé.

Pero algunos bebés lloran mucho, aun cuando no tienen hambre, no tienen pañal mojado, no están enfermos o no tienen dolor.

Puede ser difícil soportarlo, aunque sabes que puede suceder.

Y aún peor si estás estresado o cansado como están la mayoría de los padres.

Cuando has intentado todo para calmar a tu bebé y no funciona nada, puedes sentirte impotente, solo, frustrado incluso enojado.

Pero hay algo que puedes hacer -por ti - para evitar perder el control por completo.

Puedes: Pausar, tomar una respiración profunda, y contar hasta 10.

Llamar a un amigo, vecino, o familiar para que te apoyen.

También puedes buscar en línea, algún servicio gratuito que pueda contestar tus preguntas y guiarte.

Llamar al doctor de tu bebé.

Alejarte.

Pon a tu bebé en un lugar seguro – boca arriba, en una cuna- y revísalo cada 5 a 10 minutos.

Es importante que sepas que la emoción intensa - esa sensación de que no puedes hacer que deje de llorar - puede a veces provocar que un padre pierda el control y lastime a su bebé.

Pero usando la fuerza nunca ayuda a calmar a un frágil bebé.

Sacudir o darle un golpe al bebé -aunque sea solo una vez, sin haber querido hacerlo - podría ocasionarle una lesión al cerebro. Causar daño permanente como ceguera, lesión al cerebro, y hasta la muerte.

Pero dejar a tu bebé en un lugar seguro y revisarlo después de unos cuantos minutos, no va a lastimar a tu bebé. Y puede ofrecerte la pausa que necesitas.

Cuando sabes qué puedes hacer para afrontarlo, puedes prevenir problemas duraderos para tu bebé y tu familia.

Y puedes compartir estas ideas del video con otros que cuiden a tu bebé.

También puedes pedirles que te apoyen durante esas veces que los necesites.

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.



Mantener Seguro al Bebé: Cómo Prevenir una Lesión en la Cabeza

Piénsalo ahora: ¿Cómo vas a calmarte?

¿Con quién puedes hablar?

Y ¿Cómo vas a cuidarte?

Porque cuando haces algo bueno por ti, como tomar descansos pequeños frecuentes, hace mucho más fácil que enfrentes momentos difíciles de la crianza.

Y, por último, cómo recordarás en el momento intenso, que hay tanto en juego- que lo mejor que puedes decirte a ti mismo, y la mejor manera de cuidar al bebé que tanto amas, puede ser: "Está bien. Aléjate."

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.

