



Prevent Child Abuse

Indiana™
A Division of The Villages

A Chartered State Chapter of Prevent Child Abuse America



ALL BABIES CRY

CRYING IS NORMAL

Babies cry, a lot, and it's normal. How parents and caregivers deal with the crying is important. It is never acceptable to shake a baby, which can lead to serious, even fatal injuries. Consider the following ideas to avoid Shaken Baby Syndrome/Abusive Head Trauma and care for babies in a safe and nurturing manner.

TIPS TO CALM YOUR BABY

Check for hunger.

Check for a dirty diaper.

Call a doctor if the baby seems sick.

Take the baby on a walk or a drive.

Hold or gently rock the baby.

Offer a pacifier

Talk softly or play soothing music.

Check to see if the baby is gassy.

TAKE CARE OF YOURSELF

- **Calm Down:** Take deep breaths and count to 20.
- **Safe Outlets:** Exercise, talking to someone, or have a good cry.
- **Relaxation:** Listening to music, read, or watch TV.
- **Ask for Help:** Let a trusted person take over for a while.
- **Reach Out:** Call your doctor, a friend, or a relative for support.

EDUCATE YOURSELF

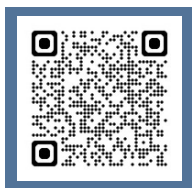
Shaken Baby Syndrome/Abusive Head Trauma occurs when someone shakes a child forcefully. Even mild shaking can result in severe injuries or death.

REMEMBER

Crying doesn't hurt a baby... SHAKING does! If you suspect a child has been shaken, go to the nearest emergency room immediately.

LEARN MORE

Scan the QR or visit our website.
www.pcaain.org





Prevent Child Abuse

Indiana™
A Division of The Villages

A Chartered State Chapter of Prevent Child Abuse America



TODOS LOS BEBÉS LLORAN

EL LLANTO ES NORMAL

Los bebés lloran, y mucho. Yesoes normal. La manera en que los padres y cuidadores manejan el llanto es muy importante. Nunca está bien sacudir a un bebé, ya que esto puede provocar lesiones graves o incluso mortales. Tenga en cuenta las siguientes ideas para evitar el síndrome del bebé sacudido/traumatismo craneal por maltrato y para cuidar a los bebés de forma segura y con cariño.

CONSEJOS PARA CALMAR A SU BEBÉ

Revise si tiene hambre.

Revise si tiene el pañal sucio.

Llame al médico si el bebé parece estar enfermo.

Lleve al bebé a pasear o a dar un paseo en auto.

Cargue o meza al bebé.

Ofrézcale un chupete.

Háblele con suavidad o ponga música relajante.

Revise si tiene gases.

CUÍDESE

- **Cálmese:** Respire profundo y cuente hasta 20.
- **Desahóguese de forma segura:** Haga ejercicio, hable con alguien o lllore si lo necesita.
- **Relájese:** Escuche música, lea o mire televisión.
- **Pida ayuda:** Deje que una persona de confianza se haga cargo por un rato.
- **Busque apoyo:** Llame a su médico, a un amigo o a un familiar para recibir apoyo.

INFÓRMESE

El síndrome del bebé sacudido/traumatismo craneal por maltrato ocurre cuando alguien sacude a un niño con fuerza. Incluso una sacudida leve puede provocar lesiones graves o la muerte.

RECUERDE

El llanto no le hace daño a un bebé...
¡SACUDIRLO, SÍ!

Si sospecha que un niño ha sido sacudido, acuda de inmediato a la sala de emergencias más cercana.

MÁS INFORMACIÓN

Escanee el código QR o visite nuestro sitio web.

www.pcaain.org

