



El Bebé la necesita.

Ya que el bebé no puede hacer nada por si solo, el bebé depende de usted cuando necesita algo.

Ya que el bebé no puede hablar o hacer gestos - el llanto es el único medio por el cual el bebé puede dejarle saber si necesita algo -un cambio de pañal, alimento, calor, sueño. Por tanto es bueno que el bebé lllore. Él o ella tienen una necesidad y se la están comunicando de la única manera posible.

Hay ciertas cosas importantes que tener presente cuando se trata de calmar el llanto del bebé.

DHS es

responsable de proveer y administrar los servicios humanos financiados con fondos públicos por los residentes del Condado de Allegheny.

Principios de DHS

Todos los servicios serán:

- De alta calidad, completos y disponibles.
- Individualizados y diseñados para ser dignos por los valores culturales únicos de cada individuo y/o comunidad.
- Integrados y disponibles contando con un equipo enfocado en reconocer la capacidad de los individuos y familias a fin de identificar sus propias fortalezas, necesidades y objetivos; establecer relaciones y apoyos naturales; y adoptar medidas necesarias para lograr estos objetivos.



Phone: 412-350-5701
Fax: 412-350-4004
One Smithfield Street, Suite 400
Pittsburgh, PA 15222-2221
www.alleghenycounty.us/dhs

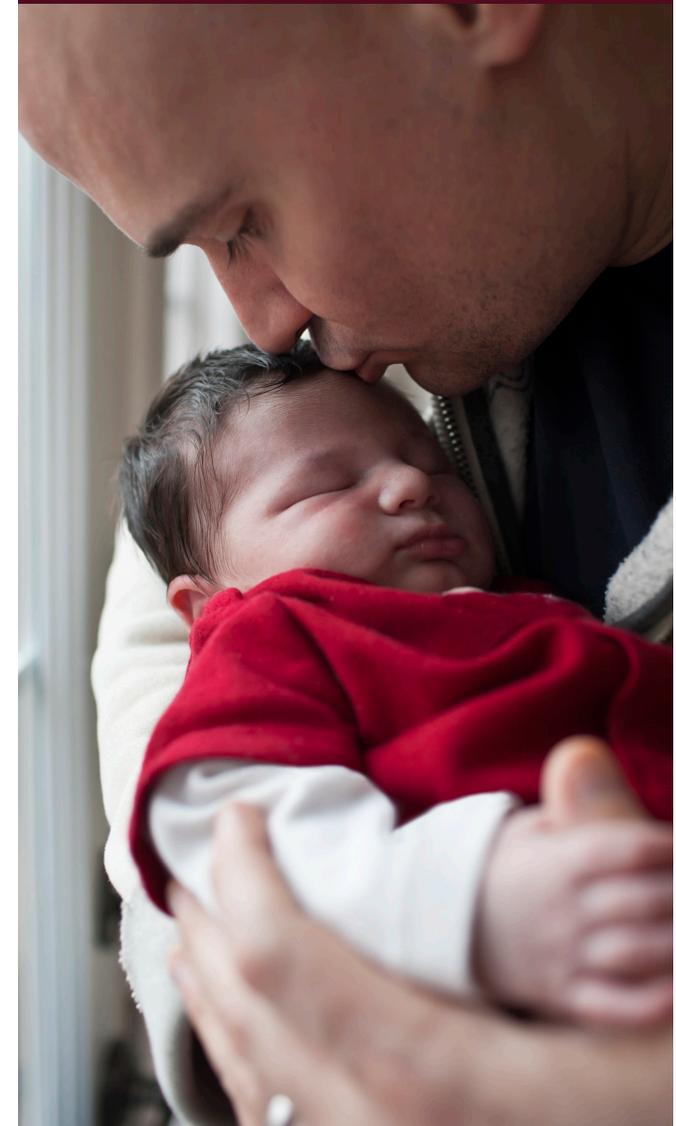
El Departamento de Servicios Humanos del Condado de Allegheny provee servicios a los individuos elegibles sin importar la raza, color de piel, sexo, identidad o expresión de género, orientación sexual, edad, religión, nacionalidad, afiliación política, discapacidad, estado civil, servicio militar, o afiliación religiosa, comunitaria o social.

Producido por la Oficina de Relaciones Comunitarias, 10/2016



Calmando a un bebé que llora

Lo puede hacer... de forma segura



Nunca sacuda a un bebé

Aún el más amable y amoroso cuidador puede llegar a frustrarse por un bebé que llora.

Si usted no puede satisfacer las necesidades del bebé, llame a alguien de confianza para que le ayude.

No descargue su frustración sobre el bebé.
No sacuda el bebé.

Sacudir los bebés menores de dos años puede ocasionar daño cerebral irreversible e incluso la muerte.

Si no puede conseguir a alguien que ayude lo antes posible, coloque al bebé de espaldas en una cuna vacía o en una cuna portátil mientras usted se relaja y se calma.

Recuerde, el llanto del bebé no es para incomodarle. Su objetivo es avisarle que el bebé necesita su ayuda.

¿Por qué el bebé llora?

Si el/la bebé está llorando, asegúrese de que todas sus necesidades básicas se cumplan.

- ¿Tiene el bebé un pañal mojado o sucio? Con solo cambiar el pañal puede prevenir irritación en la piel.
- ¿Tiene hambre el bebé? ¿Eructó el bebé después de la alimentación más reciente? El hambre y una burbuja de aire en el estómago son dos cosas comunes que pueden causar dolor y provocar que el bebé llore.
- ¿Tiene el bebé demasiado calor o demasiado frío? Bese la frente del bebé.

Si la temperatura es diferente a la suya, considere la posibilidad de añadir o quitar un poco de ropa al bebé.

- ¿Está el bebé cansado o sobre-estimulado? Al igual que la mayoría de nosotros, los bebés tienden a fastidiarse cuando tienen sueño.

Si el bebé tiene un pañal limpio, ha sido alimentado, eructó y está vestido adecuadamente, dormir podría ser todo lo que necesita.

Métodos para fomentar el sueño

Lo más probable es que el bebé se sienta relajado cuando duerme. Existen diversos métodos comunes para ayudar al bebé a relajarse.

- Meza suavemente a su bebé en una mecedora, arrúllelo en sus brazos
- Ofrezca al bebé un chupete limpio y seco
 - El bebé no debería ser forzado a usar un chupete.
 - Nunca coloque un cordón en un chupete.
- Los pañales, ajústelos, pero no los apriete
 - No deberían usarse los pañales una vez que el bebé se capaz de aflojar el pañal.
- Balanceo suave, ya sea en un carro o cochecito
 - Recuerde siempre colocar el bebé en una silla de coche autorizada cuando vaya en un carro.
- Música suave, canticos o sonidos relajantes

Un sueño tranquilo para el bebé

En todo tiempo, la posición más segura para que el bebé duerma es de espalda.

Las pijamas de una sola pieza (cubriendo los pies) es la ropa de dormir más segura para el bebé.

El lugar más seguro para su bebé al dormir es en una cuna vacía, cuna portátil o moisés con colchón cubierto por una sabana ajustada, firme.

Para más información sobre un sueño tranquilo en www.allegHENYcounty.us/dhs/safesleep

Si no deja de llorar

Consulte a su médico para verificar si el bebé está llorando por un problema de salud.

El llanto prolongado puede ser una señal de que el bebé está experimentando dolor. Condiciones comunes tales como problemas intestinales, alergias a la leche e infecciones del oído pueden causar dolor.

El cólico también puede producir dolor y es común en bebés menores de cuatro meses de edad. Durante un episodio de cólico, puede notar que el bebé tira sus rodillas hacia el vientre o llore de manera diferente, desgarradora. Los cólicos pueden prolongarse por varias horas. Cuando el bebé no tiene cólico, la alimentación, el juego y el sueño son normales.

Si has probado de todo y el llanto continúa, está bien colocar al bebé en un lugar seguro, como una cuna o una cuna portátil, y salir de la habitación para tomar un descanso. El bebé no se estropeará y usted puede evitar descargar su frustración sobre el bebé.

Puede ver un vídeo de revisión útil en www.babycries.org/.