



**Consejos prácticos para
Calmar a un bebé en llanto**
Cosas que puede intentar:

- ♦ Alimente al bebé lentamente y hágalo eructar con frecuencia
- ♦ Asegúrese de que el bebé no ha ensuciado el pañal
- ♦ Dé al bebé un baño caliente
- ♦ Atenúe las luces y reduzca el nivel de ruido
- ♦ Toque música suave, cante o hable al bebé en una voz calmada
- ♦ Sostenga al bebé cerca de su cuerpo y acúnelo suavemente
- ♦ Lleve al bebé a pasear en auto o en carreta (sillita de paseo)
- ♦ Llame a un amigo o pariente en quien usted confie
- ♦ Ponga al bebé en una cuna o en un moisés y tome un descanso
- ♦ **NUNCA LE PEGUE NI SACUDA A UN BEBÉ**
- ♦ Llame al **1-800-4ACHILD** las 24 horas del día (1-800-422-4453)



1101 West College Avenue
Spokane, WA 99201-2095

509.324.1500 | TEL
509.324.1464 | TDD (Dispositivo de
telecomunicación para sordos)

www.srhd.org

RECURSOS PARA CRISIS

First Call for Help (Primera llamada de auxilio)
Disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana
838-4428 ó 1-877-678-4428 (llamada gratuita)
TDD 624-0004

Vanessa Beehan Crisis Nursery (Guardería durante una crisis) 535-3155

YWCA Domestic Violence (Violencia doméstica)
Línea de crisis de 24 horas 326-2255

Poison Control (Control de envenenamiento)
1-800 222-1222

SERVICIOS DE CONSEJERÍA Y DE APOYO FAMILIAR

Todos estos servicios aceptan cupones médicos o son gratuitos

Catholic Charities.....242-2308
(Caridades Católicas)

Children's Home Society
(Sociedad de Hogares Infantiles).....747-4174

Family Service Spokane.....838-4128
(Servicios Familiares de Spokane)

Lutheran Community Services
(Servicios Comunitarios Luteranos)747-8224

Men's Issues (Asuntos de hombres)533-8547

Native Project (Proyecto "NATIVE")325-5502

St. Joseph Family Center
(Centro de Familia de St. Joseph)483-6495

SCAN (Centro de Prevención de Abuso y Negligencia Infantil de Spokane)458-7445

Support for Parents Overcoming Challenges
(Apoyo para padres de familia que están enfrentando retos)483-4478

Spokane Mental Health
(Servicios de Salud Mental de Spokane)458-7458
TDD.....624-0004

YWCA Domestic Violence
(Violencia doméstica)(Servicios gratuitos) ...-1190 x 139

¿Quién está cuidando
a su bebé?



Esta es una de las
decisiones más importantes
que puede tomar.



Amigos, familiares, personas que se encargan de cuidar a niños, vecinos...

Cómo escoger a una persona para el cuidado de su hijo...



Su hijo cuenta con usted para escoger a una persona capacitada para su cuidado

¿Sabía usted que sacudir a un bebé podría ocasionarle ceguera, problemas de audición, retraso mental, parálisis e incluso la muerte?

Las estadísticas muestran que la persona que lesiona con mayor frecuencia al bebé es el padre del niño o el novio de la madre.



Probablemente es una situación difícil o penosa el hablar acerca de estas cosas con la persona que cuidará de su hijo, pero es muy importante que lo haga por la seguridad de su hijo.

Asegúrese de llamar para ver cómo está su hijo cuando se encuentre fuera de casa.

- ¿Tiene la persona encargada del cuidado del niño antecedentes de violencia, problemas de control de ira, abuso infantil o abuso de animales?
- ¿Tiene vicios como el consumo de alcohol o sustancias ilegales?
- Pregúntele cómo controla la situación del llanto, especialmente cuando el niño llora fuertemente y por períodos prolongados.
- Pregúntele cuánta experiencia tiene en el cuidado de niños que tienen la misma edad que el hijo de usted.
- Cuando la persona encargada del cuidado del niño está molesta o frustrada, ¿qué hace esta persona al respecto?
- ¿Está capacitada en primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar (CPR, siglas en inglés) para bebés y niños?
- ¿Sabe cómo reconocer cuando está enfermo su hijo?
- Pregúntele cómo controlaría situaciones difíciles como cuando un niño rehúsa tomar una siesta o la situación de un llanto incesante.
- Si esta persona se ha encargado del cuidado de otros niños, pídale referencias y verifíquelas.
- Averigüe los antecedentes penales de esta persona con la policía.
- Observe para darse cuenta si esta persona trata delicada y amorosamente a su hijo.
- Observe para darse cuenta si su hijo actúa temerosamente, está enfermo, lesionado o alterado después de haber estado con la persona encargada de su cuidado.
- Intente limitar el número de las personas que se encargan del cuidado de su hijo a no más de 3 personas distintas.
- Pregúntese a sí mismo, “¿Realmente confío en esta persona lo sufic

Para la persona encargada del cuidado de su hijo...

NUNCA sacuda a un bebé o a un niño. Podría causarle daño e incluso la muerte.

Está bien llamarme a mí o a alguien más para pedir ayuda si se siente abrumado, disgustado, enojado o frustrado.

Cómo comunicarse conmigo: _____

Números de emergencia: _____

A mi hijo le gusta que lo calmen y lo hagan sentir bien al:

Las rutinas habituales de mi hijo para comer, tomar siestas, cambios de pañal, etc., son las siguientes:

