

“My baby keeps on crying... I just want the crying to stop.”



Please... Never Shake A Baby!



Crying is a baby's way of communicating.

Hints to help a crying baby:

Be patient and see what your baby needs. Try these ideas:

- stay calm
- pick up the baby
- check the baby's diaper
- feed the baby
- burp the baby
- offer the baby a pacifier or toy
- see if the baby is too hot or cold



If these don't work try this:

- take the baby to a quiet room
- hold the baby against your chest and walk or rock gently
- take the baby for a ride in a car or stroller
- put the baby in an infant swing

If nothing works, call your Health Care Practitioner.

Lay the baby down on its back in a crib. Go to another room. Then give yourself a short break.

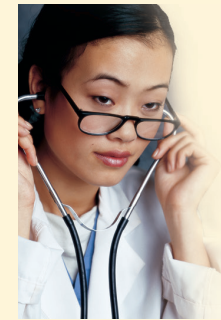
- Breathe slowly and deeply
- Listen to music
- Read
- Exercise
- Call a friend or relative to talk
- Call for help



Go back and check on the baby in 5 or 10 minutes.

Shaken Baby Syndrome

Shaking a baby or young child - even for a short time - can cause serious injuries such as:



- blindness
- mental retardation
- seizures
- cerebral palsy
- hearing loss
- paralysis
- broken bones
- speech or learning disabilities
- and even **death**

Babies and young children have large heads compared to the size of their bodies. When you shake a baby, it causes its head to snap back and forth. This can cause the blood vessels in the brain and eyes to rip and bleed and destroy brain cells. That is why shaking a baby or young child can lead to serious and often permanent damage. These head injuries are called Shaken Baby Syndrome. Violently shaking a baby will result in Shaken Baby Syndrome, a serious form of **child abuse**.

Never shake a baby or young child.

**For more information
Pennsylvania Department
of Health**

**1-877-PA HEALTH
(1-877-724-3258)**



REMEMBER

Sometimes babies cry no matter what you do.

If you think your baby has been shaken...

Go to the closest hospital emergency room. Signs of injury that could be caused from shaking include:

- irregular, difficult, or stopped breathing
- extreme crankiness
- seizures or vomiting
- tremors or shakiness
- limp arms and legs
- no reaction to sounds or acts lifeless
- difficulty staying awake

Stop-Calm Down-Get Help.

24 HOUR CRISIS HOTLINE



**CALL
1-800-4A CHILD
(800-422-4453)**

This 24 hour crisis hotline offers support, information, literature and referrals. Or, look in your phone book for the number of your county's crisis hotline.

Make good decisions in selecting the people who watch your child.



Share this pamphlet with all the people who watch your child.

“Meu bebê continua a chorar... Só quero que o choro pare.”



pennsylvania
DEPARTMENT OF HEALTH

Por favor... Nunca Sacuda um Bebê!



O choro é a forma do seu bebê comunicar.

Dicas para ajudar um bebê a chorar:

Seja paciente e veja o que seu bebê precisa. Tente estas ideias:

- fique calma
- pegue no bebê
- veja a fralda do bebê
- alimente o bebê
- coloque o bebê a arrotar
- ofereça ao bebê um brinquedo ou uma chupeta
- Veja se o seu bebê está demasiado quente ou demasiado frio



Caso não funcione, tente o seguinte:

- leve o bebê para uma sala tranquila
- peque no bebê junto ao seu peito e caminhe ou embale suavemente
- leve o bebê para um passeio no carro, ou no carrinho de bebê
- coloque o bebê numa cadeira de balanço para bebês

Caso nada funcione, telefone ao seu Prestador de Cuidados de Saúde.

Deite o bebê de costas num berço. Vá até outra sala. Tire um curto intervalo.

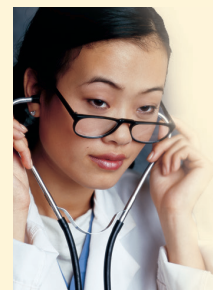
- Respire fundo e pausadamente
- Ouça música
- Leia
- Faça exercício
- Telefone a um amigo ou familiar para conversar
- Peça ajuda

Regresse para verificar o bebê dentro de 5 ou 10 minutos.



Síndrome de Bebê Sacudido

Sacudir um bebê ou uma criança - mesmo durante pouco tempo - pode causar lesões graves, tais como:



- cegueira
- atraso mental
- convulsões
- paralisia cerebral
- perda de audição
- paralisia
- ossos partidos
- dificuldades de aprendizagem ou na fala
- e até mesmo **morte**

Os bebês e crianças têm cabeças grandes em comparação ao tamanho dos seus corpos. Ao sacudir um bebê, faz com que a cabeça ande para trás e para a frente violentamente. Isto pode fazer com que os vasos sanguíneos no cérebro e nos olhos se rasguem e sangrem, destruindo células cerebrais. É por isso que sacudir um bebê ou uma criança pode provocar danos sérios e permanentes. Estas lesões na cabeça são chamadas de Síndrome de Bebê Sacudido. Sacudir violentamente um bebê resultará em Síndrome de Bebê Sacudido, uma forma séria de **abuso infantil**.

Nunca sacuda um bebê ou uma criança.

**Para mais informação
RECORDE-SE DE LIGAR
para o Departamento de
Saúde da Pensilvânia**

**1-877-PA HEALTH
(1-877-724-3258)**



Bebês por vezes choram, não importa o que fizer.

LEMBRE

Caso pense que seu bebê foi sacudido...

Vá para as emergências hospitalares mais próximas. Os sinais de lesões que podem ser provocadas ao sacudir incluem:

- respiração irregular, com dificuldade, ou paragem respiratória
- extrema irritabilidade
- convulsões ou vômitos
- tremores ou instabilidade
- braços e pernas flácidos
- nenhuma reação aos sons, ou falta de vivacidade
- dificuldade em permanecer acordado

Pare-Acalme-se-Peça Ajuda.

LINHA DE AJUDA 24-HORAS



**LIGAR
1-800-4A CHILD
(800-422-4453)**

Esta linha de ajuda 24-horas oferece apoio, informação, literatura e referências. Ou veja na sua lista telefônica o número da linha de apoio de seu país.

Tome boas decisões ao selecionar as pessoas que vigiam a sua criança.



Partilhe este panfleto com todas as pessoas que ficam com a sua criança.