
Síndrome del niño zarandeado: Lo que todos deberíamos saber

¿Qué es el síndrome del bebé zarandeado o sacudido?

También se llama '*Trauma Craneal No accidental*'. Es la forma de maltrato infantil más frecuente. Se refiere a las graves lesiones que sufren los niños pequeños cuando son zarandeados violentamente y su cabeza se mueve bruscamente hacia delante y detrás.

¿Quién está en riesgo de sufrir el "síndrome del bebé sacudido"?

Suele producirse cuando el bebé llora mucho y el cuidador pierde el control y zarandea al niño. La agresión ocurre al perder el control al no lograr calmar el llanto. Esta sacudida, aunque sea breve, puede producir graves lesiones. Suele ocurrir en menores de 2 años. Es una edad en la que la cabeza es proporcionalmente mayor que el cuerpo y los músculos del cuello aún son débiles. Es más frecuente de lo que se pueda pensar. Llegan a darse hasta 20 casos por cien mil niños.

¿Qué lesiones puede causar zarandear a un bebé?

El zarandeo violento empuja el cerebro hacia delante y detrás dentro del cráneo. Esto hace que se rompan vasos sanguíneos. Así, se producen graves lesiones cerebrales (hemorragias e infartos cerebrales) y oftalmológicas (hemorragias, desprendimiento de retina y ceguera). Al sujetar con fuerza al niño mientras se le sacude también se pueden dar lugar a fracturas de costillas y a la asfixia del niño. Si al final se lanza al bebé sobre una superficie dura (suelo o pared), o incluso blanda (colchón, sofá) también pueden producirse fracturas craneales o en otros sitios. El 30% de los niños fallece. El 80% de los supervivientes queda con secuelas neurológicas graves. Por ejemplo, [retraso psicomotor](#), [parálisis cerebral](#), [epilepsia](#) y ceguera.

¿Cómo prevenir el "síndrome del bebé sacudido"?

NUNCA sacuda a un bebé. Ni al jugar, ni por enfado o para que se calme. También sacudirlo suavemente puede llegar a ser una sacudida violenta, cuando se está enojado. Se debe hablar con cualquier persona que vaya a cuidar de su bebé sobre el riesgo de zarandearlo y sobre cómo evitarlo.

¿Puede lesionar a su bebé sin darse cuenta?

Los juegos tranquilos como elevarlo dulcemente en el aire, trotar con el niño a cuestas o en nuestras rodillas, no causan lesiones cerebrales. Las caídas accidentales desde alturas de menos de 1,5 metros tampoco dan lugar a las graves lesiones que produce el zarandeo.

¿Cuáles son los síntomas de un niño zarandeado?

Puede ser que el niño no tenga síntomas inmediatamente. Pero con cada zarandeo el daño neurológico es mayor. Los síntomas dependen de las veces que el bebé haya sido zarandeado y de la fuerza con la que se haya hecho. Se producen hemorragias, falta de oxígeno y aumento de la presión dentro de la cabeza. Aparecen somnolencia, vómitos, fontanela abombada, aumento del perímetro craneal, [crisis epilépticas](#) o incluso una [parada cardiorrespiratoria](#) en el momento del zarandeo.

¿Qué puede hacer cuando llora inconsolablemente su bebé?

Un bebé llora, a veces mucho. No hay ninguna técnica milagrosa para calmarlo. Si a pesar de intentarlo, sigue llorando, no quiere decir que lo esté haciendo mal. Tampoco que su bebé esté enfermo. Si el llanto del bebé pone muy nervioso a uno de los padres, es mejor que LO CALME aquél que esté más relajado. Si está solo y comienza a sentirse frustrado deje al niño en su cuna, boca arriba. Salga de la habitación para tomar un respiro y calmarse. Vigile cada 10-15 minutos que el niño sigue bien. El llanto no daña a su bebé. Puede que logre calmarse solo. Es normal que este tipo de llanto cause frustración, rabia e impotencia en el cuidador. Lo importante es no responder violentamente zarandeando al bebé para que se calle.

Cuando su hijo llora, ¿qué hacer? Algunas recomendaciones

- Lo más importante: estar tranquilo. Transmítale su tranquilidad al niño. No pierda la calma. Y NUNCA, NUNCA zarandee al bebé.
- Cójale en brazos pronto. No espere a que el llanto vaya a más. Póngale al pecho o en contacto 'piel con piel'. Si no toma pecho ofrézcale [un chupete](#) para que lo succione.
- Asegúrese de que no tiene hambre, frío ni calor. Que tiene el pañal limpio. Compruebe que no tiene dolor ni tiene signos de estar enfermo, como fiebre o mal color.
- Paséele en brazos. Pruebe sobre el hombro o boca abajo con una mano sobre la tripa. O con un [pañuelo portabebés](#) o mochila. Sáquelo de paseo, en su cochecito, o en el coche familiar (en una [silla de seguridad](#) adecuada).
- Hágale escuchar zumbidos. Por ejemplo el ruido de una aspiradora, un secador, una bañera llenándose de agua o un CD de ruido blanco.
- Llame a un amigo o familiar para que cuide del bebé mientras usted se toma un respiro.
- Si nada de esto funciona y nadie le puede relevar, ésta es la recomendación más importante mientras usted se calma:
 - **Coloque al bebé en su cuna [boca arriba](#).**
 - **Salga de la habitación y relájese. Si es preciso, cierre la puerta para no escuchar el llanto.**
 - **Vuelva a ver cómo está el bebé cada 10-15 minutos para comprobar que continúa bien.**
- Lleve al niño al pediatra si nada parece ayudarle y no deja de llorar, por si alguna razón médica pudiera explicar su inquietud.
- **Si piensa que un niño está en peligro inmediato por maltrato o descuido, debe llamar al número local de emergencias (112) o 116111 (Teléfono de atención al menor).**

- Si el niño deja de respirar antes de que llegue la ayuda de emergencia, comience a hacer maniobras básicas de reanimación cardio-pulmonar (RCP básica).

Te interesa leer más...

- **Prevención del 'Trauma Craneal No Accidental'**. Síndrome del bebé zarandeado. Gobierno de La Rioja. Puedes ver [aquí](#) o pinchando en la imagen el [díptico informativo](#).

¿QUÉ PUEDO HACER SI MI BEBÉ LLORA MUCHO?

1. Ante todo, mantener la calma.
2. Asegurarse de que:
 - No tiene hambre.
 - No tiene frío.
 - No tiene fiebre.
 - Tiene el pañal seco. Lo normal es que moje varios pañales al día y no presente diarrea ni sangre en las heces.
 - No vomita en exceso.
3. Alimentarle despacio, hacer pausas para que expulse los gases.
4. Si utiliza chupete, ofrecérselo.
5. Ponerle "piel con piel".
6. Hablarle dulcemente, cantarle o ponerle "ruidos blancos" de fondo (una bañera llenándose de agua, un secador...).
7. Ponerle boca abajo, bien sujeto con una mano sobre su abdomen o colocarle en un portabebés o mochila.
8. Sacarle en su cochecito o en un portabebés.
9. Llamar a un familiar o amigo mientras se toma un respiro y descansa.
10. Si el bebé sigue sin calmarse, llevarlo a su pediatra.

Depósito legal: L. 8.1379-2018

RECUERDE: **JAMÁS LO ZARANDEE**

Trauma craneal no accidental

Síndrome del bebé zarandeado



- Campaña de prevención del síndrome del niño zarandeado. Vídeo informativo para la **Prevención del 'Trauma Craneal No Accidental'**. *Fundación Mutua Madrileña* y el Hospital Universitario '12 de Octubre' se unen para alertar sobre los peligros que supone zarandear a los bebés. Esta campaña surge con el objetivo de formar para evitar el 'trauma craneal no accidental' más conocido como 'síndrome del niño zarandeado', dando consejos sobre qué es el llanto del bebé y como aliviarlo. Diciembre 2017 (accede al [vídeo aquí](#)).

Fecha de publicación: 20-11-2012

Última fecha de actualización: 25-09-2018

Autor/es:

- [Noemí Nuñez Enamorado](#). Pediatra. Sección de Neuropediatría y Neuropsicología infantil. Hospital Universitario '12 de Octubre'. Madrid
- [Grupo PrevInfad](#). Prevención en la infancia y adolescencia (PrevInfad). Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)

