



NEVER SHAKE YOUR BABY

ACTING OUT YOUR ANGER OR
FRUSTRATION CAN CAUSE BRAIN INJURY.

Keep Calm
Handle Gently
Be Loving

TIPS FOR CALMING A CRYING BABY

First, fix what you can.

- Is Baby hungry, wet, too cold, or too hot?
- Did Baby just eat and needs to burp?
- Does Baby have a fever? Seem sick? Call your doctor.

Nothing's wrong? Sometimes babies just cry!

- Turn on some calm music, dance and sing with Baby.
- Take Baby for a car ride or a walk if weather permits.
- Walk around your home with Baby cuddled in your arms.
- Rub or gently pat Baby's back.
- Give Baby a warm bath.

Baby feels your tension.

- Take deep breaths to calm yourself.
- Call a trusted friend or relative to give you a break.
- Place Baby in crib or safe place and walk away for a minute — wash your face, do some stretching, relax.

Sometimes, none of these tips work.
You are strong enough to get through
this rough time and the crying will end!



NATIONAL CHRIST CHILD SOCIETY
WHERE LOVE LEADS TO ACTION



NUNCA SACUDAS A TU BEBÉ

EXTERIORIZAR TU ENOJO O FRUSTRACIÓN
PUEDE CAUSAR LESIONES CEREBRALES.

Mantén la calma
Trátalo con suavidad
Sé amable

CONSEJOS PARA CALMAR A UN BEBÉ QUE LLORA

Primero, soluciona lo que puedas.

- ¿El bebé tiene hambre, está húmedo, tiene demasiado frío o demasiado calor?
- ¿El bebé acaba de comer y necesita eructar?
- ¿El bebé tiene fiebre? ¿Parece enfermo? Llama a tu médico.

¿Nada está mal? ¡A veces, los bebés simplemente lloran!

- Pon música tranquila, baila y canta con el bebé.
- Lleva al bebé a un paseo en coche o a una caminata si el tiempo lo permite.
- Camina alrededor de tu casa con el bebé acurrucado en tus brazos.
- Frota o palmea suavemente la espalda del bebé.
- Baña al bebé con agua tibia.

El bebé siente tu tensión.

- Respira hondo para calmarte.
- Llama a un amigo o familiar de confianza para que puedas tomarte un descanso.
- Coloca al bebé en la cuna o en un lugar seguro y aléjate por un minuto (lávate la cara, haz algo de estiramiento, relájate).

A veces, ninguno de estos consejos funciona.
¡Tú eres lo suficientemente fuerte como para
superar este momento difícil y el llanto cesará!



NATIONAL CHRIST CHILD SOCIETY
WHERE LOVE LEADS TO ACTION