



## Síndrome del niño zarandeado



### ¿Qué es el síndrome del niño zarandeado?

El síndrome del niño zarandeado es el conjunto de lesiones cerebrales que se producen al sacudir vigorosamente a un bebé. Es relativamente frecuente: se estima que su incidencia en el mundo es de 20-25 casos por cada 100 000 niños menores de dos años. En España, de los 450 000 niños nacidos al año, unos 100 pueden padecer este síndrome.

### ¿Cómo se produce?

La cabeza de los bebés es mucho más grande respecto a su cuerpo que la de los niños mayores y los adultos, de hecho supone casi el 25% de su peso. Además, los músculos del cuello son débiles e incapaces de sujetar bien la cabeza y su cerebro, más blando y con vasos sanguíneos más frágiles, es más vulnerable. Al zarandear al bebé, el cerebro golpea contra las paredes del cráneo produciendo inflamación o sangrado en el cerebro y sus envolturas, sangrado en la retina (parte posterior del ojo) y lesiones en la médula espinal a nivel del cuello. Menos de cinco segundos de zarandeo son suficientes para provocar un daño de esta gravedad, que será mayor si termina con un golpe contra el colchón de la cuna o el sofá. Inicialmente, el niño puede estar adormilado o poco reactivo o, por el contrario, puede estar irritable; también puede tener vómitos o convulsiones.

El motivo más frecuente es un llanto inconsolable y prolongado que provoca la frustración y el enfado del cuidador, que finalmente zarandea al niño. Otra causa es el intento de  ante una situación que el cuidador entiende como amenazante para su vida (un espasmo del sollozo, un atragantamiento o un ataque de tos).

Lanzar al bebé al aire jugando no conlleva riesgo de daño cerebral, siempre y cuando el juego no sea muy violento (lanzar de manera repetida a alturas mayores de 20 cm). Sin embargo, hay que evitar este tipo de juegos porque el niño se puede caer y lesionarse.

### ¿Se curan los niños zarandeados?

El síndrome del niño zarandeado produce con frecuencia secuelas a largo plazo. Uno de cada diez niños que sufren un zarandeo grave, fallece. De los supervivientes, la mitad queda con secuelas graves e irreversibles, como parálisis cerebral, retraso mental, ceguera o epilepsia.

Los niños que han sido sacudidos con menos intensidad, pero de manera repetida, pueden desarrollar dificultades para aprender a hablar, tener falta de coordinación motora o problemas de aprendizaje.

### ¿Cómo prevenir el síndrome del niño zarandeado?

El síndrome del niño zarandeado se puede prevenir en todos los casos. Hay que recordar que, aunque no haya intención de hacerle daño, la fuerza de un adulto resulta más que suficiente para provocar lesiones graves en un bebé.

- En caso de que el niño se quede  respiración  (espasmo del sollozo, ataque de tos, [atragantamiento](#), etc.) hay que cogerlo en brazos colocándolo boca abajo o manteniéndolo sentado, inclinado hacia delante y

sujetando la cabeza; se le puede frotar la espalda o darle golpes suaves con la mano abierta. Nunca se debe agitar al niño.

- Los niños pueden llorar por muchas causas: por hambre, porque necesita que le cambien los pañales, porque está cansado y somnoliento y no puede dormirse. Puede tener dolor o estar iniciando una enfermedad. Los padres han de buscar la causa y, en cualquier caso, intentar tranquilizarlo cogiéndole en brazos, acariciándole y hablándole de forma suave o meciéndole.
- En caso de llanto prolongado se pueden poner en práctica [una serie de medidas](#) que [alivien al niño](#) y que ayuden al cuidador a no agobiarse y no perder la paciencia.
- ¡NUNCA SE DEBE ZARANDEAR A UN NIÑO!

Artículo publicado el 17-12-2014, revisado por última vez el 24-8-2023

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

**Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:**

<https://enfamilia.aeped.es/prevencion/sindrome-nino-zarandeado>