

---

## Evaluación Final: Educación e Información sobre el Síndrome del Bebé Sacudido (SBS)

**Institución:** [Nombre de la Institución]

**Curso:** Prevención del Traumatismo Craneoencefálico por Abuso

**Nombre del Alumno:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**Duración Estimada:** 120 Minutos

### Instrucciones Generales:

Esta evaluación está diseñada para valorar su comprensión integral de los conceptos presentados en la clase. Su objetivo es medir no solo su conocimiento sobre el Síndrome del Bebé Sacudido, sino también su capacidad para aplicar estrategias de prevención y manejo del estrés. Responda con claridad, empatía y la seriedad que este tema merece.

---

### Parte 0: Análisis de Caso de Estudio (Tiempo estimado: 30 minutos)

**Instrucciones:** Lea detenidamente el siguiente caso de estudio. Luego, responda a la pregunta que se plantea, aplicando su conocimiento sobre los factores de riesgo, el llanto inconsolable y las estrategias de prevención.

#### Caso de Estudio: "La Noche de Marcos"

Marcos es un padre primerizo de 22 años. Su pareja, Sofía, ha vuelto a trabajar, dejándolo solo por primera vez durante la noche con su bebé de 2 meses, Lucas. Lucas ha estado llorando sin parar durante tres horas. Marcos ha revisado el pañal, le ha dado el biberón y lo ha acunado hasta que le duelen los brazos. Se siente agotado, aislado y cada vez más frustrado. Piensa: "¿Qué estoy haciendo mal? ¿Por qué no se calla? Sofía lo haría mejor". El llanto agudo de Lucas se siente como un ataque personal. La frustración se convierte en una oleada de ira. En su desesperación, recuerda a su propio padre diciendo: "A veces, una buena sacudida es lo único que los calma".

A punto de perder el control, Marcos recuerda una clase de preparación para padres a la que asistió. En su mente, aparecen tres ideas clave que discutieron:

1. El concepto del "Período de Llanto PURPLE".
2. La regla de "poner al bebé en un lugar seguro y alejarse".
3. La importancia de tener un "plan de acción" y una "red de apoyo".

#### Pregunta de Desarrollo del Caso:

Como profesional que ha impartido la clase sobre prevención del SBS, analice la situación de Marcos. Su respuesta debe demostrar su capacidad para aplicar los conceptos de la clase a un escenario de la vida real.

1. **Identificación de Factores de Riesgo:** Identifique al menos **cuatro factores de riesgo** específicos presentes en la situación de Marcos que aumentan la probabilidad de que ocurra una sacudida.
2. **El Poder de la Educación (Cambio de Perspectiva):** Explique cómo recordar el concepto del **Período de Llanto PURPLE** puede cambiar radicalmente la perspectiva de Marcos en ese momento. ¿Cómo pasa de pensar "¿Qué estoy haciendo mal?" a entender la situación de una manera no personal y más manejable?
3. **El Plan de Acción en Crisis:** Describa, paso a paso, el plan de acción que Marcos debería seguir, comenzando con la regla de oro de "**poner al bebé en un lugar seguro y alejarse**". Incluya al menos **dos técnicas de autorregulación emocional** que Marcos podría usar en los siguientes 5-10 minutos para calmar su propio sistema nervioso.
4. **Activación de la Red de Apoyo:** ¿Por qué es crucial que el siguiente paso de Marcos sea **pedir ayuda**? Describa cómo debería haber sido la "conversación proactiva" que Marcos debería haber tenido con alguien de su red de apoyo (su pareja, un amigo, un familiar) *antes* de esta noche de crisis.

(Utilice el espacio a continuación para su respuesta)

---

## Parte 1: Verdadero o Falso (Tiempo estimado: 15 minutos)

**Instrucciones:** Marque con una (V) si la afirmación es verdadera o con una (F) si es falsa, según los conceptos presentados en la clase.

1. ( ) El Síndrome del Bebé Sacudido es 100% prevenible a través de la educación y el apoyo a los cuidadores.
  2. ( ) El término médico actual preferido es "Traumatismo Craneoencefálico por Abuso" (TCA), ya que a menudo la lesión incluye un impacto, no solo la sacudida.
  3. ( ) La principal causa del daño cerebral en el SBS es el golpe directo de la cabeza del bebé contra una superficie dura.
  4. ( ) Sentir frustración o ira ante el llanto inconsolable de un bebé te convierte en un mal padre o cuidador.
  5. ( ) El 80% de los bebés que sobreviven a una sacudida se recuperan completamente sin secuelas a largo plazo.
  6. ( ) El "Período de Llanto PURPLE" es una fase anormal del desarrollo que indica que el bebé tiene cólicos severos.
  7. ( ) La regla de oro ante la pérdida de control es poner al bebé en un lugar seguro (como su cuna, boca arriba) y tomarse un descanso para calmarse.
  8. ( ) Pedir ayuda cuando te sientes abrumado es un signo de debilidad y fracaso como cuidador.
  9. ( ) Los hombres (padres o parejas de la madre) son estadísticamente los perpetradores más comunes en los casos severos de SBS.
  10. ( ) La "tríada clásica" de lesiones en el SBS incluye hematoma subdural, hemorragias retinianas y edema cerebral.
-

## Parte 2: Opción Múltiple y Desarrollo (Tiempo estimado: 35 minutos)

**Instrucciones:** Elija la mejor respuesta para cada pregunta. Luego, para cada pregunta, **explique brevemente por qué las otras dos opciones son incorrectas**, basándose en los principios de la clase.

**1. ¿Cuál de las siguientes características anatómicas NO hace a un bebé especialmente vulnerable al SBS?**

- a) Músculos del cuello débiles e inmaduros.
- b) Una cabeza proporcionalmente grande y pesada.
- c) Huesos del cráneo completamente fusionados y rígidos.

- **Explicación de las opciones incorrectas:**

- o Opción ( ):
- o Opción ( ):

**2. La "P" en el acrónimo PURPLE Crying se refiere a "Peak of Crying" (Pico de llanto). ¿Qué significa esto?**

- a) Que el llanto es extremadamente agudo y doloroso para los oídos.
- b) Que el llanto aumenta en las primeras semanas, alcanza su máxima intensidad alrededor del segundo mes y luego disminuye.
- c) Que el bebé llora principalmente cuando está en la cima de una montaña o en un lugar alto.

- **Explicación de las opciones incorrectas:**

- o Opción ( ):
- o Opción ( ):

**3. ¿Cuál de los siguientes es un síntoma sutil pero común del SBS que podría ser fácilmente confundido con una enfermedad leve?**

- a) Pérdida total del conocimiento o coma.
- b) Vómitos inexplicables y letargo o somnolencia extrema.
- c) Huesos visiblemente rotos en brazos y piernas.

- **Explicación de las opciones incorrectas:**

- o Opción ( ):
- o Opción ( ):

**4. La clase magistral describe la instrucción de seguridad de los aviones ("póngase su propia máscara de oxígeno primero") como una analogía perfecta para la crianza. ¿Qué representa la "máscara de oxígeno" para un cuidador?**

- a) Ignorar las propias necesidades para centrarse exclusivamente en las del bebé.
- b) Reconocer y gestionar activamente el propio estrés y buscar apoyo, ya que es una necesidad para poder cuidar de forma segura.
- c) La capacidad de soportar cualquier nivel de estrés sin quejarse ni pedir ayuda.

- **Explicación de las opciones incorrectas:**

- o Opción ( ):
- o Opción ( ):

---

### Parte 3: Ensayo de Desarrollo Extenso (Tiempo estimado: 40 minutos)

**Instrucciones:** Responda a la siguiente pregunta de manera extensa y detallada. Su respuesta debe ser una síntesis de los conceptos clave del curso, demostrando una profunda reflexión y la adopción de una mentalidad preventiva y de apoyo.

#### Pregunta de Ensayo:

La clase enfatiza que la prevención del Síndrome del Bebé Sacudido no radica en la vigilancia o el castigo, sino en una estrategia de empoderamiento basada en tres pilares: **educación, validación emocional y un plan de acción proactivo.**

Imagine que usted está a cargo de crear el contenido para un folleto o una página web para padres primerizos, titulado "La Fortaleza en la Fragilidad: Su Guía para Sobrevivir al Llanto y Proteger a su Bebé". Su objetivo es transmitir los mensajes más importantes de la clase de una manera clara, empática y empoderadora.

Escriba el texto para este recurso, estructurándolo en tres secciones principales:

1. **Comprender la Tormenta (Educación):** Explique el **mecanismo del daño** del SBS de una manera simple pero impactante (puede usar la analogía del frasco y la yema de huevo). Luego, dedique la mayor parte de esta sección a explicar el **Período de Llanto PURPLE** como una fase normal, no como un problema a "arreglar". El objetivo es despersonalizar el llanto y reducir la culpa del cuidador.
2. **Validar sus Sentimientos (Apoyo Emocional):** Escriba una sección dirigida directamente al cuidador, validando la frustración, el agotamiento y la ira como sentimientos **normales y humanos** en esta etapa. Explique por qué el autocuidado no es egoísmo, sino "la máscara de oxígeno" necesaria. Desmantele el mito del "padre/madre perfecto".
3. **Su Plan de Seguridad (Acción Proactiva):** Cree una "caja de herramientas" clara y práctica. Primero, detalle la **Regla de Oro** (bebé seguro en la cuna, tómese un descanso). Segundo, ofrezca una lista de al menos **tres técnicas de autorregulación** que se puedan usar en 5 minutos. Tercero, guíe al lector sobre cómo **construir su red de apoyo** y tener la "conversación proactiva" con las personas de confianza.

Concluya su ensayo con un mensaje final poderoso que refuerce que la verdadera fortaleza de un cuidador no reside en nunca sentirse abrumado, sino en saber qué hacer cuando eso sucede.

(Utilice el espacio a continuación para su ensayo)