

ESPASMOS DEL SOLLOZO 哭泣痉挛

¿QUÉ SON LOS ESPASMOS DEL SOLLOZO? 什么是哭泣痉挛?

Son episodios que ocurren tras un susto, una caída, un golpe o una regañina. El niño deja de respirar bruscamente y comienza a ponerse morado o pálido, finalmente, suele llorar. La recuperación es completa y rápida, en menos de un minuto, aunque puede estar algo somnoliento.

是一种受到惊吓，摔倒，打击或吼叫后出现的情况。儿童会突然呼吸暂停，肤色开始变紫红或苍白，最后，开始哭泣。但是不到一分钟，症状就会有充分快速的恢复，虽然这时，儿童还会有一些的昏沉懵懂。

¿QUÉ DEBE HACER EN CASA? 在家中如何护理?

- Los espasmos del sollozo son episodios que suelen ceder espontáneamente en pocos segundos, sin necesidad de hacer nada.

哭泣痉挛是一种在数秒内就可以自然减弱的现象，没有过于担心的必要。

- Lo principal es mantener la calma. Evite agitarle o golpearle ya que esto no hará que el espasmo termine más rápidamente. Tampoco es necesario realizar respiración boca-boca, ni otra maniobra de reanimación.

最主要的就是保持镇静。避免摇晃或碰击儿童，因为这样一来，将不会使痉挛快速结束。也没有使用人工呼吸或其他重新激活手段的必要。

- Es importante no mostrar excesiva preocupación para que el niño no obtenga ventajas y no se provoque más episodios.

不要表现出过多的担心，以免对儿童造成影响以至诱发更多不好的症状。

- No se angustie porque el niño llore o tenga rabietas. Siga reprendiéndole y corrigiéndole cuando sea necesario.

不要因为小孩哭泣就愁闷无助或暴躁恼怒。在必要时，依然需要对其进行责备和纠正。

¿CUÁNDO DEBE CONSULTAR EN UN SERVICIO DE URGENCIAS? 何时应该求助于急诊?

- Si se trata de un niño menor de 6 meses.

如果小孩不足6个月。

- Si tarda en recuperarse más de 5 minutos.

如果超过5分钟，依然没有恢复。

- Si el niño no está completamente normal después del episodio.

在痉挛症状之后，如果小孩还没有完全充分正常。

- Cuando el espasmo no haya sido desencadenado por un traumatismo, un susto, una frustración o una regañina.

如果因为创伤，惊吓，摔倒或吼叫造成的痉挛无法恢复正常。

CUESTIONES IMPORTANTES 重要提示

- Es un cuadro **BENIGNO** que no produce daños ni a corto ni a largo plazo.

是一种良性无害现象，在短期或长期内均不会造成损害。

- Son muy frecuentes en la infancia. Afectan sobre todo a niños de 2-3 años aunque se pueden repetir hasta los 5 años.

在幼儿期很常见。尤其是发生在2至3岁的儿童身上，并且该症状还可以一直复发到5岁。

- Algunos niños pueden perder el conocimiento unos segundos durante el espasmo e, incluso, tener 2 ó 3 sacudidas de brazos o piernas sin que ello empeore el pronóstico.

有些儿童会在痉挛时，在数秒内丧失知觉，甚至手臂和腿部会在2, 3秒内不停颤抖，但症状不会恶化。

- Es habitual que alguno de los padres o algún hermano haya presentado episodios similares.

有些父母或兄弟表现出相似的症状也是常见现象。