



Calmar a un bebé lactante con cólico

El llanto generalmente está relacionado con hambre, y dar de mamar o alimentar al bebé es la solución obvia. Sin embargo, hay períodos de llanto que no tienen una causa obvia ni una solución fácil, y esto es un problema para muchos padres y madres. Aquí hay algunas sugerencias. Intente con varias. Puede que una funcione hoy y que otra funcione mañana. Sea flexible y recuerde que esto “también pasará”.

Síntomas:

Periodos de llanto inconsolable
El bebé aprieta los puños
El bebé dobla las piernas, las trae hacia el abdomen
El bebé se pone rígido/tieso, como si tuviese dolor
Pasa gas/pedos
Hace muecas

Causas posibles (puede haber más de una):

Sistema gastro-intestinal inmaduro
Sistema nervioso sensible
Exceso de gas o sobre-alimentación
Intolerancia a la formula
Reacción a los alimentos que comió la madre
Sobre-estimulación

Posibles Remedios:

- ✓ Sostenga a su bebé en contacto piel a piel varias veces al día
- ✓ Movimiento de cualquier tipo: camine con el bebé en brazos, use el columpio para bebés, muévelo en sus brazos de lado a lado, siéntese en la silla mecedora, muévelo de lado a lado mientras Ud. está de pie, llévelo de paseo en el coche o en el automóvil, cárguelo en el porta-bebé
- ✓ Gotas para cólicos disponibles en la farmacia sin receta médica (pregunte primero a su medico)
- ✓ Cante o tararee
- ✓ Tome un descanso, deje que otra persona lo intente; los bebés sienten su tensión
- ✓ Sonidos de fondo neutros (agua que corre, la aspiradora, el secador de pelo, el secador de ropa)
- ✓ Grabaciones de ritmos Fuertes que simulan los sonidos intra-uterinos (disponibles comercialmente)
- ✓ Envuelva al bebé en una manta cuando llora
- ✓ Desvista al bebé y permítale complete libertad de movimiento
- ✓ Evite la sobre-estimulación causada por ruidos, luces o movimiento
- ✓ Distraiga al bebé con sonidos diferentes, sitios o lugares distintos
- ✓ Ponga presión suavemente sobre el abdomen de su bebé. Sostenga al bebé en la “posición de cólico” (mirando hacia el suelo, sostenido en su brazo, y con la parte baja de la mano sobre el abdomen del bebé hacienda presión). Sostenga al bebé sobre su hombro o sobre sus rodillas.
- ✓ Mueva las piernas de su bebé hacienda movimiento de bicicleta
- ✓ Tome una clase de masaje infantil
- ✓ Mantenga un diario o registro de comidas para ver si alguna comida en particular le molesta a su bebé (las comidas que Ud. ingiere demoran 4 a 6 horas en llegar al bebé)
- ✓ Consulte con una Consultora de Lactancia. Es posible que ella le sugiera dar de mamar de un solo seno por sesión de alimentación o alguna otra técnica para equilibrar la cantidad de calostro y de leche final que su bebé recibe en cada alimentación.
- ✓ Contacte a su medico para que le dé otras explicaciones y soluciones.



“Colic hold”