

¿Qué Debo Hacer Cuando Mi Recién Nacido Llora?

Los nuevos padres esperan con anticipación el día cuando estén en casa con su recién nacido. El ambiente familiar del hogar es donde su nueva relación florecerá. Una de las cosas más importantes que los padres aprenden es lo que deben hacer cuando el bebé llora. Los recién nacidos lloran para expresar necesidades como hambre o incomodidad. Estas son las primeras formas de comunicación vocal. Los recién nacidos también lloran cuando no se sienten bien. Si han usado las siguientes sugerencias sin éxito, si su bebé se comporta diferente que lo usual, o si le preocupa que su bebé esté enfermo, llame a su pediatra o enfermera especialista.

¿Porqué está mi bebé llorando?

- Puede ser que su bebé tenga hambre, sobre todo si la última alimentación pareció ligera o se hizo hace dos horas. A veces, los padres pueden aprender a distinguir un llanto de hambre de otros llantos (quejidos).
- Puede ser que su bebé tenga calor o frío. Fíjese si su bebé tiene mucha o poca ropa
- El pañal de su bebé puede estar mojado causándole molestias. Quizás un cambio de pañal sea todo lo que necesite.
- A veces los bebés se aburren y necesitan un cambio de posición o ubicación para que tengan algo nuevo para ver o explorar.

¿Qué puedo hacer cuando he intentado estas sugerencias pero mi bebé no para de llorar?

Algunos expertos y padres creen que los bebés lloran para soltar tensiones. Su bebé se está ajustando a un ambiente nuevo y nuevas sensaciones que nunca había experimentado antes. El responder a todos estos sonidos nuevos, imágenes nuevas, sabores nuevos y sensaciones puede ser difícil para un bebé. Al fin del día puede ser que su bebé sólo necesite llorar.

Los recién nacidos pueden ser muy sensibles a cambios ambientales o están sobrecargados para recibir nuevas sensaciones que nunca habían tenido antes. Quizás usted quiera experimentar distintos niveles de luz o sonidos. Puede descubrir las condiciones ambientales que le ayuden a su bebé a estar alerta, juguetón o que ayuden a su bebé a que esté calmado, tranquilo, y listo para dormir.

¿Qué hago cuando el llanto de mi bebé parece impredecible y es prolongado?

Esto puede ser una señal de cólico. Aunque el cólico ha sido estudiado por muchos expertos médicos, no hay una definición aceptada universalmente de lo que es un cólico. Una definición práctica sería un llanto recurrente e inconsolable en un bebé que está saludable y bien alimentado. Hay muchas diferentes ideas acerca de las causas del cólico. Por ejemplo, algunos pediatras creen que el cólico es causado por problemas digestivos, mientras que estudios nuevos muestran que el nivel elevado de algunas hormonas en el bebé recién nacido puede ser la causa. Es también posible, que dos o más causas puedan producir cólico.

El cólico usualmente empieza a las tres semanas de edad. Su bebé puede ser afectado por cólico si le da pecho o biberón. De siete a 25 por ciento de todos los bebés padecen de cólico, y no hay diferencias entre niños y niñas. Los cólicos generalmente se terminan cuando los bebés tienen de tres a cuatro meses de edad.

¿Qué debo hacer?

Aquí hay una lista de cosas que muchos padres han hallado útil cuando tratan de consolar a su bebé:

- Pruebe un Snuggli o portador infantil que mantiene al bebé cerca de su cuerpo.
- Vaya a dar un paseo en carro.
- “Cosas ruidosas” pueden ser confortables para el bebé — prenda la aspiradora, o ponga el ruido estático de una radio.
- Un columpio de bebé.
- Envuelva a su bebé fuertemente en sus brazos.
- Experimente con un cambio de ambiente tal como un cuarto quieto y oscuro.
- Cambie al bebé de posición; póngalo encima de sus hombros o sus rodillas.
- Toque cintas de un corazón palpitando, “cintas de sonidos del vientre.”
- Cuídese usted.
- No tenga miedo de pedir ayuda.

No estoy a gusto o cómoda si mi bebé llora por más de cinco minutos. ¿Qué puedo hacer?

Muchos padres se sienten de esta manera. Cuando los niños mayores o adultos lloran es generalmente porque están tristes, enojados, o con dolor. Ellos tienen palabras para expresar sus sentimientos y pueden pedir ayuda. Entonces el oyente puede hacer algo útil para ayudar. Pero cuando un infante tiene cólico, los padres tienen que escuchar los lamentos de su bebé, muchas veces sintiendo que han tratado de ayudar pero han fracasado. El bebé parece tener pena y dolor, y parece no haber ningún fin a la vista.

Muchos padres se sienten culpables inadecuados porque son incapaces de ayudar. Estos son sentimientos normales. Es importante recordar que los padres o quienes cuidan a los bebés, no son culpables, porque ellos no causan los cólicos.

Muchos padres también sienten resentimiento hacia el bebé porque piensan que ha venido a perturbar una casa relativamente pacífica. Si está resentido con el bebé también se sentirá culpable. Estos sentimientos son normales. Está bien tomarse un descanso cuando lo necesite. Está bien pedir ayuda a la familia, amigos, y vecinos. Recuerde, los cólicos terminan a los tres o cuatro meses y los bebés salen saludables y felices.

Mi bebé llora cuando _____.

Cuando mi bebé no llora disfrutamos _____.

Pregunte a su doctor, enfermera especialista acerca de:

Cambios al amamantar, tales como cambios de pezón, posición para alimentar, o fórmulas.

Para más información:

The Disney Encyclopedia of Baby and Child Care edited by Judith Palfrey et al., 1999

Touchpoints by T. Berry Brazelton, 1994

What to Expect the First Year by Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff, and Sandee Eisenberg Hathaway, 1996