

Regularmente, los bebés lloran mucho durante sus primeros meses de vida. De hecho, es normal que los bebés sanos lloren desde 2 hasta 3 horas al día mientras maduran y se acostumbran a la vida fuera del útero. Estos son algunos datos útiles que debes saber:

El estómago de tu bebé todavía está en desarrollo.

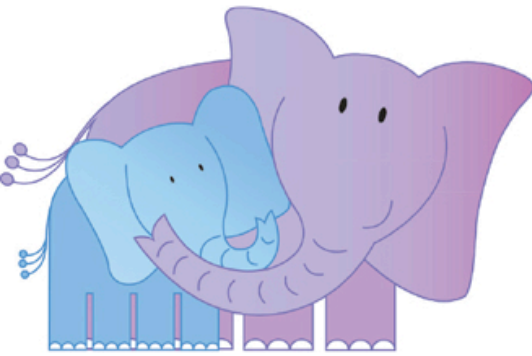
Durante el primer año de vida, su aparato digestivo sigue madurando y tu bebé puede devolver la leche o fórmula. Normalmente esto no es perjudicial, pero el malestar puede hacer que algunos lloren. Mantén a tu bebé erguido durante por lo menos media hora después de alimentarlo. Esto ayuda a que no devuelva lo que ha comido.

Los bebés tienen gases... ¡y muchos!

Durante la alimentación, los bebés pequeños pueden tragar aire hasta que adopten un ritmo adecuado para chupar, respirar y pasar su comida. Los gasecitos pueden acumularse cuando la leche materna o la fórmula no le sientan bien al bebé. El llanto puede ser un signo del dolor debido a gases.

Algunos bebés son simplemente más susceptibles.

El ruido, la luz o incluso un pañal sucio pueden cambiar el temperamento natural de tu bebé y ocasionar que llore. Calmarlo antes de que el llanto llegue al extremo puede ayudar.



Cómo calmar a tu bebé

- Mece o pasea al bebé.
- Dale un paseo en auto o mécelo en un columpio.
- Dale un chupón.
- Cántale o conversa con él.
- Envuelve al bebé con una manta suave, con los brazos rectos y a los costados, sin tapar su carita.

Consejos para aliviar los gases atrapados

- Recuerda que la alimentación materna es el mejor regalo que le puedes dar a tu bebé. Ayúdalo a que esta experiencia sea gratificante para tu pequeño.
- Haz eructar al bebé durante y después de amamantarlo o al cambiar de pecho, o después de darle 2 ó 3 onzas de la fórmula. Está bien si el bebé no eructa cada vez.
- Acuesta al bebé de espaldas y muévele las piernas como una bicicleta.
- Dale un masaje suave en la barriga del bebé con movimientos circulares firmes.

Habla con tu médico si el llanto del bebé es persistente o prolongado.