

Tranquilizando su Bebé

Todos los bebés lloran: algunos más que otros. Es una manera normal de comunicarse. Pero puede ser perturbador para padres nuevos. Con el tiempo quizá pueda descifrar lo que significan ciertos llantos, pero cuando no está seguro, primero aborde las necesidades básicas de su bebé.

Revise si tiene hambre. Recién nacidos que amamantan usualmente comen cada dos a tres horas. ¿Su bebé tiene un pañal mojado o sucio? ¿Podría ser que su ropa está muy apretada o que tiene calor o frío? Cambie su pañal o ropa para ver si eso ayuda.

Su bebé podría estar molesto porque tiene sueño o si está sobre estimulado. Baje las luces y deje que pase tiempo en su cuna sin ruido. Muchos bebés quieren que los recojan y carguen. No se preocupe por malcriar a su bebé. Bebés recién nacidos necesitan mucha atención y afecto. En veces su bebé llorara sin ningún motivo aparente. Aunque esto puede ser desalentador, estas técnicas simples para consolarlos pueden ser la solución.

Seguido, a los bebés les gusta un poco de movimiento. Suavemente meza al bebé en una silla mecedora. O siéntelo en un columpio de bebé. Para bebés menores de cuatro meses, querrá usar la velocidad más lenta y reclinar el asiento lo mas que se pueda hacia atrás. No es buena idea dejar que el bebé se quede dormido en su columpio por ningún periodo de tiempo, si su bebé se está quedando dormido, muévelo a un lugar de sueño seguro.

Camine con su bebé. Sáquelo en su carriola o llévelo a pasear en el coche. Los bebés disfrutan de sonidos calmantes. Cante o hable con su bebé en voz baja. Prenda música o ruido blanco. Los sonidos de la secadora de cabello, aspiradora, o un abanico pueden tener un efecto tranquilizante.

Los bebés gustan sentirse cálidos y apretados. Envuelva a su bebé de una forma segura con una sabana delgada, o trate de cargar a su bebé en diferentes posiciones. A unos bebés les gusta cuando los detienen de lado o boca abajo. Bañe a su bebé con agua tibia y dele un masaje suave.

Eventualmente aprenderá lo que funciona mejor para su bebé y el sonido de arrullos callados será música para sus oídos.