

# Todo Acerca del Llanto Infantil

Cuando tu bebé llora, está tratando de decirte algo. El bebé se comunica a través del llanto. Tal vez: Tenga hambre; Esté cansado; Tenga calor; Tenga frío; Esté enfermo; O solamente incómodo.

Los bebés lloran de 2 a 3 horas todos los días los primeros 3 a 4 meses de vida. Y algunos bebés lloran más que esto. Nota que tu bebé llora más seguido cuanto tiene alrededor de 4 a 6 semanas. Todos los bebés son distintos. Mientras tu bebé esté contento entre los periodos de llanto, el comportamiento es normal.

Pero causa estrés tratar de calmar a un bebé. Lo bueno es que responder constantemente al llanto de tu hijo con amor y consuelo fortalece su vínculo. Y con el tiempo aprenderás lo que necesita tu bebé cuando llora. Quizá hasta puedas decir que necesita por *cómo* llora.

Mientras se empiezan a conocer tú y tu bebé, prueba estos consejos para consolar a tu bebé cuando llora: Responde rápida y cariñosamente. Reaccionando de inmediato a las necesidades de tu bebé los ayudará a enfrentar el estrés mejor cuando sea más grande. Es imposible malcriar a un recién nacido.

Empieza con lo básico. Por ejemplo, checa si tu bebé tiene hambre, está mojado, tiene frío o está cansado. Quizá necesita que lo hagas eructar. Consuela a tu bebé. Abrázalo. Cántale o habla con él. O trata reproducir música. Cambia el medio ambiente. Los bebés se pueden sobre estimular o incluso aburrir. Sacar a caminar a tu bebé, salir a dar una vuelta en carro o darle un baño en tina puede calmarlo.

Si no logras calmar a tu bebé, o te sientes frustrada, pide ayuda. A veces los bebés responden a un cambio de quien los cuida. No quiere decir que lo hagas mal. No importa cuánto llore tu bebé, o lo frustrada que te sientas, nunca sacudas ni golpees a tu bebé. Puede provocar una grave lesión, incluso daño al cerebro. Si necesitas un descanso, pon a tu bebé en un lugar seguro y aléjate por unos minutos.

A veces el bebé puede llorar mucho más de lo normal, y sin tener una razón obvia. Este llanto excesivo es por cólico. Los bebés con cólico lloran de repente fuerte e intensamente por periodos de 3 horas o más al día. Es difícil calmarlos. Aunque esto pueda ser muy frustrante, no significa que hay algo malo. Por lo general deja de suceder cuando el bebé cumpla de 3 a 4 meses de edad.

Si te preocupa el llanto de tu bebé, consulta a tu profesional médico. Recuerda que llorar es normal. Será la parte principal del comportamiento de tu bebé hasta que se pueda comunicar de otra manera. Debes ser paciente contigo misma y con tu bebé.