

¿POR QUÉ LLORA MI BEBÉ?

GARNELO GARCÍA, ERNESTO. Pediatra. Valencia.

El llanto es el lenguaje del bebé, una de las pocas formas de relacionarse con su entorno. Frecuentemente les produce a los padres una gran angustia, que a su vez ellos transmiten al bebé, desencadenando así un circuito de difícil control. Conocer el llanto ayudará a los padres a relacionarse con su hijo. La mayoría de los bebés sanos, entre las 2 a 6 semanas de vida, lloran diariamente casi 3 horas. A los 3 meses, el promedio se reduce a 1 hora diaria. Cuando el bebé llora, los padres se preguntan por la causa de su llanto, y se plantean si es un llanto normal o no.

Lo primero que suelen pensar es que "tiene hambre o sed". Pero el llanto también puede ser por calor, por frío, o por aires o gases. La irritación de la zona del pañal, por usar ropas de lana o por contacto de prendas de fibras artificiales, es otra causa de llanto. Al igual que la dentición. El bebé llora cuando quiere que se le "saque" de la cuna. Y cuando las personas que le atienden tienen un estado de ánimo agitado, el bebé puede reaccionar llorando, lo mismo que cuando hay un excesivo ruido ambiental, discusiones, presencia de caras extrañas, movimientos bruscos, etc. A partir de los 6 meses, manifiestan con lloros el miedo o temor a la oscuridad.

Pero muchas veces la causa es desconocida y no hay forma de saber por qué. Lo que más les preocupa entonces a los padres es saber si su hijo llora porque está enfermo. Sin embargo, es raro que el llanto sea la

única expresión de una enfermedad. Habitualmente, se suele acompañar de otras manifestaciones, como rechazo al alimento, vómitos, fiebre, manchas en la piel, etc.

¿Qué es el cólico del lactante?

Se habla de cólico cuando un lactante sano, de modo súbito presenta episodios de intranquilidad y llanto excesivo, que se repiten con las mismas características. Se inicia alrededor de las 2 semanas de vida, y remiten al 3er o 4º mes. Suelen iniciarse después de las tomas de alimento. Junto con las muestras de malestar (cerrar fuertemente los puños, enrojecimiento de la cara y flexión de las rodillas sobre abdomen), el lactante hace a menudo movimientos de succión y parece buscar el alimento. Habitualmente las crisis suceden por la tarde. Entre las crisis, el lactante está tranquilo y se alimenta sin problemas incluso con demasiada avidez.

¿Cuál es la causa?

En unos lactantes podemos achacarlo a inmadurez del aparato digestivo, a una predisposición constitucional a los espasmos, a errores dietéticos o a alergia a determinados componentes de la leche.

¿Cómo se pueden prevenir?

Mantener la lactancia materna. Revisar la técnica de la alimentación: colocar al lactante en posición erguida y procurar la expulsión del aire del estómago (eructar). Si toma

biberón, asegurarse de que el orificio de la tetina sea lo suficientemente grande. Evitar la sobrealimentación.

¿Tiene tratamiento?

El cólico del lactante es un proceso de duración limitada, que se resuelve en unos meses. Conviene tranquilizar el entorno familiar (padres, abuelos, tíos...) Buscar la colaboración de otras personas de confianza que cuiden al lactante durante unas horas, para que la madre y el padre puedan descansar y tranquilizarse.

Pueden ser útiles los masajes, los paseos, la música suave. Lo que no se debe hacer nunca es administrar ninguna medicación ni cambiar de leche sin haber consultado antes con el pediatra. No interrumpir nunca la lactancia materna. A la madre se le puede limitar el consumo de leche de vaca.