

Información para las mujeres:

Consejos sobre cólicos del lactante

AUTOR: Dr. Rafael Sánchez Borrego

Médico Especialista en Ginecología y Obstetricia.

Director Médico. DIATROS de Atención a la Mujer. Barcelona

Actualización de la información: Febrero 2018.

¿Qué es el cólico del lactante?

Es un problema muy común que puede afectar a los bebés en sus primeras semanas de vida.

El bebé con cólico llora de manera intensa e inconsolable, flexiona las piernas sobre el vientre y brazos encogiéndolos y posteriormente estirándolos, expresando agitación y nerviosismo.

Además, suele tener el vientre hinchado, duro y expulsa gases en forma de eructo y ventosidades.

El bebé con cólicos es un niño sano cuyo llanto es percibido como excesivo por los padres, que no encuentran la manera de evitarlo.

Generalmente aparece entre las 2-4 primeras semanas de vida y puede durar entre 3 y 4 meses.

Con frecuencia, el cólico se inicia a la misma hora cada día y aparece de una forma repentina.

Causas

No se conoce todavía su causa exacta. Se ha relacionado con el exceso de gases intestinales, bien ingeridos durante las tomas o bien producidos por bacterias del intestino e incluso, en algunos casos, puede estar relacionado con la intolerancia a la leche de vaca.

Recomendaciones

La actitud de los padres es importante, con lo que procure tranquilizarse y conservar la calma. Compruebe que la causa del llanto no sea otra distinta al cólico (hambre, frío, calor, pañales mojados, sueño)

Intente encontrar las medidas que más calmen al bebé: balancearlo y acunarlo con suavidad, pasearlo, buscar una posición que lo alivie, o tranquilizarlo con el chupete. Un exceso de movimiento puede ser contraproducente.

Es recomendable darle masajes en posición vertical o tumbado, a continuación, le detallamos algunos consejos para realizar los masajes:

Con el bebé **tumbado boca arriba y siempre de manera suave y sin presionar con excesiva fuerza**, realizamos los siguientes pasos:

1. Círculos en el abdomen

Para empezar, con la palma hacia abajo, realizamos círculos en el sentido de las agujas del reloj en el abdomen del bebé, entre el ombligo y la cadera, presionando suavemente.

2. Abdomen: hacia abajo

Con las palmas hacia abajo, recorrer el abdomen del bebé desde la terminación de las costillas hasta el pubis, alternando las dos manos y presionando ligeramente.

3. De derecha a izquierda

Con las palmas hacia abajo, recorrer con las dos manos el abdomen del bebé desde el lado derecho al izquierdo, presionando con suavidad.

4. Flexión de piernas alterna

Flexionamos las rodillas del bebé hacia el abdomen alternándolas, primero una y luego otra.

5. Flexión de rodillas

Flexionamos ambas rodillas del recién nacido a la vez hacia el abdomen, y mantenemos unos segundos en esa posición.

6. Piernas cruzadas

Flexionamos ambas rodillas a la vez, cruzando las piernas, mientras realizamos una presión suave en el abdomen con la otra mano

Recuerde

Consulte a su pediatra, ya que puede darle un tratamiento para reducir el gas abdominal y ayudar a eliminarlo.

Antes de caer en la desesperación, busque el apoyo de otros familiares, para que puedan relevarle y así descansar.

En algunos niños con cólicos más graves, el pediatra puede introducir cambios en el tipo de lactante.

La información proporcionada en www.diatros.com no pretende ser un sustituto del consejo médico, diagnóstico o tratamiento, ni pretende reemplazar la relación directa que existe entre los pacientes/visitantes de este sitio web y su médico.

Busque siempre la opinión de su propio médico u otro profesional sanitario cualificado respecto a cualquier duda sobre su salud.



Diatros Clínica

