

20.

¿Por qué llora mi bebé?

Esmeralda Moreno Sobrino



El recién nacido se comunica y se relaciona mediante el llanto. Mediante él expresa el hambre, el frío, el dolor y la incomodidad, la necesidad de compañía, de cariño...

No debe desatenderse el llanto en un niño pequeño, porque no llora para incomodar a sus padres, sino para transmitirles que algo no funciona como a él le gustaría.

Normalmente, si se atiende al niño de forma precoz, el llanto suele cesar de la misma forma que empieza, sin problemas; pero si ante la insistencia del pequeño, se sigue ignorando sus peticiones, este llanto pasa a ser persistente y excesivo.

- No dejar llorar al niño. Está demostrado que los niños que reciben una pronta atención a su llanto durante los primeros tres meses de vida lloran después mucho menos.
- Si el niño continúa llorando habría que buscar la causa de forma sistemática, por ejemplo:
 - El niño quiere que lo tomen en brazos: cogerlo. El abrazar y coger al niño en brazos es efectivo y en ningún caso perjudicial.
 - El niño tiene hambre: ofreceremos pecho.
 - El niño tiene el pañal sucio: asearemos al pequeño.
 - El niño quiere succionar, así que se puede ofrecer el pecho o el chupete, en el caso de que se use. No hay que preocuparse por la sobrealimentación si se alimenta al niño con lactancia materna (éste no la admitirá).
 - Asegúrese que no este sobre abrigado o con poco abrigo y que no tenga alguna prenda que lo esté lastimando (botón, calcetín que aprieta, cadanita, etc.)
 - En época de dentición, los niños están más nerviosos y molestos; requieren especial paciencia por parte de los padres.
 - Comprobar la temperatura del bebé para descartar que tiene fiebre.
 - El niño está aburrido y lo que quieren son estímulos y que lo distraigan.

- El niño está cansado y quiere que lo dejen tranquilo.
- Si el niño continúa llorando después de cinco minutos de búsqueda de la causa, sería interesante que otra persona intentara calmarlo.
 - Si el llanto es inconsolable y los padres no encuentran la causa tendrán que continuar calmándolo sin perder la paciencia. Puede ser necesario que los padres hagan turnos para descansar e incluso buscar apoyo familiar para poder descansar.
 - Revisar la postura, para asegurarse de que el bebé no traga aire durante las tomas. Si la postura es correcta, el niño puede no tener que expulsar gases, y si se insiste, puede empezar a llorar. No se recomienda suministrar al bebé ningún tipo de infusión (ver Cap. 17). El dejar llorar a los niños provoca que "traguen" más aire, con lo cual se muestran más molestos.
 - Los ruidos y movimientos rítmicos suelen aliviar (pasear en automóvil, ponerlo al lado de la televisión, lavadora en funcionamiento, extractor de cocina...).
 - Durante la crisis de llanto, mantenerlo en posición de sentado hacia delante y darle masajes en la barriga con suavidad. A veces, esto les ofrece un consuelo si el dolor que les produce el malestar es de origen cólico.
 - Si la crisis de llanto es súbita, acompañada de palidez (el niño se pone blanco y suda) y aparece un decaimiento intenso se recomienda acudir inmediatamente a su médico, pues esto sugiere algún problema realmente grave (invaginación intestinal, etc.).

Algunos autores no reconocen la existencia del cólico del lactante y prefieren llamarlo inmadurez intestinal. Según la AEPED, el niño que padece cólico del lactante "es aquel niño, por demás saludable y bien alimentado, que tiene episodios de llanto incesante que duran un total de más de tres horas al día, que se presentan en más de tres días a la semana", sin que se encuentre causa. El niño se encoge de piernas, presenta enrojecimiento de la piel con el llanto. Las crisis suelen predominar por las tardes y por las noches, aunque cualquier otro horario

es válido. Suele comenzar a partir de las 2-4 semanas de vida y termina abruptamente sobre los 3 meses de vida. No se conoce ningún tratamiento farmacológico realmente efectivo para solucionar este cuadro, pero lo que sí se ha visto efectivo es coger al lactante en brazos, en posición tumbada, de tal forma que su vientre repose en el antebrazo del adulto. El balanceo también produce un efecto sedante, al igual que un masaje circular en el abdomen del niño.

Intolerancia a proteínas de leche de vaca y otros alimentos

Las proteínas de los lácteos que consume la madre pasan a su leche y, si el niño es intolerante, pueden causarle problemas.

Si el bebé llora de forma persistente hay que descartar este problema. Para ello, la madre debe eliminar de su dieta todos los productos que contengan proteínas de leche de vaca durante ocho o diez días (leche, yogur, salchichón, pan de molde, etc.). Si el llanto cesa o disminuye en frecuencia e intensidad la madre debe incorporar de nuevo, bruscamente, todos los productos con proteínas de leche de vaca, lo que hará aumentar el llanto de nuevo. Esto es una prueba de provocación y confirmaría el diagnóstico.

Si la supresión de los productos lácteos de la dieta no hace disminuir el llanto, habrá que buscar otra causa. Otros alimentos como la soja, los mariscos, los pescados azules, los frutos secos... también pueden ser responsables. Si algún miembro de la familia tiene intolerancias o alergias a algún alimento habría que descartarlo en primer lugar.

Efectos negativos del llanto prolongado:

1- Hace que una parte del cerebro (la amígdala), que tiene el control de las emociones, llegue a una situación de estrés extremo, haciendo que el individuo se encuentre en un estado de shock. En ese estado, la capacidad de comprensión está muy mermada y no hay posibilidad de que entienda lo que se le está diciendo. Así, el decirle a un bebé que

está llorando de forma insistente que le queremos y que volveremos enseguida, no sirve para nada.

2- Alteración de la parte del cerebro que se encarga del habla. Así, aunque quisiera, un niño no puede decir qué le pasa porque no puede hablar, además de que muchos todavía no saben hablar de forma fluida.

3- El estrés sobre un cerebro en desarrollo puede tener secuelas a largo plazo, como síndromes de hiperactividad.

4- Durante el llanto excesivo se genera una serie de hormonas debido al shock del abandono y del lloro, y precisamente esas hormonas muchas veces causan el vómito. O sea que, no es que el niño vomite “porque es muy listo” o “un manipulador” y “quiere llamar la atención” sino, porque su cuerpo genera una respuesta al maltrato en forma de cóctel de hormonas que le causan un vómito involuntario.

