

17. Llanto, cólico del lactante

Marta Díaz Gómez

¿Por qué lloran los bebés?

Hasta que se desarrolla el lenguaje, el llanto es la única forma de comunicación de los bebés, le permite atraer la atención de sus cuidadores y asegurar la supervivencia.

El llanto generalmente indica que alguna de las necesidades básicas del bebé (protección, calor, alimento) no se encuentra satisfecha. No siempre es una señal de hambre. El llanto también puede obedecer a una excesiva estimulación del bebé, a la ingesta de cafeína a través de la leche materna o cambios constantes en la rutina diaria.

El llanto intenso y prolongado en menores de 3 meses puede indicar que el niño sufre “cólicos del lactante”. Otras causas menos frecuentes de llanto intenso, inconsolable son: otitis, infecciones urinarias, reflujo gastroesofágico, intolerancia a las proteínas de leche de vaca, invaginación intestinal, traumatismos...

¿Qué son los cólicos del lactante?

Los cólicos del lactante son episodios de llanto intenso de al menos 3 horas de duración, en los que el niño encoge las piernas sobre el abdomen, cierra los puños, tiene la cara enrojecida y con expresión de dolor. Estos episodios se presentan a partir de los 15 días de vida, por la tarde-noche, tres o más días a la semana, durante al menos tres semanas, en un lactante por lo demás sano. Los cólicos desaparecen hacia los 3-4 meses de edad. Se ha relacionado con inmadurez del aparato digestivo que condiciona una hipermotilidad intestinal. También puede ser una manifestación de intolerancia a las proteínas de leche de vaca.

¿Qué se recomienda hacer cuando el bebé llora?

Se debe responder precozmente al llanto y tomar al bebé en brazos o llevarlo en una mochila porta-bebés, buscando la posición en la que se encuentre más tranquilo. Esta medida es eficaz y no malcría al niño. Un suave masaje en el abdomen o mecerlo suavemente, también puede ayudar.

Si el llanto del bebé pone muy nervioso a uno de los padres, es preferible que intente calmarlo el que esté más relajado.

Se puede calmar al niño ofreciéndole el pecho. Hay que comprobar que la técnica de lactancia sea correcta, especialmente asegurarse de que el bebé vacíe bien un pecho antes de cambiarlo al otro. La leche del principio de la toma es más rica en lactosa, por ello, si se acorta la duración de la toma en cada pecho, el niño ingiere un exceso de lactosa y puede ocurrir que no consiga digerirla bien y presente gases, distensión abdominal y llanto.

Se recomendará a la madre que no consuma bebidas con cafeína. Si el llanto es intenso, inconsolable y se acompaña de otros síntomas debe consultar con su pediatra, ya que puede obedecer a alguna enfermedad que requiera tratamiento médico. Los casos que se deben a una intolerancia a las proteínas de la leche de vaca, mejoran rápidamente retirando los lácteos de la dieta de la madre.

Lo que no se debe hacer cuando el bebé llora

No se debe sacudir al bebé, ya que empeora la situación y puede lesionarlo gravemente.

Si el niño no está enfermo, no hay que administrarle ningún medicamento. Tampoco probióticos, infusiones ni productos homeopáticos, que no son eficaces y pueden tener efectos adversos para la salud.

Más información: <https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/colicos-lactante>