



El Llanto

Los bebés lloran por muchas razones,
no sólo porque tienen hambre.

Las LAGRIMAS del Bebé

El llanto del bebé puede resultar muy estresante para los nuevos padres, pero es normal que el bebé llore. Es una manera importante en la que los bebés comunican sus necesidades. A medida que tu bebé crezca, será más capaz de hacerte ver lo que necesita, tú responderás a sus necesidades, y llorará menos.

Con el Llanto, tu Bebé Puede Quererte Decirte...

Necesito que algo cambie.

Quiero estar tranquilo por un momento.

Necesito que me cambies el pañal.

Necesito estar cerca de ti.

Tengo demasiado calor o demasiado frío.

Necesito que me hagas eructar.

Puede ser que esté enfermo.

Tengo hambre.

Tengo miedo.

Estoy cansado.



Pasos Para Calmar a tu Bebé Cuando Llora

Tu bebé usa el llanto para comunicarte muchas cosas distintas. Usa el llanto para avisarte que necesita ayuda. Cuando tu bebé esté llorando:

1 Trata de Saber la Razón por la que Llora

Por ejemplo:

- ¿Necesita un cambio de pañal?
- ¿Está cansado?
- ¿Tiene demasiado calor o frío?
- ¿Tiene hambre?
- ¿Está agobiado?
- ¿Está incómodo?

Es posible que haya momentos en los que ya hayas revisado todo y tu bebé siga llorando. Si esto ocurre:

2 Sostén a tu Bebé Cerca de ti

3 Repite la Misma Acción una y Otra vez

Prueba una de las siguientes opciones:

- Háblale o cántale suavemente.
- Mece, balancea o arrulla lentamente a tu bebé.
- Dale un masaje suave en la espalda, los brazos y las piernas.

Calmar a tu bebé lleva tiempo. Hacer la misma acción por varios minutos antes de tratar algo diferente puede ser justo lo que necesita. Ten paciencia. Si tu bebé sigue llorando o parece estar cada vez más irritado, intenta otra de las sugerencias previamente mencionadas.



Consejos Para Sobrellevar el Llanto de tu bebé

Es posible que a tu bebé le tome un rato calmarse cuando llora. Esto puede resultar muy frustrante para los padres.

- Pide a un familiar o a un amigo que te ayude con tu bebé para que te tomes un descanso.
- Si alguna vez te sientes enojada o agobiada, coloca a tu bebé en un lugar seguro por un corto tiempo y tómate un descanso.
- Recuerda que los bebés lloran cada vez menos a medida que crecen.
- Llama a WIC o a tu doctor si piensas que tu bebé llora demasiado.



1-800-942-1007

Programa de Nutrición WIC • División de Nutrición
Departamento de Salud Pública de MA
TDD/TTY: (617) 624-5992 • Sitio Web: mass.gov/wic
El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.



Adaptado del Programa WIC de California.



Form # 365, 9/14 SP