



Llanto del bebé

Los episodios de llanto prolongado en un lactante pequeño suelen generar preocupación y ansiedad a los padres y cuidadores. Es un problema frecuente que afecta a uno de cada cinco niños y que se resuelve habitualmente en las primeras 12 semanas de vida.

¿Qué llanto se considera normal?

El llanto en un lactante es una forma de comunicarse con el ambiente y de expresar sus necesidades. Aumenta en las primeras semanas de vida, alcanzando su máximo a las 6 semanas, cuando el bebé puede llorar hasta dos horas diarias. Posteriormente va en descenso hasta llegar a la hora diaria a las 12 semanas.

¿Qué son los cólicos y a qué se deben?

Los [cólicos](#) siguen una evolución similar a la del llanto normal, apareciendo habitualmente en el segundo mes de vida. El cólico se define como llanto, sin motivo aparente, durante más de tres horas diarias y que ocurre más de tres veces a la semana en un lactante menor de tres meses. Habitualmente, el llanto del cólico es distinto del llanto normal; es más intenso y el bebé parece tener dolor. Los cólicos típicamente aparecen en rachas, por la tarde o al anochecer y suelen ser inconsolables.

¿El llanto puede afectar al bebé o a su desarrollo?

Los lactantes que han tenido cólicos se desarrollan de la misma manera que los demás. La alteración del sueño que presentan la mayoría de los bebés con cólicos se resuelve espontáneamente a los tres o cuatro meses de edad.

¿Qué hacer durante un episodio de llanto prolongado?

Primero se debe comprobar si el bebé tiene hambre o el pañal mojado, que no se encuentra en una postura incómoda o que no le aprieta la ropa. Los niños alimentados con lactancia materna es frecuente que se calmen con el pecho, ya que el amamantamiento, además de alimentar al bebé, le proporciona confort y tranquilidad.

Si un niño que no llora habitualmente tiene un episodio de llanto repentino y continuado, puede que sea por que le duele algo. Es recomendable mirar los dedos y genitales para comprobar que no tiene un hilo o un pelo enrollado que le produzca dolor. Si no se encuentra ningún motivo de llanto aparente se puede probar a consolar al bebé con algunas técnicas que pueden resultar útiles:

- Ponerle el chupete
- Coger al bebé en brazos contactando piel con piel
- Mecer al bebé, acunarlo
- Masaje abdominal suave, flexionando las piernas del bebé sobre el abdomen
- Minimizar los estímulos: habitación tranquila, luz tenue
- Llevar al bebé de paseo en el carrito, en el coche o en una mochila

En ocasiones es difícil calmarlo. El llanto prolongado e inconsolable puede generar en los padres ansiedad y frustración, especialmente si coincide en momentos del día en que se acumula el cansancio. Si un adulto se siente agobiado es conveniente pedirle a otro familiar que cuide del niño, para poder descansar durante un rato. Si se está solo y se siente uno nervioso, irritado, es mejor dejar unos minutos al niño en la cuna; hay que recordar que

nunca se debe agitar o zarandear al niño, pues es muy peligroso.

¿Cuándo debería consultar al pediatra?

Siempre que el niño tenga otros síntomas como fiebre, rechazo de las tomas, vómitos, sangre en las heces o una erupción en la piel. En general, cuando se sospeche que el niño está enfermo. También conviene consultar al pediatra en el caso de sentirse superado por la situación y con necesidad de apoyo y asesoramiento.

Artículo publicado el 12-12-2014, revisado por última vez el 4-12-2014

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/llanto-bebe>