

¡Mi bebé tiene cólicos!

Tips para prevenir y tratar el cólico del lactante



¿Qué es el cólico?

Es un trastorno típico de los primeros 4 meses de vida de tu bebé

Es la causa del 10% al 20% de todas las consultas pediátricas en los primeros meses de vida.

Factores que pueden ocasionar cólico en tu bebé

El origen del cólico en bebés actualmente es desconocido, sin embargo, se cree que hay algunos factores que podrían estar relacionados.

FACTORES GASTROINTESTINALES



A Intolerancia a los azúcares

B Inmadurez intestinal

C Alteración de la microflora intestinal

Tabaquismo pasivo

A

Alteraciones en la técnica de alimentación

B

Alteraciones de la actividad motora intestinal

C

FACTORES BIOLÓGICOS



FACTORES PSICOSOCIALES



A Estrés familiar

B Alteraciones en la dinámica familiar

C Depresión postparto

Síntomas del cólico

Tu bebé presenta llanto intenso, 3 horas al día, 3 días a la semana por un periodo de al menos una semana.

Aumento de los ruidos intestinales en el abdomen y abundante expulsión de gases por el ano.

La cara se le pone roja, arquea las piernas y da patadas.

Tu bebé llora al tope de sus pulmones, como si algo le doliera.

Tu bebé llora de forma súbita, sin relación con la alimentación, ni con ninguna actividad que realice.

5 consejos prácticos sobre cómo tratar y aliviar el cólico de tu bebé

1

No te pongas ansiosa si tu bebé llora, ante todo necesitas mantener la calma.

2

Mejora la interacción entre tú y tu bebé, en especial el contacto físico. Esto te permitirá conocer y responder adecuadamente a las necesidades de tu hijo.

3

Procura mejorar la técnica de alimentación, debe ser ordenada y con buen aporte nutritivo.

4

Puedes llevar un registro del número diario de episodios de regurgitación, de llanto inconsolable (minutos por día y número de días), y el número de evacuaciones.

5

Busca apoyo en familiares y amigas para que puedas descansar y asistir a tu bebé cuando lo necesite.