

# Los Bebés Lloran

El llanto es normal y parte del desarrollo de un bebé.



## Lo Que se Debe Saber Acerca del Llanto

- Todos los bebés lloran.
- El llanto es amargo por una razón. Es una señal de que el bebé necesita ayuda.
- Los recién nacidos deben ser alimentados con más frecuencia y es más probable que tengan hambre cuando lloran que un bebé de mayor edad.
- Ver y responder a señales tempranas puede ayudar a prevenir algunos llantos.
- Su bebé puede llorar de vez en cuando hasta dos horas al día hasta que tenga entre 5 y 6 meses de edad.

**Si usted comienza a sentirse enojado o abrumado** por el llanto de su bebé, **coloque al bebé** en un lugar seguro por unos minutos y tome un descanso. Pídale ayuda a un amigo o miembro de la familia.

**Recuerde, el bebé está más seguro boca arriba en un entorno de sueño sin objetos.** Póngase en contacto con su médico si usted piensa que su bebé está llorando demasiado.

# Pasos Para Ayudar A Calmar A Su Bebé Que Lloro

Los bebés usan el llanto como una manera de comunicar muchas cosas. Usan el llanto para decirles a los padres que necesitan su ayuda.

## Cuando su bebé este llorando:

### Trate De Averiguar el Motivo del Llanto

Por ejemplo, ella:

- necesita un cambio de pañal
- tiene demasiado calor o demasiado fría
- está sobrestimulada
- está incómoda
- tiene hambre
- está cansada

Puede haber ocasiones en las que haya revisado todo y su bebé aun llora. Cuando esto ocurre,

### Sostenga a Su Bebé Cerca de Usted

### Repita la Misma Acción Una y Otra Vez

Puede probar uno de los siguientes:

- hablar o cantar suavemente
- mecerse suavemente, balancear o rebotar a su bebé
- masajear suavemente su espalda, brazos y piernas

## Recuerde ser paciente.

Calmar a su bebé toma tiempo. Seguir con la misma acción durante varios minutos antes de intentar algo diferente puede ser el secreto del éxito.

## Saber cuando pedir ayuda.

Si se siente abrumado, es importante que se detenga y reconozca sus sentimientos y nunca reaccione físicamente. Llame a Oklahoma Warmline al 1.888.574.5437 para obtener ayuda con la crianza de los hijos.

Para más información, llame al programa WIC, por sus siglas en inglés, de Oklahoma al 1-888-OKLAWIC (655-2942) o visite [Oklahoma.gov/health/wic](http://Oklahoma.gov/health/wic).

