

Consuelo efectivo del llanto

El llanto es una forma de comunicación de tu guagua para avisar que algo necesita, poco a poco aprenderás sus distintos tipos de llanto y lo que quiere decirte.

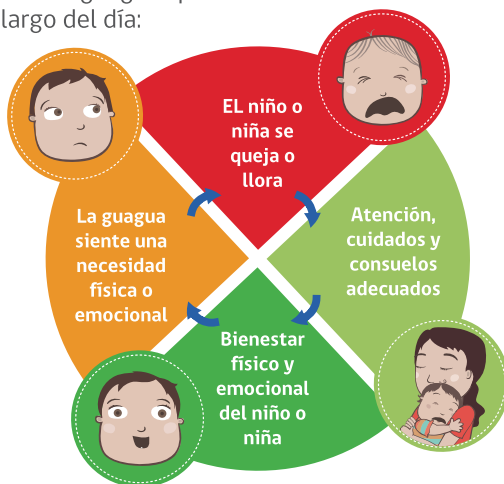
Los estudios nos muestran que, las guaguas que son consoladas oportunamente, especialmente durante su primer año de vida tienen:

- Mejor desarrollo cerebral.
- Menos problemas de alimentación y sueño.
- Aprenden a manejar sus emociones de mejor manera.



No se malcría a una guagua por acoger y calmar oportunamente su llanto. Por el contrario, esto le ayuda a confiar en quienes la rodean y aprender cómo manejar sus emociones cuando sea más grande.

Todas las guaguas pasan diferentes momentos a lo largo del día:



¿Qué puede estar pasando cuando una guagua llora?

- Hambre.
- Sueño o cansancio.
- Necesidad de contacto físico.
- Pañal sucio.
- Tiene gases.
- Se siente sola(o) o está aburrída(o).
- Frío o calor.
- Molestia o dolor.
- Enfermedad
- Ropa muy apretada que no le permite moverse libremente.
- Está incómoda(o), hay muchos estímulos alrededor.
- Le están saliendo los dientes.

¿Sabías que el porteo se asocia con guaguas que lloran menos?

¡Usa el Mei Tai!



¿Qué puedo hacer?

Llanto leve

- Acércate y hazle gestos o sonidos suaves cerca de su cara. Dile lo que crees que siente.
- Tómale en brazos, arrúllale, acarícialo.
- Dale su tuto o peluche preferido y hazle dormir.
- Revisa si necesita cambio de pañal.
- Hazle "botar chanchitos".
- Paséala, muéstrale algún objeto que llame su atención.
- Revisa su ropa y si es necesario abrigarle o desabrigarle, toma su temperatura.
- Contente flexionando sus brazos y piernas hacia su cuerpo y sostenlas con tu mano.

Recuerda:

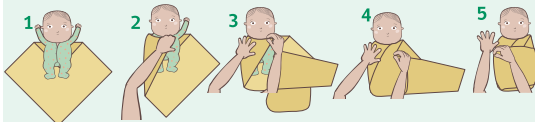
- Nunca dejes llorar a una guagua sin consolarla.
- Una guagua nunca llora sin motivo, el llanto es siempre signo de un malestar.



Llanto intenso

Si continúa llorando, intenta estas acciones en este orden, o en el que notes que es más útil para tu guagua.

1. Envolverle.



Importante: Revisa que sus caderas no queden apretadas.

2. Ponle "ruido blanco" usando el sonido de la campana, la aspiradora, un secador de pelo o tu propia voz haciendo "shhhhh" en su oreja.

3. Tómale en brazos, sosteniéndole de guatita o de lado.

4. Mécele suave y rítmicamente.

5. Ofrécele el pecho o algo para succionar.

(Extraído de Harvey Karp: "The happiest baby on the block")



Si te cuesta calmar a tu guagua, respira profundo, sal unos minutos de la pieza dejándola en un lugar seguro, pide ayuda a otro adulto y mantén el control.

¡NUNCA LE ZAMARRÉES!

Si necesitas ayuda llama gratuitamente a:

Apoyo psicológico gratuito para la crianza


FonoInfancia
800 200 818
Llama o chatea de lunes a viernes de 8:30 a 21:00 hrs.

Encuentra más materiales e información sobre estimulación, crianza respetuosa y desarrollo infantil en:


www.crececontigo.cl



 @CreceContigo

 chrececontigo

 Chile Crece Contigo

 Chile Crece Contigo

 Talleres Educativos

 Programa Creciendo Juntos

LLAME A SALUD RESPONDE
600-360-7777
PROFESIONALES DE LA SALUD ATENDIENDO SUS DUDAS LAS 24 HORAS,
LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA.

Apoyo psicológico gratuito para la crianza

FonoInfancia **800 200 818**
Llama o chatea de lunes a viernes de 8:30 a 21:00 hrs. fonoinfancia.cl

Chile Crece Contigo, que forma parte del Sistema Intersectorial de Protección Social coordinado por el Ministerio de Desarrollo Social y Familia, promueve el desarrollo integral y el bienestar óptimo de todos los niños y niñas desde el comienzo de la vida.

Una iniciativa del Estado de Chile que busca avanzar hacia una sociedad donde la familia sea el eje fundamental de la política social.