

# 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.**

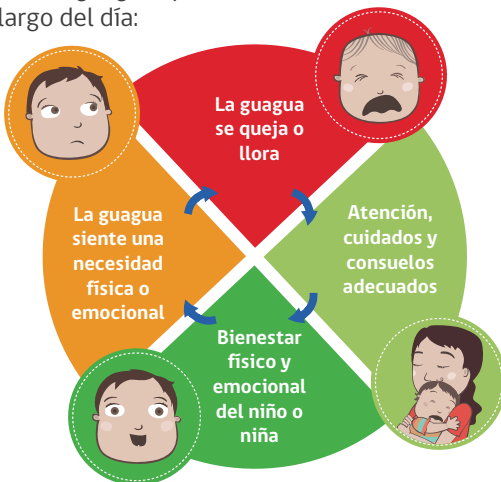
Las guaguas que son consoladas oportunamente, especialmente durante su primer año de vida tienen:

- 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 o sed.
- 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.
- Conténle 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.



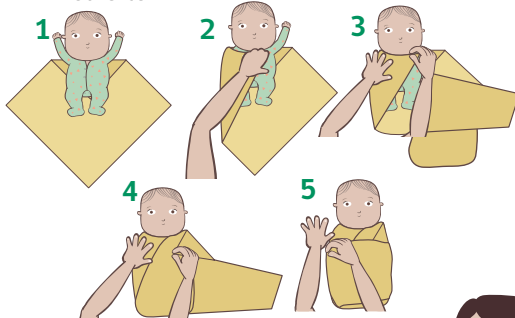
Si necesitas ayuda llama gratuitamente a:

**Fono**infancia  
**800 200 818**  
Llama o chatea de lunes a viernes de 8:30 a 19:00 hrs.  
[www.fonoinfancia.cl](http://www.fonoinfancia.cl)

### 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. Ofrecele 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!**

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

[www.crececontigo.gob.cl](http://www.crececontigo.gob.cl)



@ChileCreceMas

@Chile\_Crece

@ChileCreceMas

@ChileCreceMas

@ChileCreceMas

ChileCreceMas



Talleres de  
Apoyo a la Crianza



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.

Subsistema de Protección Integral a la Infancia - Chile Crece Contigo (creado por la Ley 20.379) y el Sistema de Garantías y Protección Integral de los Derechos de la Niñez y Adolescencia - Chile Crece Más (creado por la Ley N°21.430), ambos coordinados por la Subsecretaría de la Niñez del Ministerio de Desarrollo Social y Familia.

El Estado de Chile al servicio de los niños, niñas y adolescentes que habitan en el país.