

Consejos para ayudarle a enfrentar el llanto:

1. Mantenga la calma y sea paciente - puede tomar varios minutos para que su bebé se calme.
2. Use las señales del bebé para identificar qué es lo que le quiere decir.
3. Mantenga a su bebé cerca de su cuerpo.
4. Hable suave o cante una y otra vez.
5. Arrulle, mueva o eleve a su bebé suave y repetidamente.
6. Dé masaje suave al bebé en su espalda, brazos y piernas.
7. Si usted comienza a sentirse enojada o demasiado molesta, déje a su bebé en un lugar seguro por unos minutos y tome un descanso.
8. Pida ayuda de amigos o miembros de su familia.
9. Contacte al WIC o a su médico si usted siente que el bebé está llorando demasiado.



**¡Nunca
sacuda
a un bebé!**

Si usted necesita ésto en un formato diferente,
llame al 971-673-0040 o TTY 1-800-735-2900

www.healthoregon.org/wic

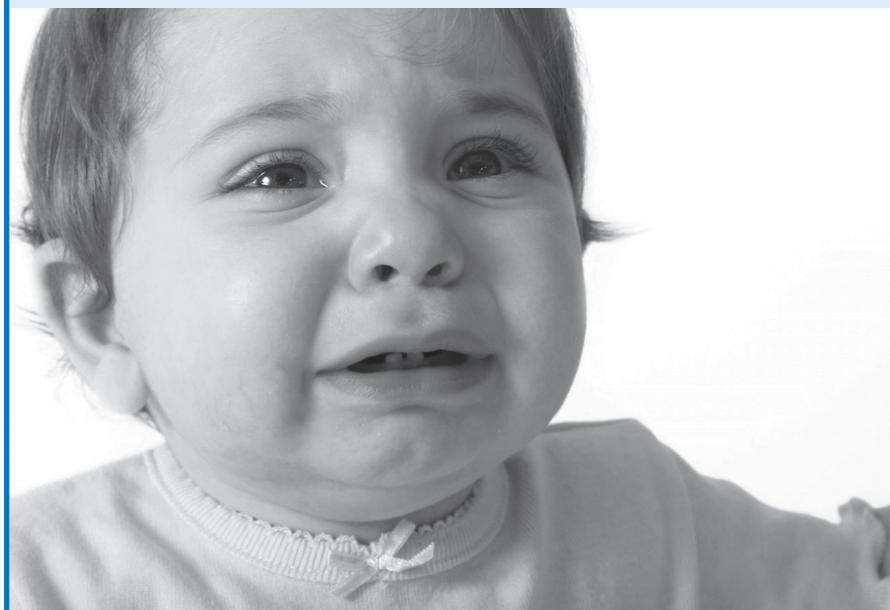
Creado por el UC Davis Human Lactation Center como parte del proyecto FitWIC estudio del comportamiento del bebé. Fuente de información: Sumner, B., & Barnard, K. (1980). Keys to caregiving. Seattle: NCAST, University of Washington.

Este proyecto es patrocinado en parte con fondos Federales del Departamento de Agricultura, Servicio de Alimentos y Nutrición de los EE.UU. El contenido de esta publicación no refleja necesariamente el punto de vista o políticas del Departamento de Agricultura de los EE.UU., ni la mención de marcas comerciales, productos comerciales u organizaciones implica la aprobación por el Gobierno de los EE.UU.



57-713 (11/2014)

¿Por qué lloran los bebés?



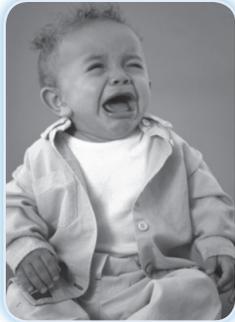
Puede ser muy molesto cuando los bebés lloran.

Es normal que lloren, pero aquí hay algunos consejos para que lo hagan menos.

Información no muy divertida acerca del llanto

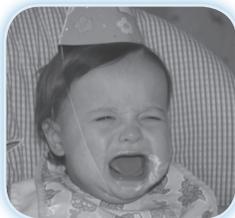


Todos los bebés lloran.



- El llanto es molesto por una razón: es importante que su bebé pueda avisarle que necesita ayuda.
- Su bebé puede llorar por muchas razones, no solamente porque tiene hambre.

- Cuando usted trata de ayudar, puede tomar un rato para que ella se calme. Su bebé necesita tiempo para responder.



- Su bebé llorará cada vez menos mientras va creciendo.

Los bebés lloran por muchas razones

Algunas veces es fácil saber qué es lo que su bebé necesita (¡como puede ser un cambio de pañal!). Otras veces parece que no hay ninguna razón para que llore.



Busque estas señales para saber por qué su bebé está llorando...



- Si su bebé tiene hambre, él quizás:
 - Hace sonidos de chupar
 - Frunce sus labios
 - Pone sus manos cerca de su boca

- Si su bebé necesita un descanso de lo que está pasando a su alrededor, él quizás:

- Se voltea o empuja
- Estira sus dedos
- Pone tensos los músculos de su cara y cuerpo



- Muchas veces los bebés muestran algunas señales antes de empezar a llorar. Una buena manera de reducir el llanto es observar estas señales y ayudar a su bebé a estar más cómodo.