

GUÍA DE SOLUCIONES PARA BEBES LLORONES

Es media noche, una hora después de su última botella y ha estado llorando por 10 minutos sin razón aparente. Mom is exhausted and may lose it. Usted tiene que ir a trabajar temprano. ¿Qué puede hacer?

Es tiempo de ganarte tus espuelas papá. Es necesaria una táctica pro-activa y practica. En Boot Camp se ha comprobado que la guía de soluciones para bebés llorones emplea la misma táctica que se usa para arreglar carros, computadoras y cualquier otra cosa mecánica.

1. Para deducir la causa, desarrolle una lista mental del por qué su bebé llora. Hambre será la primera en la lista de la mayoría de bebés, seguida por cansancio. Todas las listas serán tan diferentes como lo son los bebeé, pero piense en gas, pañal mojado, rozamiento, constipación, calor, frío, simplemente querer ser abrazado, eructar, etc. – y vaya añadiendo otros según vayan resultando.
2. Siga probando soluciones al igual que hace cuando trata de averiguar el problema de un carro que no quiere arrancar. Revisa el gas, la batería, el arrancador, las bujías y así lo demás. Mientras usted esté probando soluciones pro-activamente, minimizará la ansiedad y frustración, la cual tiende a molestar al bebé.
3. Cuando termine la lista regular de su bebé, siga revisando. La nueva tetilla en su biberón puede no estar abierta (esto ha sucedido en Boot Camp), una parte de la cinta adhesiva en su panal puede estar lastimándole, etc.
4. Cuando usted haya tratado todo y nada haya trabajado, regrese al #2 de su lista. Después de 30 minutos de llorar su bebé estará demasiado cansado y lograr que se duerma será un reto.

Por supuesto, si en cualquier momento usted sospecha que su bebé necesita atención médica, llame. Este concejo viene de los pediatras, quienes aseguran que es preferible no quedarse con la duda. Revise sus recursos por más indicaciones.

He aquí unos concejos de los veteranos para calmar a un bebé lloroso:

-No tome el llanto como algo personal

-De un paseo. Muchas veces a los bebés les gusta sentir el movimiento de la carriola o que los lleve junto a usted en un cargador de bebés.

-Un estomago inflamado o pateos pueden indicar dolor a causa del gas. Mueva sus piernas, masaje su estómago suavemente, o recuéstelo boca abajo sobre sus piernas quedando una bajo su estómago y de golpes suaves en su espalda.

-Trate de hacer un equipo con mamá. Tomar turnos es mejor que estar los dos despiertos toda la noche.

-Déle descansos a mamá y no le permita llevarse el bebé al pecho cada que éste puja. Desarrollen técnicas diferentes.

-Invierta en un columpio para bebé.

-Una vez que logre dormirlo, use un parche caliente para calentar su cuna, de esta manera el choque con lo frío no le despertará.

Los movimientos rítmicos y ruidos naturales también le pueden ayudar a dormir. Trate con la aspiradora, paseos en carro y música.

Hay ocasiones en que la única alternativa es el caminar por horas con su bebé abrazado. Los bebés pueden ser difíciles, algunos más que otros. Hasta los peores cólicos terminan y mientras que los recuerdos pueden ser muy apreciados, un padre siempre sabrá que estuvo allí cuando fue necesario. Este sentimiento es la base para una relación fuerte cuando su beb crece. No sedesespere.

