

# cólicos

## DEL LACTANTE

Se denomina "cólicos" a las **crisis de llanto** que se manifiestan sin causa aparente y reiteradamente, en los primeros meses de vida.

**Suelen presentarse en horario tarde-noche**, y generalmente se superan después del 4º o 5º mes de vida.

**Habitualmente asociados al dolor intestinal**, en realidad **su causa suele ser multifactorial**.

## ... EL LACTANTE ...

En sus primeros meses de vida, **el lactante manifiesta sus necesidades a través del llanto**. Es una respuesta subcortical (debajo de la corteza cerebral) del sistema nervioso central a estímulos externos y forma parte de su inmadurez. A medida que el lactante madura, la respuesta es cortical (de la corteza cerebral o relacionado a ella), reduciendo las crisis.

## ... LOS PAPÁS ...

Al no poder calmar al lactante, los papás sobrellevan esta situación con angustia, stress y sensación de culpabilidad.

Como primera medida deben consultar al pediatra para descartar causas orgánicas y enfermedades causantes del llanto y malestar.



**Vómitos y regurgitaciones frecuentes,**  
con o sin relación con la alimentación

**Fiebre y síntomas  
respiratorios**

**Sangrado digestivo**

**Irritabilidad incluso  
durante el sueño**

# SIGNOS DE ALARMA

**Lesiones en piel**

**Posiciones antálgicas**  
(contracción del abdomen  
o estiramiento de la  
cabeza hacia atrás)

**Anemia**

**Antecedentes familiares  
de alergias**

**Escaso aumento de peso**

**Por ser una afección multifactorial, no existe un tratamiento  
etiológico único ni común para todos los pacientes.**

## RECOMENDACIONES GENERALES



- 
- ★ Entender que es un **proceso madurativo de resolución espontánea** en el primer semestre de la vida.
  - ★ **Evitar calmar al lactante mediante alimentación frecuente.** No se trata de hambre y una ingesta excesiva puede empeorar los síntomas.
  - ★ **Mejorar la técnica alimentaria para evitar la aerofagia** (ingesta de aire durante la alimentación y el llanto)
  - ★ **Mantener la lactancia materna**, sus componentes favorecen la flora intestinal saludable, y aportan inmunomoduladores que contribuyen a la maduración de los sistemas digestivo e inmunitario.
  - ★ **Ante excesivo stress familiar**, buscar apoyo psicológico interdisciplinario.



### CONSULTAR SIEMPRE CON SU PEDIATRA

Él determina si se trata de una enfermedad, e indica estudios complementarios y/o tratamiento médico.



#### Modos de "prevenir" los cólicos del lactante:

- ★ **Propiciar la tranquilidad familiar y ambiental**
- ★ **Evitar la sobreestimulación**
- ★ **Respetar los períodos de sueño**
- ★ **Implementar juegos y/o estímulos** cuando el lactante está despierto y antes de alimentar, aprovechando el momento de sus cambios de pañales e higiene