

Publicado en *Mom & me Centroamérica* | 1000 Primeros Días del Bebé (<https://www.momandme.nestle.com>)

[Inicio](#) > Dolor de pancita

Comparte esto

X



## Dolor de pancita

Grandes quejas, muecas de dolor: mi bebé está muy nervioso... Tengo la impresión de que le duele la pancita, pero no sé qué puedo hacer para aliviar su dolor...

<https://www.momandme.nestle.com/dolor-de-pancita> [1]

[2] [3] [4]



# Dolor de pancita

Grandes quejas, muecas de dolor: mi bebé está muy nervioso... Tengo la impresión de que le duele la pancita, pero no sé qué puedo hacer para aliviar su dolor...

Jueves, Septiembre 10th, 2015

- <sup>[5]</sup>
- [Imprimir](#) <sup>[1]</sup>
- [Compartir](#)

El periodo del **destete** y la **alimentación complementaria**, con sus numerosos intentos de introducción de nuevos alimentos, supone un gran cambio en la vida del bebé, un cambio al que su pancita tiene que adaptarse. He aquí una lista con los pequeños trastornos que pueden causarle molestias durante este periodo.

## Los cólicos

El bebé llora durante mucho tiempo (a veces durante horas) y está inconsolable. Toda la familia entra en pánico y tú te sientes culpable porque no consigues calmarlo... ¡pero no tienes por qué preocuparte tanto!

Si el bebé se alimenta normalmente, si el resto del tiempo te regala sonrisas y si el médico declara que todo está normal, no te preocupes. Relájate, coge al bebé en brazos y acurrúcalo suavemente. Se sentirá seguro y así, poco a poco, se calmará.

## La diarrea

Algunos bebés pueden tener pequeños problemas digestivos. Aunque sea algo frecuente, la diarrea puede ser peligrosa.

La deshidratación puede producirse rápidamente y es importante que controles regularmente el peso de tu bebé. Por lo tanto, no dudes en consultar con tu médico en caso de diarrea.

Importante: con la leche materna, el bebé tiene heces más bien amarillentas y un poco líquidas. Hay que cambiarle el pañal casi inmediatamente después de cada toma, es decir, de 7 a 8 veces al día. Pero no te preocupes, eso no significa que tenga diarrea. En caso de tener la menor duda, consúltalo con tu médico.

## El estreñimiento

Si, por el contrario, el bebé tiene heces duras o pequeñas, y si llora al empujar, coméntaselo a tu médico.

## Los pequeños reflujos

Los pequeños reflujos son regurgitaciones fisiológicas de leche que afectan a la mayoría de los recién nacidos. Desaparecen de manera espontánea entre el 6º y el 12º mes, cuando el bebé empieza a incorporarse y ponerse de pie. Para favorecer una mejor lactancia materna y evitar estos pequeños reflujos, debes poner en práctica algunas reglas sencillas.

## Debes evitar:

- La posición sentada

- Un ambiente con humo de cigarrillo
- Los zumos de frutas

### **Debes favorecer:**

- Repartir mejor a lo largo del día las tomas de pecho
- Hacerle que eructe varias veces y evitar acostarlo justo después de la toma
- Eventualmente, elevar un poco el colchón en la parte donde apoya la cabeza

[Leer más](#) <sup>[6]</sup>

**URL de origen:** <https://www.momandme.nestle.com/dolor-de-pancita>

### **Enlaces**

[1] <https://www.momandme.nestle.com/dolor-de-pancita>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/dolor-de-pancita&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/dolor\\_de\\_pancita.png](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/dolor-de-pancita&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/dolor_de_pancita.png)

[3] <https://twitter.com/share?text=Dolor%20de%20pancita&url=https%3A//www.momandme.nestle.com/dolor-de-pancita>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/dolor-de-pancita>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/1726>

[6] <https://www.momandme.nestle.com/javascript%3A%3B>