

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

[Inicio](#) > ¿Cómo evitar o tratar el cólico infantil?

Comparte esto

X



¿Cómo evitar o tratar el cólico infantil?

En el caso del cólico infantil, no existen técnicas probadas que puedan prevenir el padecimiento, no obstante, aprender cuales prácticas relajan al bebé, podría traer un beneficio adicional en caso de su presentación. Adicional a esto, se ha sugerido que el fumado por parte de la madre, podría aumentar el riesgo de cólico en el bebé.

<https://www.momandme.nestle.com/como-evitar-o-tratar-el-colico-infantil> [1]

[2] [3] [4]



¿Cómo evitar o tratar el cólico infantil?

En el caso del cólico infantil, no existen técnicas probadas que puedan prevenir el padecimiento, no obstante, aprender cuales prácticas relajan al bebé, podría traer un beneficio adicional en caso de su presentación. Adicional a esto, se ha sugerido que el fumado por parte de la madre, podría aumentar el riesgo de cólico en el bebé.

Jueves, Septiembre 24th, 2015

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

Una vez que se haya diagnosticado el cólico por parte de un profesional, se pueden probar los siguientes **métodos**, tomando en cuenta que no serán 100% efectivos en todos los casos:

- A pesar que no se ha llegado a un consenso claro sobre este tema, algunas recomendaciones señalan que la eliminación de alimentos específicos de la dieta materna, como coliflor, brócoli, repollo, café o leche podrían traer alguna mejora en las molestias del bebé. Ideal buscar asesoría antes de eliminar alimentos como la leche de la dieta, para evitar deficiencias.
- Evitar la sobrealimentación del bebé, ya que esto podría agravar el cólico infantil.
- Desarrollar estrategias para los episodios de llanto, ya sea masajeando la espalda del bebé, meciéndolo en un coche o silla, colocándolo en un lugar donde pueda escuchar ruido blanco (lavadora, ventilador, televisión). Estos podrían mejorar el llanto; sin embargo no se ha probado su eficacia en el cólico infantil per se.
- Buscar ayuda cuando se experimenta ansiedad, frustración o estrés excesivo por los episodios de llanto del bebé, es aconsejable para evitar la progresión a un estado emocional peligroso en los padres. Se exhortan las visitas al psicólogo o simplemente distraerse por cortos períodos de tiempo.
- Algunos probióticos específicos pueden contribuir con el tratamiento de este problema, al aumentar el confort y reducir el llanto excesivo del bebé.

[Leer más](#) ^[6]

URL de origen: <https://www.momandme.nestle.com/como-evitar-o-tratar-el-colico-infantil>

Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/como-evitar-o-tratar-el-colico-infantil>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/como-evitar-o-tratar-el-colico-infantil&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/como_evitar_o_tratar_el_colico_infantil?

[3] <https://twitter.com/share?text=%C2%BFC%C3%B3mo%20evitar%20o%20tratar%20el%20c%C3%B3lico%20infantil%3F&u=https://www.momandme.nestle.com/como-evitar-o-tratar-el-colico-infantil>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/como-evitar-o-tratar-el-colico-infantil>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/4011>

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