

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

[Inicio](#) > El destete: ¿qué esperar y qué hacer?

Comparte esto

X

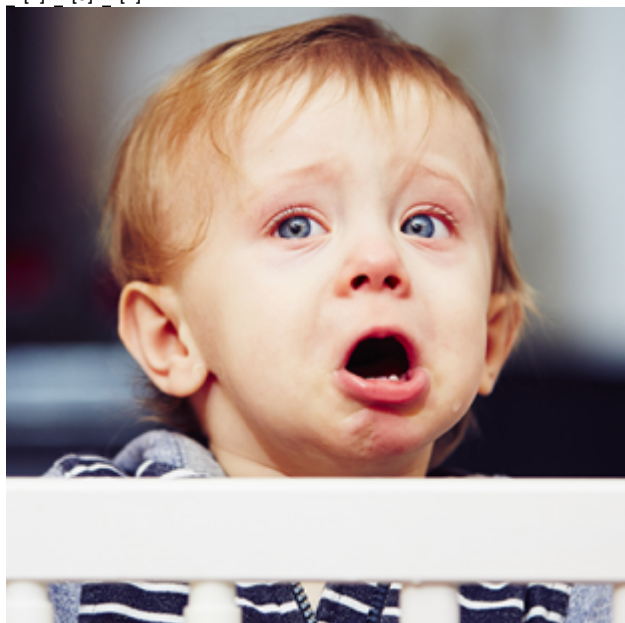


El destete: ¿qué esperar y qué hacer?

Mi bebé está muy alterado, no deja de sollozar y hasta hace muecas de dolor... Creo que le duele la pancita, cómo puedo aliviar su dolor...

<https://www.momandme.nestle.com/el-destete-que-esperar-y-que-hacer> ^[1]

[\[2\]](#) [\[3\]](#) [\[4\]](#)



El destete: ¿qué esperar y qué hacer?

Mi bebé está muy alterado, no deja de sollozar y hasta hace muecas de dolor... Creo que le duele la pancita, cómo puedo aliviar su dolor...

Viernes, Septiembre 25th, 2015

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

El destete y el inicio de la alimentación complementaria a los 6 meses son un gran cambio en la vida del bebé. Los numerosos (y a veces fallidos) intentos de introducción de nuevos alimentos son todo un reto. Pero ten paciencia, este viaje se recorre poco a poco para que su pancita se adapte. Te mostramos una lista con los pequeños trastornos que pueden causarle molestias durante este periodo.

Los cólicos

El bebé llora y llora (a veces durante horas) y está inconsolable. Todos en la familia entran en pánico, y tú te acongojas porque no logras calmarlo... ¡pero respira hondo y dale tus mejores mimos!

Si tu bebé se alimenta con normalidad, si el resto del tiempo te regala sonrisas y el pediatra afirma que todo está normal, no te agobies. Relájate, toma al bebé en brazos y arrúllalo suavemente. Harás que se sienta seguro y protegido. Poco a poco, se calmará.

La diarrea

Algunos bebés pueden padecer leves problemas digestivos. Aunque sea algo frecuente en los pequeños, la diarrea puede ser peligrosa y debe ser tratada apropiadamente.

La **deshidratación** puede ocurrir rápidamente. Por eso es clave que controles regularmente el peso de tu bebé. No dudes en consultar con tu médico en caso de diarrea.

Importante: el bebé tiene heces más bien amarillentas y un poco líquidas cuando toma leche materna. Por lo tanto, 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, pregúntale a tu pediatra de confianza.

El estreñimiento

Por el otro lado, si el bebé tiene **heces duras*** o pequeñas, y si llora al empujar, coméntaselo a tu médico.

Los famosos reflujos

Los recién nacidos sufren con frecuencia de pequeños reflujos. Estos son regurgitaciones fisiológicas de leche que 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 estos consejos:

Evita:

- La posición sentada, sobre todo en los asientos tipo reposadera
- Un ambiente con humo de cigarrillo
- Los jugos de frutas

Favorece:

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

[Leer más](#) ^[6]

URL de origen: <https://www.momandme.nestle.com/el-destete-que-esperar-y-que-hacer>

Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/el-destete-que-esperar-y-que-hacer>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/el-destete-que-esperar-y-que-hacer&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/el_destete_que_esp
destete: ¿qué esperar y qué hacer?

[3]

<https://twitter.com/share?text=El%20destete%3A%20%C2%BFqu%C3%A9%20esperar%20y%20qu%C3%A9%20hacer%3A%20destete-que-esperar-y-que-hacer>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/el-destete-que-esperar-y-que-hacer>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/4306>

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