



**¡Llorar significa que su bebé está muy molesto y necesita que algo cambie!**

***El llanto le permite saber que su bebé necesita atención rápida.***

### **Pruebe estos consejos para calmar a su bebé:**

- Sostenga a su bebé cerca o en contacto piel con piel.
- Háblele o cántele suavemente a su bebé usando sonidos o palabras relajantes.
- Puede mecer a su bebé suavemente con un movimiento hacia adelante y hacia atrás.
- Masajee suavemente la espalda, los brazos y las piernas de su bebé.



**Llame al médico de su bebé si cree que su bebé está llorando demasiado.**



**Fuente de la imagen:** Imagen cortesía de la campaña Sueño Infantil Seguro de DSHS.

### **Hablemos – Comportamiento del Bebé: Llanto**

El llanto es normal para los bebés, pero comprensiblemente difícil para los padres.

Para obtener recursos, visite: [dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro](https://dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro)

**TAMBIÉN EN ESTA SERIE:**  
**Comportamiento del Bebé:**  
Alimentación  
**Comportamiento del Bebé:**  
Sueño  
Superficie para Dormir  
Entrenamiento del Sueño

[dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro](https://dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro)



## ¡Llorar significa que su bebé está muy molesto y necesita que algo cambie!

### Preguntas comunes de familiares y cuidadores

#### ¿Cuáles son algunas maneras de detener el llanto de mi bebé?

Los bebés usarán señales o señas para tratar de que sus padres sepan lo que necesitan antes de que comiencen a llorar. Pero esas señales pueden ser difíciles de entender cuando está aprendiendo a cuidar a su bebé por primera vez. Si su bebé está llorando y usted no entiende sus señales, puede intentar hacerlo eructar para aliviar el dolor causado por los gases.

También puede calmar a su bebé con contacto piel con piel, un cambio de pañal, mecerlo, darle un masaje o llevarlo a pasear en un portabebés o una carriola.



#### ¿Llorar significa que mi bebé tiene hambre?

Los bebés lloran cuando están molestos, lo que puede ser causado por muchas cosas diferentes. Si se omiten las señales de alimentación, su bebé puede molestarse y comenzar a llorar.

Si su bebé llora y hace señales de hambre, es mejor alimentarlo después de calmarlo. Si su bebé fue alimentado recientemente, una buena regla general es PRIMERO verificar si hay otras razones por las que su bebé puede estar llorando antes de alimentarlo.

Es común que los bebés más pequeños lloren de vez en cuando hasta dos horas al día. Todavía están aprendiendo a usar las señales. También necesitan acostumbrarse al mundo que les rodea. Los bebés tienden a llorar menos a medida que crecen.

#### Me preocupa que mi bebé lllore demasiado, ¿qué debo hacer?

Algunos bebés tienen más dificultades para lidiar con el mundo que los rodea. Estos bebés pueden llorar con frecuencia y durante largos períodos de tiempo o tener dificultades para calmarse una vez que comienzan a llorar. Pruebe estas cosas cuando esté intentando calmar a su bebé:

- Puede ir a una habitación tranquila con poca luz.
- Puede mecer a su bebé suavemente con un movimiento repetitivo.
- Ponga música suave o ruido blanco.

Pruebe diferentes cosas para ver qué prefiere su bebé. Preste mucha atención a las señales de su bebé para saber qué podría estar causando el llanto. La mayoría de los bebés dejan de llorar rutinariamente a medida que crecen. Hable con el médico de su bebé si le preocupa cuánto llora.

#### Hablemos- Círculo de apoyo

¡Continúe compartiendo información sobre el sueño infantil seguro con los padres y cuidadores durante el primer año para aumentar el uso de las prácticas de sueño seguro!

Para obtener recursos, visite:

[dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro](https://dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro)