

Mira el Mundo a Través de Mis Ojos

No soy un bebé llorón, solo necesito tu ayuda

El llanto es una reacción normal y diaria en mi vida. Es muy difícil para mí decirte con palabras lo que necesito. La única manera que conozco de decirte que tengo hambre, que me siento mal, incómodo o solo, que siento dolor o que estoy mojado, aburrido o cansado es a través del llanto.

Lo que quiero que sepas

El llanto es mi forma de pedir ayuda. Mi llanto no significa que eres un mal padre o que soy un bebé terrible. Algunos bebés lloran muy poco mientras que otros lloran demasiado.

Mi intención no es alterarte o causarte estrés. Por el momento, el llanto es la única forma que conozco de decirte lo que necesito.

- necesito amor
- tengo miedo
- tengo hambre
- estoy mojado
- me siento incómodo
- me siento solo
- me duele
- "Hola, aquí estoy".



No me malcriarás si respondes a mis llantos. De hecho, me siento muy seguro y protegido cuando reaccionas ante mí de forma afectuosa y tranquila.

Algunas veces sin importar lo que hagas, quizá no logres tranquilizarme. Este tipo de llanto constante se llama cólico.

Nadie sabe qué lo provoca realmente. Cuando hayas intentando calmarme por todos los medios habituales sin éxito, no te alteres. Pídele a un amigo o a un miembro de la familia que me cuide durante un rato. Mis cólicos deberían cesar cuando alcance los tres meses de edad.

Así es cómo puedes ayudarme

Es difícil para ti saber lo que necesito cuando lloro. Préstame atención cuando llore, *sé paciente, y prueba distintos métodos para tranquilizarme*. Cuando hagas esto, aprenderás a saber lo que necesito cuando lloro. Quizá necesite que me alimentes o que me cambies el pañal. Quizá llore para decirte que tengo calor o que necesito que me hagas eructar. A veces, simplemente me aburro o me siento solo y necesito que me des un juguete, me levantes, me sonrías, me hables o me cantes.

Presta atención a las cosas que me tranquilizan. Pon música suave, dame palmadas en la espalda, háblame y cántame y sostenme en la posición que más me gusta. Me ayuda mucho que camines conmigo, me abrases y me acunes.

Sé que a veces te sientes frustrado cuando lloro demasiado. Por favor, *nunca me sacudas ni me pegues* para que deje de llorar. Soy demasiado pequeño para entenderlo y simplemente lloraré más si me lastimas. Si te vuelves agresivo conmigo podrás lesionar mis delicados huesos, órganos y cerebro.

Si te tomas tiempo para entender por qué lloro y cómo me gusta que me tranquilicen, será más fácil para ti responder a mis necesidades. Cuando satisfaces mis necesidades de manera sensible y comprensiva durante los primeros meses de mi vida me siento protegido y amado.