



Ideas para calmar a un bebé intranquilo

Cogerle en brazos, caminar con él y hablarle son los recursos de toda la vida. He aquí algunas variantes propuestas por madres experimentadas:

- Sujeción mágica.
- Luces tenues y movimientos suaves, si el bebé no está totalmente enfadado.
- Compartir un baño con luz tenue (mejor si otra persona puede consolar al bebé mientras usted prepara el baño). Para el bebé no está totalmente desesperado.
- Caminar dando saltitos con el bebé en brazos.
- Bailar enérgicamente, especialmente si ya sabe cuál es la música preferida del bebé.
- Emplear ruido blanco: agua corriente, interferencias de la radio, la aspiradora o la lavadora.
- Cambio de escenario: vayan a otra habitación, colóquense en otro rincón o salgan fuera.
- ¡Vayan de compras! El viaje en coche y la visión de otras personas pueden romper el maleficio.
- Rebotar sobre un balón de ejercicio con el bebé en brazos.
- Un paseo por el exterior, si el tiempo lo permite, con el bebé en un portabebés. El pequeño puede incluso mamar discretamente en el portabebés mientras pasean.
- Amamantar al bebé otra vez. El hambre no suele ser el problema inicial, pero el pecho casi siempre puede ser la solución; mamar tranquiliza al bebé.

¿Cuál es la mejor solución para usted?
