

Cólico

¿Qué es el cólico?

El cólico se define como episodios de llanto inconsolable e irritabilidad en los bebés entre 1 a 4 meses de edad. Si bien la irritabilidad es común en los bebés con desarrollo normal, aquellos que experimentan cólicos tienen episodios más intensos y frecuentes.

Los episodios de llanto se producen sin ninguna causa obvia. Los episodios de llanto tienden a ocurrir al final de la tarde o al anochecer, pero muchos bebés no siguen un patrón predecible. El llanto y la irritabilidad pueden durar horas a la vez, y los bebés están cómodos y felices entre episodios.

¿Qué causa el cólico?

No hay una sola causa del cólico. Sin embargo, algunos factores incluyen una inmadurez del sistema nervioso del bebé, interrupción del sueño, hipersensibilidad al medio ambiente y sobrecarga sensorial. La dinámica familiar también es un elemento muy importante a tener en cuenta en los bebés con cólico. Se considera que la mayoría de los casos de cólico se encuentran en el extremo superior de la "curva de llanto" normal en bebés sanos.

¿Qué tan común es el cólico?

El cólico es muy común y ocurre en 1 de cada 4 recién nacidos.

¿Cuáles son los signos y síntomas del cólico?

Los bebés con cólico tienen episodios de llanto inconsolable e irritabilidad que parecen empezar sin ninguna razón en particular. El llanto es a menudo más intenso y frecuente al final de la tarde o al anochecer y puede durar varias horas. Los bebés suelen estar felices entre episodios. Generalmente, los cólicos siguen la "regla de tres"

- El llanto comienza a las 3 semanas de edad
- El llanto dura por lo menos 3 horas por día
- Los episodios ocurren por lo menos 3 días por semana

El bebé con cólicos comenzará a llorar como si estuviera en aparente dolor - se pondrá rojo, hará muecas, empuñará las manos, flexionará las piernas, arqueará la espalda, pateará con las piernas, escupirá y pasará gases. A veces, las alimentaciones detendrán temporalmente el llanto, solo para reanudarse cuando se le retire del pezón.



Es importante tener en cuenta que el cólico no es causado por el dolor, a pesar de que el bebé esté molesto y parezca incómodo. Es importante destacar que los bebés con cólicos continúan aumentando de peso y creciendo con normalidad, lo que es tranquilizador y ayuda a excluir otros diagnósticos.

El cólico generalmente desaparece entre los 3 y 4 meses de edad, y alcanza su punto máximo entre las 4 y 6 semanas de edad. En los bebés prematuros, el cólico puede durar un poco más.

¿Cómo se diagnostica el cólico?

El cólico se diagnostica tomando un historial médico cuidadoso del patrón de llanto y confirmando que el bebé está sano en todos los demás aspectos mediante un examen físico completo. No se necesitan pruebas para confirmar este diagnóstico.

¿Cuál es el tratamiento para el cólico?

En más del 90% de los bebés con cólico, el tratamiento no se enfoca en “curar” el cólico, sino en apoyar a la familia durante este momento estresante en el desarrollo del bebé. El tratamiento más efectivo es el tiempo y la paciencia.

Los padres y otros miembros de la familia deben turnarse con el cuidado del bebé. Darle un masaje al bebé, ponerle música relajante o ruidos de fondo y envolverlo, pueden hacerle más fácil el día a un bebé con cólicos.

Hay poca evidencia de que cambiar a una fórmula hipoalérgica o eliminar productos lácteos de la dieta de una madre que amamanta sea beneficioso, pero a veces se intenta para ver si los síntomas mejoran. Existe

alguna evidencia de que ciertos probióticos son útiles para pacientes con cólico. Su profesional de la salud debe ser consultado antes de hacer cualquier cambio.

¿Qué puedo esperar si mi hijo tiene cólico?

El cólico generalmente se resuelve cuando su hijo tiene entre 3-4 meses de edad. A veces, la irritabilidad dura unas pocas semanas o meses más. Tal vez usted se sienta frustrado, abrumado y agotado en algunas ocasiones, así que solicite ayuda y hable con sus proveedores de atención médica si tiene preguntas o necesita apoyo.

Los bebés irritables corren el riesgo de abuso. Aunque se siente enojado o molesto ¡NUNCA SACUDA A SU BEBÉ!

¿Cuándo debo buscar atención médica para mi hijo?

En general, los bebés con cólicos están saludables. Debe comunicarse con su proveedor de atención médica si su bebé tiene algún síntoma nuevo, como fiebre, salpullido, vómitos o insuficiente aumento de peso.

¿Dónde puedo encontrar apoyo para mi hijo y mi familia?

Hable con su proveedor de atención médica y con otros padres. El cólico es muy común y muchas familias han experimentado un bebé con cólico. Si se siente abrumado o agotado, solicite ayuda de su sistema de apoyo, como de familiares y amigos. También es importante informarle a su propio médico si se siente triste o abrumado para que pueda usted recibir más apoyo si lo necesita.

*Revisado y Actualizado por:
Elizabeth Burch, MSN, CPNP, Marzo de 2018
Editado por: Priya Raj, MD, MS, June 2019*

➔ Locate a Pediatric Gastroenterologist

IMPORTANT REMINDER: This information from the North American Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (NASPGHAN) is intended only to provide general educational information as a definitive basis for diagnosis or treatment in any particular case. It is very important that you consult your doctor about your specific condition.



714 N Bethlehem Pike, Suite 300, Ambler, PA 19002 **Phone:** 215-641-9800 **Fax:** 215-641-1995 **naspghan.org**

Visit us on **Facebook** at <https://www.facebook.com/GIKidsOrg>, follow us on **Twitter** @NASPGHAN and **Instagram** #NASPGHAN

