

Universidad del Sureste.

Campus Tuxtla Gutiérrez.

Iris Rubí Vázquez Ramírez.

Lic. En medicina humana.

Tercer semestre.

Actividad: monografía.

Crecimiento y desarrollo.

Dr. Saul Peraza Marin.

Sábado 30 de octubre del 2021.

¿QUE ES EL COLECHO?

Es la práctica que promueve que los niños duerman en la misma cama que sus padres. Se trata de una modalidad que también puede desarrollarse en camas ubicadas de manera contigua o en una cuna unida a la cama de los padres.

No hay una edad límite para dejar de practicarlo. Hasta que el niño quiera, o hasta que quieran los padres.

Algunos de los beneficios son:

- ✓ Facilita la lactancia, lo que no significa que la favorece. Practican más el colecho las madres que dan el pecho, pero probablemente no es que el colecho favorece la lactancia, sino que la lactancia favorece el colecho: para la madre es más cómodo.
- ✓ Disminuye el riesgo de muerte súbita, en cuanto a que dormir en una misma habitación hace que sea más seguro, ya que por motivos exclusivamente médicos, se recomienda que los bebés duerman en la habitación de los padres al menos hasta los seis meses.
- ✓ Es más práctico para todos, el bebé y los padres porque los niños pequeños se despiertan varias veces cada noche, tanto si duermen solos como si están acompañados. La diferencia es que, con el colecho, es más fácil, rápido y cómodo volverlos a dormir. Son los padres los que suelen dormir mejor con el colecho.

Se recomienda lo siguiente al practicar colecho:

- No fumar.
- No tomar somníferos.
- No estar bajo los efectos del alcohol.
- No practicar el colecho con un adulto con obesidad mórbida.
- No practicar el colecho con un adulto muy agotado (que la noche anterior durmió menos de 4 horas).
- Evitar colchones demasiado blandos, como los de agua.
- Vigilar que no haya zonas peligrosas.

¿A QUE SE REFIERE EL TÉRMINO "CÓLICO INFANTIL"?

El cólico se refiere a un patrón específico de llanto intenso excesivo e irritabilidad que ocurre sin ninguna razón aparente (por ejemplo, hambre, enfermedad, o lesión) en recién nacidos sanos. El cólico por lo general comienza en el primer mes de vida, es peor cuando el bebé tiene cerca de 6 semanas de edad y desaparece, a menudo de repente, hacia los 3 a 4 meses de edad.

Por lo general, los médicos consideran que el llanto intenso e inexplicado se debe a cólicos cuando dura más de 3 horas al día y más de 3 días a la semana, durante más de 3 semanas. Sin embargo, muchos médicos también consideran cólico al llanto repentino, intenso e inexplicable que dura menos de 3 horas al día durante casi todos los días de la semana.