

[Año]

Colecho y Cólico Infantil

CRECIMIENTO Y DESARROLLO

DR. SAUL PERAZA MARIN

YANNICK HARPER NARCIA

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 matrimonial.

El colecho es habitual en muchos países. La edad hasta la cual se practica puede extenderse hasta los 10 años del menor, aunque no existe un límite específico. En ocasiones, el colecho es practicado por uno de los progenitores (por ejemplo, la madre duerme en la misma cama que el hijo, mientras que el padre duerme en una cama diferente).

En sus orígenes el colecho estaba vinculado a la falta de espacio y a la necesidad de lograr que el niño permanezca caliente en horas de la noche. Actualmente la decisión de apelar al colecho muchas veces se enmarca en la llamada crianza con apego, que busca forjar un vínculo emocional estrecho entre padres e hijos para que los niños logren crecer con seguridad e independencia.

El colecho tiene que realizarse siguiendo unas recomendaciones en pro de que sea seguro tanto para la mamá o el papá como para el pequeño en cuestión. En concreto, los consejos más relevantes al respecto son los siguientes:

- El menor no debe tener alrededor peluches, almohadones o cojines que puedan provocar su asfixia.
- La superficie en la que duerman tiene que ser firme. Eso pasa porque, por ejemplo, jamás el colchón de la cama debe ser de agua.
- La postura que debe adoptar el pequeño es apoyado sobre su espalda y luego con la cabeza girada hacia un lado. Se considera que esta es la posición adecuada para poder evitar que sufra la muerte súbita del lactante.
- Jamás el bebé debe dormir en el regazo del adulto ya que cualquier movimiento de este mientras duerme podría asfixiarle.
- Bajo ningún concepto hay que taponarle la cabeza al pequeño con una manta o sábana ya que esta puede dificultar de forma contundente su respiración.
- El colecho nunca debe realizarse entre el bebé y uno de sus hermanos.
- Otra medida importante a llevar a cabo en pro del colecho seguro es que la habitación debe encontrarse a una temperatura adecuada que haga que el niño no sufra ni frío ni tampoco calor.
- Cuando el pequeño tiene aún unas semanas de vida se determina que es necesario que para practicar el colecho duerma entre lo que es la pared o la barrera y el adulto en cuestión en lugar de entre sus padres.

¿A QUE SE REFIERE EL TÉRMINO CÓLICO INFANTIL?

Se usa en medicina para referirse a una condición caracterizada por episodios repetidos de llanto intenso, prolongado e inconsolable, que ocurre dentro de los primeros tres meses de vida.