



El vostre bebè no para de plorar. L'heu bressat, alimentat, canviat i res no el calma. Això us irrita tant que se us fa insuportable. Llavors potser voldreu sacsejar-lo enèrgicament per aconseguir que calli. No ho feu: ell plorarà encara més fort.

## Si el bebè plora

Probablement té una bona raó per fer-ho, però no sempre és fàcil esbrinar-la. Un bebè sa crida/plora:

- si té gana
- si està cansat
- si va moll o brut
- si no es troba a gust per qualsevol altra raó o bé si vol escoltar la vostra veu o ser bressat pels vostres braços

Els nadons sans ploren una mitjana de 2-3 hores cada dia, però de vegades ploren dia i nit.

## I malgrat tot el bebè continua plorant

Ho heu provat tot, sense resultat. Esteu a punt de perdre el control. Solament hi ha una solució: poseu el vostre fill al seu llit, de costat o bé panxa-enlaire, apagueu el llum i aneu-vos-en després de tancar la porta. Proveu allunyar-vos una mica i retrobeu la vostra tranquil·litat. Potser us ajudarà telefonar a alguna persona amiga. El bebè probablement continuarà plorant en el seu llit, però això no li farà mal. És molt millor això que no pas perdre el control i que sacsegeu o pegueu el vostre fill.

### Què podeu fer?

- Agafeu-lo amb tendresa
- Bresseu-lo, mentre us passegeu
- Parleu-li dolçament o canteu-li una cançó de bressol
- Oferiu-li un xumet o bé el vostre dit, per succionar
- Acarícieu-li suaument la panxa o l'esquena
- Doneu-li quelcom per a beure

## Quan el plor és diferent

Tot i que és normal que un bebè plori cal que estigueu atents si la forma de plorar canvia.

Truqueu el/la vostre/a pediatre/a o metge/metgessa de capçalera si el nen:

- plora més temps que de costum
- plora més fort que normalment
- sembla que sofreix o bé el seu plor us preocupa

