

PEDIATRIA
Dr. A. Herrero
Urb. Lomas del sol, 20
Benajárfate (Málaga)



CONSEJOS SOBRE EL SUEÑO AL CUMPLIR LOS 5-6 MESES

- 1.- Se recomienda que a partir de esta edad duerma en su habitación separado de los padres. El momento y la edad de la separación lo decidirán los padres.
- 2.- A partir de los 5-6 meses no necesita ser alimentado por la noche, y por eso aunque se despierte no se le debe ofrecer comida. Procurar no alterar el ambiente, no encender la luz y no sacarlo de la cuna. Se debe consolar al niño con caricias y frases cariñosas.
- 3.- Buscar peluche-trapo de compañía-compañero de cuna.
- 4.- Dejar abierta la puerta del dormitorio
- 5.- Acudir cuando llore (cada vez menos veces y menos tiempo), consolarlo, pero intentar mantener la calma y no sacarlo de la cuna (salvo que esté enfermo).

Hay que recordar que el bebé capta todas las sensaciones que le transmitimos los adultos. Si los padres son tranquilos y le hablan dulcemente el bebé captará esta sensación y responderá de la misma manera. Por el contrario, si dudan, están inquietos o cambian continuamente de rutinas, el bebé se volverá inseguro y mostrará inquietud.

“Cada familia tiene su nivel de tolerancia y sus propias creencias: no hay sistemas buenos ni malos solo diferentes”