

P
H
C

CÓLICO DEL LACTANTE

Es un trastorno común en bebés menores de 4 meses que causa **llanto intenso e inconsolable**, generalmente en las tardes o noches. Suele durar de 3 a 4 horas diarias y resolverse hacia los 3-4 meses.

Preguntas PHARMACARE

- ¿Qué tiempo tiene el niño?
- ¿El niño presenta inquietud o nerviosismo?
- ¿El niño presenta un llanto inconsolable casi diario alrededor de 3 horas?
- ¿Sufre de alguna enfermedad crónica?



NutriFarmacia

¿QUÉ HÁBITOS DE NUTRIFARMACIA PUEDEN AYUDARME?

Dieta equilibrada materna, rica en probióticos (yogur natural).

Durante la lactancia materna, se aconseja retirar de la dieta de la madre alimentos como los lácteos, la cafeína, el chocolate y aquellos que puedan producir gases, como las crucíferas y las legumbres.

En caso de alimentación con biberón, se recomienda optar por fórmulas hidrolizadas o específicas anticólicas, siempre bajo la supervisión de un profesional sanitario.

Es fundamental evitar la sobrealimentación, procurar que las tomas sean calmadas.



¿QUÉ TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO PUEDE SEGUIR?

- **Simeticona** (para gases).
- **Probióticos** (como *Lactobacillus reuteri*).
- Evitar automedicación, **consultar siempre al pediatra**.

¿QUÉ TRATAMIENTO NATURALES PUEDE SEGUIR?

- Fórmulas lácteas a base de proteínas extensamente hidrolizadas.
- Fórmulas lácteas sin lactosa.
- Alcaravea, anís e hinojo como carminativos.
- Manzanilla, acción eupéptica.



¿CUÁNDO DEBO IR AL MÉDICO?

- Si el **llanto** es **atípico** (día entero, no solo tardes), con fiebre, vómitos, diarrea, sangre en heces o letargo.
- **Pérdida de peso, rechazo total a comer o** signos de **deshidratación**.
- **Cambios** bruscos en el **patrón** habitual de cólico.
- Si a los **4 meses** la sintomatología **no mejora**.

BIBLIOGRAFÍA



Fuentes: Colegio Oficial de Farmacéuticos de Valencia et al. (2025) y Foro AF-FC (2024).

Adaptación: Equipo de Farmacia delMercat (Valencia)

Supervisión científica: Dra. María Amparo Pérez Benajas.

FAR
MA
CIADEL
MER
CAT

Farmacia, dietética, salud, laboratorio, formulas magistrales....

✉ farmacia@delmercat.es

☎ 963 530 209

☎ 679 818 021

📍 Av. del oeste, 21 46001 valencia

¡Visítanos en nuestra página web!



www.nutrifarmacia.com