
lactancia nocturna multiples despertares

Publicado por txugux - 23/10/2007 23:33

hola. ya van 10 meses d lm, no sin problemas. Muy orgullosa d ella pero aun asi se me esta haciendo cuesta arriba. desde el principio x las noches s " despierta " como mucho cada 3 horas, aunque lo normal es cada 2 horas llevamos una temporada q aguanta menos 1 hora +-.
la única manera d calmarle es con el pecho, le he dado alguna vez algo d agua con cereal (en la primera toma tras la cena)
ya s q es normal, pero necesitaria descansas algo mas, con 4 horas me comformo, no hacemos colecho pero si cohabitación.

M he leído todo lo posible sobre l.m, sea carlos gonzalez o libro d rosa jove, no s sera q ya no aguanto mas los despertares, una piensa q con el tiempo maduran y duermen mas... menos mal q x las mañanas todo pasa.

Ahora solo pide unas 3 veces de día, todavia no le han salido ningun diente, y gatear-corre desde los 6 meses.
¿ teneis algun truco para q no s "despierte " tanto ?
si lo meto o tumbo en la cama para la toma, no le gusta nada, y lo tengo q pasar a su cuna, colecho no puedo xq su papa... ronca y solo me faltaba dormir menos.

A estas alturas me creo a la gente q dice, q es xq siempre le calmado con teta q le he acostumbrado...
claro la unica manera q tengo en dormirle es en la teta ademas...estamos todo el dia juntos y es un niño q no para, me canso, estoy agobiada xq todavia no voy a trabajar, hasta abril no lo hare.Pienso q seguire con l.m entonces ¿ como lo hare si sigo con estas noches ? ¿ cuando tenga el turno de tarde-noche, como s dormira ? vamos q el sistema laboral no lo apoya mucho..

GRACIAS si alguna tiene algun truco para eliminar algun despertar, agradeceria me contestase.

=====

Re:lactancia nocturna multiples despertares

Publicado por agustina - 24/10/2007 03:26

hola!. no se si con esto te voy a poder ayudar!. pero te cuento que a lola la baño todos los dias a la misma hora. siempre entre las 20:15 y 20:30 hs. despues de eso le preparo una mamadera y ya para las 21 esta frita!!!!. ademas en el baño le pongo baño liquido dulces sueños, que tiene lavanda y manzanilla y los ayuda a relajarse.
ella por suerte duerme muy bien. hay dias en los cuales les pega derecho hasta las 6 y hay otros en los que se despierta tipo 3:30. pero le pongo el chupete y sigue.
yo te diria que pruebes haciendole una rutina, muy estricta con los horarios, y que la ultima toma antes de dormir sea bien grande. cosa de que quede satisfecho un beun rato.
espero que te sirva de algo este consejito. besos. agus

=====

Re:lactancia nocturna multiples despertares

Publicado por gla - 24/10/2007 21:02

Hola.. Yo tampoco se si te voy a poder ayudar mucho, porque por suerte, mis dos nenes siempre fueron de dormir muy bien a la noche. Lo de las rutinas me parece importante. Con 10 meses ya cena comida. Que horarios hace el nene? A que hora cena y a que hora se duerme en la noche? Cena bien?
Usa chupete? Te pregunto porque mis hijos nunca usaron chupetes y a veces es verdad que toman la teta como si lo fuera, especialemtne si estan muy pasados de rosca.
Que pasa si en lugar de levantarte vos a la noche, lo hace tu marido?
Consultaste con su pediatra? Porque yo no creo que sea por hambre que se despierta.
Bueno, no te fui de mucha ayuda... :-) Tengo mas interrogantes que respuestas.

=====

Re:lactancia nocturna multiples despertares

Publicado por mariaperot - 31/10/2007 21:32

Hola, comparto tu inquietud. Al igual que vos, mi bebé de 9 meses se despierta cada dos o tres horas para tomar el pecho por la noche. Al rededor del 8vo mes comenzó a dormir un poco mejor (nunca más de 5 horas) pero después retrocedió nuevamente con la salida de los dientes. A esto se le suma que mi esposo también ronca, con lo cual hay

noches que si no es uno es otro el que me despierta. La verdad es que aún con rutina incorporada yo no he logrado mejorar su sueño, sin ser médica, tengo la intuición de que cada chico empieza a dormir bien cuando puede. Mi suegra dice que mi esposo era igual, que le costaba mucho ir a dormir, que se cansaban de pasearlo. Quizás sea como caminar, algunos lo duermen bien antes que otros. Claro que cuando una esta al borde de la locura, porque está cansada y necesita dormir, no le importa nada de esto, en mi caso cada tanto me voy a dormir al sillón del living y mi esposo se encarga de pasearlo cuando se despierta, así logro dormir cuatro horas seguidas. No sé si es algo para recomedar, pero a mí me ayuda los días que no doy más. Una tontería que me ayudó también es moverle la cunita, algunas veces logro que se vuelva a dormir (sin llorar) hamacándolo. Algo que sí es importante es distinguir los ruiditos que hacen mientras duermen de los quejidos anteriores al llanto... seguramente sabés de lo que hablo, lo menciono porque antes ni bien hacía a un ruidito lo ponía al pecho. Ahora espero cuando se queja repetidamente le muevo la cunita y sólo si veo que está por llorar lo pongo al pecho.

Otra cosa que es verdaderamente importante, fijate que no se despierte por alguna molestia, mi bebé muchas noches se despierta seguido llorando porque le duelen los dientitos. El pediatra me recomendó que en esos casos le diera paracetamol en gotas. Verdaderamente sirve, porque lo alivia y así puede dormir mejor. Claro que todo esto lo tenes que hablar con su médico.

Bueno, no creo ser de mucha ayuda, por lo menos sabés que no sos la única que no duerme ;)

=====

Re:lactancia nocturna multiples despertares

Publicado por mariaperot - 03/11/2007 02:07

Ayer leí los capítulos "Por qué no quieren dormir solos" y "Algunos mitos en torno al sueño" del libro Besame Mucho. Quizás te sirvan! Si no lo tenés a mí me lo acaba de pasar Gla!
Besos!

=====