

[Início](#) > O bebé está a chorar, o que posso fazer?

Partilhe Artigo

X



## O bebé está a chorar, o que posso fazer?

Para o bebé, chorar é uma forma de comunicação. Ao chorar, o seu bebé diz-lhe quando tem fome, quando está cansado, ou quando está aborrecido, etc. Esta primeira forma de linguagem é contudo difícil de decifrar. Aqui ficam algumas pistas para a ajudar a entender os choros dos seu bebé.

<https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/o-bebe-esta-chorar-o-que-poss...> [1]

\_ [2] \_ [3] \_ [4]



## O bebé está a chorar, o que posso fazer?

Para o bebé, chorar é uma forma de comunicação. Ao chorar, o seu bebé diz-lhe quando tem fome, quando está cansado, ou quando está aborrecido, etc. Esta primeira forma de linguagem é contudo difícil de decifrar. Aqui ficam algumas pistas para a ajudar a entender os choros dos seu bebé.

Quinta-feira, 19 de Maio de 2016

- <sup>[5]</sup>
- [Imprimir](#) <sup>[1]</sup>
- [Partilhar](#)

## Não existem bebés difíceis!

Os bebés vêm ao mundo a chorar. É uma reação vital. Em contacto com o ar, o seu sistema respiratório começa a funcionar. Nas primeiras semanas o **recém-nascido** chora, mesmo que seja difícil de aguentar, isso reflete um "instinto de sobrevivência". É uma prova de que está vivo e cheio de força.

Ao contrário dos adultos, chorar não é necessariamente um sinal de tristeza nos bebés. Chorar permite-lhes comunicar com o mundo onde vive e dizer a quem os rodeia aquilo de que necessitam: um mimo, alguma companhia... Também pode estar a dizer-lhe que tem fome, que as gengivas doem ou que a barriga dói. Podem até expressar fúria se não forem compreendidos! Em todos estes casos, chorar acalma o bebé e liberta as tensões que sente.

Sempre que o seu bebé chorar, vá ter com ele para ver o que se passa (sem saltar da cadeira ao mínimo som!) pois é sinal de que precisa da sua atenção. **Deve mostrar ao seu bebé que está lá para ele.** Isto não os tornará obrigatoriamente temperamentais! Pelo contrário, porque o seu bebé sabe que pode contar consigo vai ajudá-lo a criar uma imagem de segurança acerca do mundo, ajudando-o a crescer!

## Lágrimas de crocodilo, ou dor verdadeira?

A dificuldade está em **distinguir o choro anormal** que pode ser sinal de dor, do **choro normal** de um bebé saudável. O seu bebé não veio com um manual de instruções, mas você vai aprender a **conhecê-lo** e, apenas em algumas semanas, vai ser capaz de **reconhecer os choros do seu bebé** e saber quando tem fome, está cansado ou tem a fralda suja.

Entretanto, com um pouco de senso comum, o choro do seu bebé **não pode significar qualquer coisa grave** se parar quando o pega ao colo e recomeçar mal você o deita novamente. Obviamente, se isto se tornar um hábito diário, aí pode causar problemas. Tem de o fazer entender que o vai deixar no berço mesmo que ele chore, de modo que você possa – por exemplo – ir tomar banho! Explique que depois podem ir dar um passeio de carrinho.

Nos primeiros meses, os bebés podem também chorar devido a cólicas. As cólicas do bebés parecem ser muito dolorosas e nem sempre é fácil acalmar o bebé, mesmo quando está ao seu colo.

## Algumas dicas para acalmar o bebé e para a ajudar a relaxar

Quando o seu bebé começa a chorar, o seu primeiro instinto é descobrir o que se passa de errado. A razão nem sempre é óbvia. Avalie as várias possibilidades e tente diferentes soluções: um mimo, uma sesta, o brinquedo favorito... E se nada funcionar?

Não entre em pânico e não fique em casa, sozinha com o bebé, **saia de casa!** O carrinho de bebé tem propriedades calmantes incríveis.

**E não se esqueça do pai!** Mesmo que ele esteja cansado quando chega do trabalho, deixe o bebé com ele para que você possa ir apanhar um pouco de ar e fazer uma visita à sua melhor amiga. Verá que em breve, mesmo que o pai esteja um pouco receoso de início, o seu marido vai rapidamente dar muito valor a estes momentos a sós com o bebé.

[Ler mais](#) <sup>[6]</sup>

**URL de origem:** <https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/o-bebe-esta-chorar-o-que-posso-fazer>

### Ligações

[1] <https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/o-bebe-esta-chorar-o-que-posso-fazer>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/o-bebe-esta-chorar-o-que-posso-fazer&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/shutterstock\\_301455563qq.jpg&description=beb%C3%A9%20est%C3%A1%20a%20chorar%2C%20o%20que%20posso%20fazer?](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/o-bebe-esta-chorar-o-que-posso-fazer&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/shutterstock_301455563qq.jpg&description=beb%C3%A9%20est%C3%A1%20a%20chorar%2C%20o%20que%20posso%20fazer?)

[3] [https://twitter.com/share?text=O%20beb%C3%A9%20est%C3%A1%20a%20chorar%2C%20o%20que%20posso%20fazer?](https://twitter.com/share?text=O%20beb%C3%A9%20est%C3%A1%20a%20chorar%2C%20o%20que%20posso%20fazer?&url=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/o-bebe-esta-chorar-o-que-posso-fazer)

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/o-bebe-esta-chorar-o-que-posso-fazer>

[5] <https://www.nestlebebe.pt/printpdf/8091>

[6] <https://www.nestlebebe.pt/javascript%3A%3B>