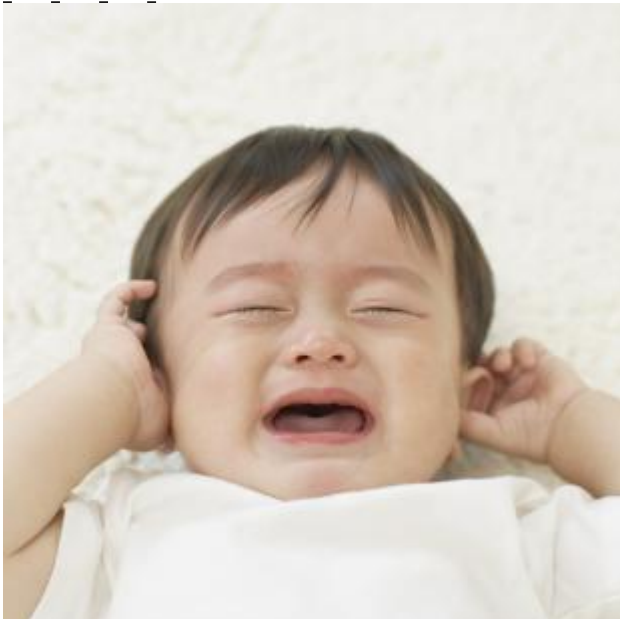


## Las pesadillas en el bebé

En esta etapa del desarrollo del bebé es muy importante tu presencia y reacción como mamá, ya que juntos deberán buscar una forma de solucionar el problema del sueño.

<https://www.nestlebabyandme.cl/las-pesadillas-en-el-bebe> <sup>[1]</sup>

[\\_ \[2\]](#) [\\_ \[3\]](#) [\\_ \[4\]](#) [\\_ \[5\]](#)



# Las pesadillas en el bebé

En esta etapa del desarrollo del bebé es muy importante tu presencia y reacción como mamá, ya que juntos deberán buscar una forma de solucionar el problema del sueño.

Jueves, Febrero 11, 2016

- <sup>[6]</sup>
- [Imprimir](#) <sup>[1]</sup>
- [Compartir](#)

Cuando el bebé llega a los 10 meses, las pesadillas comienzan a ser habituales, debido a que los bebés entienden más cosas y se desenvuelven en un mundo más complejo. Todas estas sensaciones se manifiestan en las noches. El sueño del bebé ayuda a abordar las situaciones estresantes que vive el bebé a diario producto de su desarrollo y crecimiento.

En esta etapa del desarrollo del bebé es muy importante tu presencia y reacción como mamá, ya que junto a tu bebé deberán buscar una forma de solucionar el problema del sueño del niño y volver al sueño tranquilo de antes.

Consejos para enfrentar las pesadillas en el bebé:

Ayuda al bebé a enfrentar las pesadillas, abrazándolo y calmándolo, pero no olvides que es importante que el bebé vuelva a dormirse solo y en su cama.

Para conciliar el sueño del bebé, deja encendida una luz durante la noche.

Como parte del desarrollo del bebé, crea una rutina tranquila para la hora de acostarlo, sin estímulos que lo sobreexciten. Así el bebé podrá conciliar mejor el sueño.

Cuando se despierte, tranquiliza al bebé sin entrar en detalles sobre lo que lo asustó. Estas pesadillas, por lo general, están relacionadas con situaciones vividas durante el día, por lo tanto, no les prestes mucha atención.

Si ninguna de las recomendaciones anteriores ha surtido efecto en un plazo para calmar las pesadillas en dos a tres semanas, consulta al pediatra. Tal vez sea necesaria una terapia por un período breve para solucionar el problema de sueño del bebé.

[Leer más](#) <sup>[7]</sup>

**URL de origen:** <https://www.nestlebabyandme.cl/las-pesadillas-en-el-bebe>

## Enlaces

[1] <https://www.nestlebabyandme.cl/las-pesadillas-en-el-bebe>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebabyandme.cl/las-pesadillas-en-el-bebe&media=https://www.nestlebabyandme.cl/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/84285508\\_20\\_0.jpg&de](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebabyandme.cl/las-pesadillas-en-el-bebe&media=https://www.nestlebabyandme.cl/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/84285508_20_0.jpg&de)  
pesadillas en el bebé

[3] <https://twitter.com/share?text=Las%20pesadillas%20en%20el%20beb%C3%A9&url=https%3A//www.nestlebabyandme.cl/las-pesadillas-en-el-bebe>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebabyandme.cl/las-pesadillas-en-el-bebe>

[5] <https://api.whatsapp.com/send?text=https://www.nestlebabyandme.cl/las-pesadillas-en-el-bebe&title=Las pesadillas>

en el bebé

[6] <https://www.nestlebabyandme.cl/printpdf/17316>

[7] <https://www.nestlebabyandme.cl/javascript%3A%3B>