

Tema 7. Cólico del Lactante

Prof. Dra. María Blanco
Métodos específicos de intervención en fisioterapia IV

1. Introducción

El cólico del lactante constituye una de las consultas más frecuentes en pediatría y fisioterapia pediátrica. Se define como un trastorno funcional caracterizado por episodios de llanto inconsolable, irritabilidad y malestar, que ocurren en un niño sano, habitualmente en los primeros meses de vida. Aunque benigno y autolimitado, el cólico genera gran preocupación en las familias y puede afectar al vínculo afectivo entre padres e hijo.

2. Sistema gastrointestinal del recién nacido

El sistema digestivo del lactante presenta características inmaduras: peristaltismo irregular, inmadurez enzimática, microbiota en desarrollo y sensibilidad aumentada a estímulos. El intestino aún está colonizándose por bacterias beneficiosas, lo que puede influir en la producción de gases y en la motilidad. La coordinación entre succión, deglución y digestión también está en fase de maduración, lo que puede predisponer a molestias abdominales.

3. Definición y criterios diagnósticos

Clásicamente, Wessel definió el cólico como episodios de llanto excesivo durante más de tres horas al día, al menos tres días por semana, en un lactante por lo demás sano. Actualmente, la clasificación de Roma IV lo considera un trastorno funcional del lactante, con inicio y resolución dentro de los primeros cinco meses de vida, caracterizado por llanto recurrente sin causa aparente.

4. Etiología y teorías actuales

El cólico del lactante tiene un origen multifactorial. Entre las teorías más aceptadas se incluyen:

- Teoría gastrointestinal: inmadurez digestiva, exceso de gases, hipersensibilidad intestinal.
- Teoría neurovegetativa: inmadurez del sistema nervioso autónomo.
- Teoría de la microbiota: desequilibrio en la colonización bacteriana.
- Factores psicosociales: ansiedad y estrés parental, que influyen en el niño.
- Factores alimentarios: intolerancia a proteínas de leche de vaca o lactosa en algunos casos.

5. Manifestaciones clínicas y diagnóstico diferencial

El lactante con cólico suele presentar episodios vespertinos de llanto intenso, acompañado de flexión de piernas sobre el abdomen, enrojecimiento facial y meteorismo. El niño se calma espontáneamente tras los episodios, y no existen signos de enfermedad orgánica. El diagnóstico diferencial debe incluir reflujo gastroesofágico, alergias alimentarias, infecciones urinarias, estreñimiento o patologías neurológicas.

6. Evolución natural y pronóstico

El cólico suele iniciar en la segunda o tercera semana de vida, alcanza su máximo entre la sexta y octava semana y tiende a resolverse de manera espontánea hacia el cuarto o quinto mes. Aunque no deja secuelas orgánicas, puede afectar al bienestar emocional de los cuidadores.

7. Tratamiento y abordaje multidisciplinar

El tratamiento del cólico del lactante requiere un enfoque integral. Se destacan:

- Educación y apoyo a los padres: tranquilizar, explicar el carácter benigno y autolimitado.
- Masaje infantil: técnicas suaves en abdomen para facilitar la expulsión de gases.
- Osteopatía y fisioterapia: intervenciones manuales que buscan relajar la musculatura abdominal y pélvica.
- Cambios alimentarios: evitar sobrealimentación, valorar fórmulas especiales en casos seleccionados.
- Probióticos: estudios recientes apuntan al beneficio de cepas como *Lactobacillus reuteri*.
- Fármacos: en general no recomendados, salvo casos muy concretos.

8. Evidencia científica reciente

Las investigaciones actuales destacan la importancia de la microbiota intestinal en el cólico del lactante. Ensayos clínicos han mostrado que el uso de probióticos específicos puede reducir la duración del llanto. El masaje infantil y la fisioterapia han demostrado mejorar los síntomas y favorecer el vínculo afectivo. El abordaje multidisciplinar, combinando educación parental, técnicas manuales y apoyo emocional, es la estrategia más efectiva.

9. Implicaciones en fisioterapia y educación parental

El fisioterapeuta pediátrico desempeña un papel clave en la prevención y el manejo del cólico. Su labor incluye la enseñanza de masajes abdominales, pautas posturales, consejos de ergonomía en la lactancia y acompañamiento a la familia. Además, fomenta la comprensión de la fisiología digestiva y la tranquilización de los cuidadores, reduciendo la ansiedad y favoreciendo el vínculo madre-padre-hijo.