



**Dr. F. Codina Garcia**  
prop dels infants

## Espasmes del plor

Un espasme del plor és una situació que es dona en alguns nens sans (prop del 5%), entre els 6 mesos i els 5 anys d'edat i que, malgrat la seva benignitat, pot espantar a qui ho observi.

### Què són els espasme del plor?

Són episodis desencadenats per un empipament, un ensurt o una emoció important, en què el nen deixa de respirar bruscament. No se sap per què passen, ni per què els tenen uns nens i altres no. Són més propensos els fills de pares que han tingut espasmes del plor de petits. Tot i ser molt alarmants, la seva naturalesa és totalment benigna sense cap risc per a la salut.

### Quins són els símptomes?

Després d'una caiguda, un cop, una contrarietat o un enuig, el nen plora o intenta plorar. Després, de sobte, deixa de respirar i comença a posar-se a poc a poc morat i rígid (espasme del plor cianòtic). Si l'episodi s'allarga més de 10-15 segons poden produir algunes sacsejades, com convulsions. Finalment, el nen comença a plorar o perd la consciència breument. Hi ha un altre tipus d'espasmes del sanglot, menys freqüents, en què els nens es queden pàl·lids, no morats (espasme del plor pàl·lid). Solen passar després d'un ensurt o un sobresalt. El espasmes del plor produeixen molta alarma a les famílies. No obstant això, els nens es recuperen en uns segons, sense fer res especial.

### Què es pot fer?

Mantenir la calma o almenys intentar-ho. Els espasmes del plor acaben tan ràpid com comencen, en pocs segons i sense cap repercussió per al nen. No cal sacsar, cridar, ni colpejar el nen, ja que això no aconseguirà que l'espasme cedeixi més ràpidament i pot lesionar-lo sense voler. Tampoc cal fer respiració boca-boca, ni altra maniobra de reanimació. Pot ser difícil per als pares estar-se quiets fins que el nen es recuperi, però cal intentar convèncer-se que es recuperen sols, sense cap conseqüència.

### Quan he de consultar?

Si el nen té un primer episodi i no s'està segur que realment es tracti d'un espasme del plor, s'ha de consultar el pediatre. Si s'està molt preocupat pels episodis o són molt repetitius també es poden consultar amb el pediatre els dubtes i preguntar sobre com actuar.

### Quines conseqüències tenen?

Cap. Els nens es recuperen íntegrament en cada episodi. No existeix cap relació a cap malaltia. Els nens amb espasmes del plor no tenen més risc de desenvolupar epilèpsia, encara que en alguns episodis puguin produir sacsejades (convulsions), com en les crisis epilèptiques.

### **Com es poden prevenir?**

No es poden prevenir. Cal recordar que "com vénen, se'n van". Com alguns espasmes del plor estan desencadenats perquè s'ha reprès el nen quan ha fet alguna cosa malament o se li porta la contrària, hi ha pares que intenten evitar aquests episodis, no renyant als seus fills. És important continuar corregint el seu comportament i no cedir davant les rebequeries. Els límits i les normes continuen sent necessaris perquè els nens se sentin segurs.

*Modificat de en família (<http://enfamilia.aeped.es/>)*