

# Los bebés y los chupetes

Antes de nacer todo bebé tiene ya su chupete. Podemos encontrar gran variedad, tanto a nivel de estética (colores, dibujos...) como de anatomía, con la finalidad de potenciar sus diferentes funciones, tales como la succión o la prevención de alteraciones de la correcta estructura orofacial.

**MUCHAS MAMÁS** se preguntan ¿estaré haciendo un abuso del uso del chupete?, ¿Qué chupete es el más apropiado?, ¿Realmente mi hijo necesita el uso del chupete? o ¿Vale cualquier método para quitarlo? Diversos estudios de investigación informan de las consecuencias negativas que provoca el uso indebido

y prolongado del chupete provocando una inadecuada respiración bucal, hipotonía muscular o maloclusiones, entre otras. La necesidad de chupetear, el dedo o el chupete, es un aspecto universal. La succión ayuda al bebé a calmarse cuando llora, así como al desarrollo de las estructuras orofaciales.

## → INCONVENIENTES DEL CHUPETE

El mal uso o abuso del chupete puede provocar:

- Problemas oclusionales.
- Dificulta el inicio de la lactancia provocando acortamiento del periodo de la lactancia materna. Se recomienda no ofrecer al niño, en los primeros días de vida, ni chupete ni biberón hasta que no esté bien instaurada la succión del pecho materno.
- Riesgo de infecciones orales.
- Reflujo gastro-esofágico.

No obstante, el uso moderado y adecuado tiene una serie de ventajas:

## → VENTAJAS DEL CHUPETE

- Induce tranquilidad y calma al niño.
- Estimula el reflejo de succión en bebés prematuros.
- Satisface la necesidad de succión sobre todo en aquellos bebés de lactancia artificial.
- Posee un factor preventivo sobre la muerte súbita del lactante.

## → RECOMENDACIONES SOBRE EL USO DEL CHUPETE

- No conviene ofrecer el chupete al bebé hasta que la lactancia esté bien establecida, al menos durante las dos primeras semanas de vida. En ese período se debe sustituir el chupete por el pecho materno, a modo de chupete, para realizar la succión no nutritiva.
- No atar el chupete al cuello, brazo o mano del bebé, hay riesgo de pequeños accidentes.
- No impregnarlo en miel, zumos, azúcar, leche condensada, ni otras sustancias.
- Hervir el chupete antes de usarlo y lavarlo frecuentemente antes de que el bebé cumpla seis meses, así evitaremos la exposición a gérmenes. Pasada dicha edad el riesgo de infecciones por esta vía disminuye, por lo que bastaría con lavarlo con jabón y enjuagarlo con frecuencia o cuando cae al suelo.
- Cambiarlo cuando se deteriore o cada dos meses.
- No fabricar chupetes caseros, pueden dar un resultado peligroso para su hijo.



## → CONSEJOS PARA RETIRAR EL CHUPETE

- Alrededor de los 3 añitos ya es conveniente plantearse la retirada del chupete. Antes de realizar este cambio en la vida de su hijo, es ventajoso una adecuada preparación. En torno al año y medio es conveniente ir limitando el uso de un modo progresivo. A los 2 añitos el uso del chupete debe quedar sólo para algunos casos concretos.
- Utilizar siempre refuerzos positivos, como elogios, cuando no lo lleve puesto. No se debe recurrir a castigos o humillaciones para conseguir que su niño abandone el chupete.
- En el caso de niños más mayorcitos y con cierta compresión, se aconseja darle una explicación de lo que le puede ir ocurriendo a sus dientes y su boca.
- Procurar hacer partícipe al nene de la decisión de la retirada del chupete, elegir entre los papás y el niño el modo de despedida.
- Tras la retirada del chupete, estar atentos en los momentos de estrés o enfado de los niños, para proporcionarle el consuelo que necesite.

## → SUCCIÓN DEL PULGAR FRENTE AL USO DEL CHUPETE

Los efectos sobre la dentición y formación de la boca son similares. La diferencia radica en la dificultad para eliminar el hábito:

- El hábito de uso del chupete es más fácil de erradicar, porque los papás tienen el poder sobre él, ya que se pueden hacerlo desaparecer.
- Los chupetes están preparados para no dañar la anatomía de la boca siempre cuando haya elegido adecuadamente.

## → CONSEJOS PARA MODIFICAR EL HÁBITO DE SUCCIÓN DEL PULGAR

- Para eliminar el hábito, el niño debe tener cierta conciencia del problema. No se aconseja, ni es útil, el castigo por la práctica del chupeteo del niño. Es más eficaz los refuerzos positivos en situaciones que no esté realizando la conducta de chupar.
- Recompensar cada día que consiga tener éxito en el intento.
- Respecto a niños más mayorcitos, se recomienda informales de las repercusiones que tiene su hábito respecto a sus dientes y su boca. Se debe utilizar un vocabulario acorde a su edad e impartido por un profesional (pediatra, dentista, logopeda especialista en Terapia Miofuncional...) junto con el apoyo de los padres. En caso de fracaso se debe solicitar ayuda profesional, como puede ser un ortodoncista o un logopeda especialista en Terapia Miofuncional.