



El hábito de succión que presentan los niños pequeños se debe a un reflejo natural que tenemos los seres humanos y que ya estaba presente en su hijo cuando aún se encontraba en el útero materno. Se trata de algo completamente normal, e incluso sano. No hay motivo para sentirse preocupado porque su hijo haga esto.

La mayor parte de los niños abandonan los hábitos de succión antes de los cuatro años, sin que se ocasionen daños permanentes.

Succión del pulgar o uso del chupete ¿Qué puede ser más perjudicial?:

Los efectos sobre la dentición y formación de la boca no son muy distintos, dependiendo de si el objeto del chupeteo es el chupete o algún dedo del niño. Sin embargo, las siguientes son diferencias entre ambas situaciones:

- El hábito de uso del chupete es mucho más fácil de interrumpir, ya que podremos tener más control que sobre el uso del dedo. El chupete siempre se podrá tirar a la basura y decirle que ha desaparecido ("misteriosamente"). El dedo, por el contrario, siempre lo tendrá a mano (nunca mejor dicho).
- Los chupetes resultan ser objetos de succión más blanditos y causan menos daño a los dientes, sobre todo si la elección del chupete es correcta.
- El recubrimiento del chupete permite aliviar la tensión ejercida sobre los dientes.
- Los chupetes pueden lavarse enérgicamente, todas las veces que haga falta.
- Si el hábito de succión aún se mantiene hacia los 6 años de edad nos encontraremos con problemas en la dentición, por lo que es aconsejable que abandonen el chupete o la succión del dedo antes de los 4 años.

RECOMENDACIONES PARA MODIFICAR EL HÁBITO DE SUCCIÓN

Algunos consejos para ayudar y estimular a su hijo a que abandone el hábito de succión:

- No le castigue por chuparse el dedo o usar chupete. Es mejor la estrategia opuesta; es decir, se trata de proporcionar refuerzo positivo, felicitándole y premiándole con mayores atenciones cuando no lo esté haciendo. Así, cuando empiece a disminuir el hábito hay que recompensarle cada día que consiga tener éxito en el intento.
- Para el niño que quiere abandonar el hábito de succionar el pulgar, resulta a veces útil envolverle el dedo con una tirita que le servirá de recordatorio de que debe dejar de chuparse el dedo. Puede aceptar también ponerse un guante durante el sueño nocturno.
- Cuando su hijo tenga suficiente edad para comprender los posibles resultados del hábito, se le puede informar sobre lo que le puede pasar a sus dientes y a su boca si continúa chupándose el dedo. Esta explicación es muy efectiva si es el pediatra o el dentista el que habla con el niño/a en términos que él o ella puedan entender. Este consejo informativo, junto con el apoyo claro y constante de los padres, consigue que la mayoría de los niños abandonen el hábito. Si esto no da resultado, probablemente hará falta consultar con el dentista para plantearse otras soluciones y valorar la repercusión del mantenimiento del hábito.

