

Hábitos de succionar el pulgar, el dedo o un chupete

Para un bebé, succionar su pulgar, su dedo o el chupete es un reflejo natural. La succión puede ayudar a un bebé a sentirse feliz y más seguro, puede incluso ayudar a niños pequeños a calmarse ellos mismos hasta quedar dormidos.

¿Los hábitos de succión de mi bebé son dañinos para sus dientes?

La mayoría de los niños dejan de succionar sus pulgares, dedos o chupetes por sí solos, entre los 2 y 4 años de edad, y no se produce ningún daño a sus dientes o mandíbulas. Si el niño continúa con el hábito de succión después de que aparecen los dientes permanentes, esto puede causar problemas en la mordida o el niño podría tener los dientes torcidos o encimados. Los chupetes al igual que succionar el pulgar o los dedos, pueden afectar los dientes de igual manera. Sin embargo, el hábito del chupete es más fácil de romper.



¿Cuáles son algunos consejos sobre uso de los chupetes?

- USE chupetes que tengan la parte del plástico más ancha que la boca del niño.
- USE chupetes que tengan orificios de ventilación.
- NO ate el chupete alrededor del cuello del bebé.
- NO sumerja el chupete en líquidos dulces o azúcar. Esto puede aumentar el riesgo de caries del niño.
- NO limpie el chupete en su boca antes de dárselo a su niño. Esto puede hacer que le pase gérmenes que causen caries.

¿Qué puedo hacer para romper con el hábito de mi hijo?

A los 3 años debe comenzar a alentar a su hijo a que deje el hábito de modo que deje de hacerlo completamente cuando tenga 4 años. Algunos consejos para ayudarlo a incentivar a su hijo a romper el hábito son:

- Elogie a su hijo cuando no use el chupete ni se chupe el dedo en lugar de rezongarlo cuando lo haga.
- A menudo los niños succionan cuando se sienten inseguros o necesitan consuelo. Trate de encontrar la causa de su ansiedad y reconforte a su hijo.
- Haga que su hijo participe en la elección del método para romper con su hábito.
- Recuérdele el hábito a su hijo envolviéndole el pulgar o el dedo o poniéndole un calcetín en su mano por la noche.
- Visite a su dentista para obtener ayuda. El dentista puede incentivar al niño y explicarle lo que le podría suceder a sus dientes si no deja el hábito de succión.