

¡ ADIÓS CHUPETE, ADIÓS!

El chupete es uno de esos objetos que acompañan a la mayoría de los niños durante la primera parte de su infancia. El reflejo de succión está presente en los bebés incluso antes de nacer, ya se ha podido determinar a través de ecografías que el feto empieza a chuparse los dedos entre la semana 13 y la semana 14 de embarazo. Y es que la succión no sólo tiene un papel nutritivo, sino que también proporciona al bebé tranquilidad y sosiego, incluso aunque no trague nada. Esta “succión no nutritiva” es el origen del chupete, aunque a muchos niños no les gustará el plástico de la tetina y lo que chupen sea su dedo. En cualquier caso, ya sea chupete o dedo, no hay que preocuparse, ya que la necesidad de succionar del bebé es algo completamente normal, incluso en niños mayores de uno o dos años.

¿A partir de qué edad hay que quitar el chupete?

De la misma forma que existe el debate “chupete sí / chupete no”, también hay opiniones encontradas respecto a la edad en la que los padres deberían de quitarle el chupete a su hijo. La mayoría de odontopediatras recomiendan quitarlo antes del año, para que no interfiera en el desarrollo mandibular y de erupción de los dientes. Sin embargo, para la mayoría de los niños el año de edad es demasiado pronto, ya que la necesidad fisiológica de succión se mantiene.

Lo habitual es que a partir de los 15 o 18 meses el bebé quiera sólo el chupete para ayudarse a dormir, aunque puede seguir queriéndolo hasta los dos años. A partir de esta edad, si todavía continúa utilizándolo, es cuando podemos empezar a aplicar distintas estrategias para que poco a poco vaya olvidándose de él. Una aceptable “meta” es que haya dejado de utilizarlo antes de los tres años, que es cuando ya empiezan el “cole de mayores”.

Debemos de elegir el momento adecuado. Que sea un periodo de estabilidad para el niño y sin otros cambios a la vista, es decir, unos meses antes de empezar el colegio, o en vacaciones. No hay que hacerlo coincidir con otro momento crucial de la vida del pequeño, como puede ser la llegada de un hermanito. A fin de cuentas, la separación del chupete es uno de los grandes acontecimientos de su corta vida.

En cualquier caso debe ser un proceso gradual, nunca brusco, y adaptado a los ritmos del niño.

Consejos para quitar el chupete sin traumas

Una vez que estemos preparados lo mejor es no volver atrás, aguantar un poco y mostrarse firme, y, sobre todo, contar con la complicidad y colaboración de nuestro hijo. Nosotros le ayudaremos, pero es él el que toma la determinación final de prescindir de su amado chupete.

- El chupete puede darse como ofrenda a Papá Noel, los Reyes Magos, los duendes, el gato del vecino, un pájaro etc. casi siempre a cambio de un regalito por ser mayor.
- Darlo como donativo generoso a algún bebé más pequeño que lo necesita más.
- Decir al niño que se ha perdido y no lo encontramos por ninguna parte, o lo hemos olvidado después de un viaje fuera de nuestra ciudad (O bien aprovechar una situación real en el que esto ocurra verdaderamente).

¡ ADIÓS CHUPETE, ADIÓS!

- El día de su cumpleaños, como ya es mayor, él mismo decide tirarlo, a modo de ritual. ¡A la basura!

- Aprovechar una posible enfermedad que afecte a su boca o que, por cualquier motivo le haga rechazar voluntariamente el chupete.

Más o menos noveladas o ficticias, estas medidas cumplen su objetivo en la gran mayoría de los casos, aunque siempre debemos ofrecer un refuerzo positivo felicitando al niño por el esfuerzo y la renuncia que está protagonizando. Quizás tarden unos pocos días, pero se acostumbrarán.

R
e
c
o
m
e
n
d
a
c
i
o
n
e
s

Lo que no debes hacer a la hora de quitarle chupete.

- Ser agresivo o enfadarse con el niño.
- Quitárselo de repente.
- No tener en cuenta los momentos de mayor ansiedad del niño.
- No tener en cuenta el por qué tiene la necesidad de usar el chupete.
- Empezar la retirada durante momentos estresantes como cambios de domicilio, separaciones, comienzo de curso, nacimientos de hermanos, etc.
- Castigarle o humillarle si llora.

Los métodos no aconsejables son aquellos que consisten en hacer al chupete “menos atractivo”: impregnarlo de una sustancia amarga, hacerle un corte para que al succionarlo se quede “vacío” de aire, Aunque a los padres les parezca algo inocente, para el niño puede ser una experiencia traumática.

Lo que nunca haremos será quitarlo de repente, ridiculizarle, o castigarle si llora. Ante todo, debemos respetar el ritmo de nuestro pequeño y entender que la separación del chupete puede ser para ellos causa de gran ansiedad.

Lecturas aconsejadas:



“Sin chupete ¡Ya soy mayor!” Jacobo Muñoz, S.A. IMAGINARIUM, 2008



“Edu ya no necesita el chupete” Linne Bie. JUVENTUD, 2010