

## **LOS CHUPETES**

Se puede observar que hacia las 14 semanas de vida intrauterina el feto se lleva las manos a boca, siendo el primer inicio de succión digital. Cuando nace el bebé el instinto de succión va aparejado a la conservación de la vida. Solamente cuando el niño succiona está relajado, salvo con el sueño, por eso que ofrecerle un chupete es lo más natural, de hecho el 80% de los padres en la actualidad permiten que sus bebés utilicen el chupete. El chupete, viene utilizándose desde los albores de la humanidad, se cree que su uso era habitual en el neolítico, aunque el primer registro que tenemos de él como de otros utensilios domésticos, conservado en las condiciones idóneas, ha sido en Egipto y data más de 3.000 años. Las versiones más tempranas se confeccionaban de trapo, que se rellenaba con harina, miel, ocasionalmente incluso alcohol o semillas de amapola para mantener sedado al niño. Esta costumbre de utilizar un lienzo atado, y relleno, en éste caso de azúcar, lo he conocido yo, lo que quiere decir que permaneció vigente al menos hasta los años ochenta del pasado siglo en zonas rurales del País Vasco. El nacimiento del chupete moderno data de 1845, fecha en la que se patentó el primer chupete de goma.

El siglo XX trajo la discusión sobre las ventajas o desventajas de usar chupete. La gran pregunta era ¿Es mejor chupar un chupete que el dedo? El chupete tiene la tetina blanda y flexible que apenas interfiere el desarrollo maxilar. La succión prolongada digital altera el cierre bucal, altera la posición de la lengua, puede causar apiñamiento dentario y alterar el reflejo fisiológico de la deglución, sin entrar en el debate de que el hábito de la succión digital es muchísimo más difícil de eliminar.

A la hora de escoger un chupete que debemos de observar:

- Solamente un chupete con tetina de cuello plano, cuanto más plano mejor, nos garantizará el cierre correcto de los labios y arcadas, permitiendo la erupción de los dientes sin interferencias.
- La tetina debe de llevar, una pequeña válvula de aire, de manera que cuando el niño la muerda, se vacía, evitando ofrecer resistencia a la presión de los dientes. Ocasionalmente por éste motivo las madres pueden observar la entrada de agua al interior de la tetina.
- Elija un chupete plano, blando y simétrico (simétrico quiere decir, que aunque lo introdujéramos al revés en la boca no altera la posición de la lengua).
- Es muy importante que la banda de sujeción del chupete esté regulada y que el peligro de estrangulación (no es la primera vez) del niño sea virtualmente imposible. La banda nunca deberá ser alargada ni estar confeccionada con elementos que puedan desprenderse. Es mejor elegir un chupete sin aro, para evitar tentaciones, en el que la banda de sujeción está ya regulada.
- El chupete mejor es el más liviano de manera que el niño no tenga que contraer la musculatura perioral para sostenerlo.

- Para evitar la transmisión bacteriana horizontal muy importante, personalizarlo. Poner el nombre del bebe.
- El niño crece pero el chupete no. En el mercado hay tallas sucesivas. Si nos equivocamos mejor pequeño que grande.
- El chupete deberá estar bien ventilado, normalmente los fabricantes lo perforan con grandes orificios para permitir la aireación de la piel del niño en contacto con él.
- La gran duda: tetina de látex o de silicona. El látex es mas blando y flexible que la silicona pero más alérgico y tiene peor vejez. Además está lo de las nitrosaminas, sustancias químicas cancerígenas ( que se encuentran también en la carne ahumada y en algunos cosméticos) y que se desprenderían en pequeñas cantidades con la succión. Aunque si elige la silicona no se librá de otra sustancia sospechosa de riesgos para la salud, los bisfenoles (BPA), sustancia que entra a formar parte de la fabricación de los policarbonatos (PC).

Si le sirve de algo la opinión de éste dentista, si yo fuese niño y me lo dieran a elegir, escogería sin dudarlo un chupete de látex, por que es una material más humanizado que la silicona y ofrece menor resistencia a la presión de los tejidos orales. Pero son ustedes los padres los que tienen que elegir, el que sea alérgico al látex, puede utilizarlo de silicona.

## **UTILIZACION y MANTENIMIENTO:**

Una de las grandes controversias que se llevó a cabo hace unos años en EEUU, fue la contestación a la pregunta ¿Cuándo se debe quitar el chupete al niño? Los padres consentidores delegaban ésta responsabilidad en los propios niños. Obviamente las casas comerciales argumentaron que hasta los tres años de edad, las deformaciones potenciales que se producían en la boca de los niños eran en todo caso reversibles. Las Academias Americanas de Odontopediatría y Pediatría recomiendan la eliminación del chupete con el primer cumpleaños para evitar que interfieran en el crecimiento de la boca. El uso por encima de las seis horas diarias potencia los efectos lesivos. Por último cuando veamos marcas de dientes en la tetina (sobre todo en los de silicona) es un aviso para eliminarlo inmediatamente. En cuanto a su mantenimiento, se deberá hervir durante un minutos antes de su primer uso. Si se cae al suelo, se pasa por el grifo y no en la boca de la madre o el padre. El chupete de látex sobre todo, si se expone directamente a la luz del sol o se almacena en un lugar caliente se transforma en pegajoso y antihigiénico. Las casas comerciales recomiendan su cambio cada dos meses.

## **CINCO MANERAS DE ELIMINAR EL CHUPETE**

- Limitando su uso: Solamente se permite chupar chupete para ir a la cama.
- Se retira el chupete y a cambio se le ofrece al niño un oso de peluche, por ejemplo.
- Historias y cuentos que hacen referencia a como dejar de chupar chupete
- Estimular la autoestima del niño diciéndole: Los chicos grandes no necesitan chupete.
- Aunque un poco cruel, en mi experiencia el más efectivo. : ; Al chupete le han crecido pelos. Tíralo; ( La madre enhebra unos hilos a la tetina del chupete).