

¿Cuándo es momento de dejar el chupete y la mamadera?



Ps. Josefina Uriarte G.

Para responder a la pregunta ¿cuándo es momento de dejar el chupete y la mamadera? debemos entender qué hace que los niños necesiten estos objetos en los primeros años de vida. La succión no nutritiva, es decir, de elementos que no se relacionan con la ingesta de alimentos, como chuparse los dedos, chupete u otros está presente en todos los niños, antes del nacimiento y durante aproximadamente el primer año de vida – siendo más intenso durante el primer trimestre -. De todas formas, no todos los infantes reciben y necesitan del chupete. Hay algunos que tienden a escupirlo constantemente, por lo que no se debe forzar su uso en estos casos.

Para poder definir un tiempo adecuado, es relevante mirar la cantidad de años de uso y el uso en horas diarias. La utilización de ambos objetos debería ser esporádica e intentar su retiro antes de los 2 a 3 años de edad, considerando que la necesidad natural de succión disminuye luego del año y medio de vida y, porque pasado este tiempo, podría repercutir en el desarrollo de los huesos maxilares y de la

dentición, así como de la pronunciación. Además, cuando un niño toma de la mamadera durante la noche, los azúcares del contenido quedan en los dientes si no se realiza una adecuada higiene bucal.

Ahora bien ¿Qué fomenta en la guagua este tipo de succión?

Es un reflejo innato, que alivia, reconforta y asegura la alimentación y, con ello, la sobrevivencia. En el caso de la mamadera, su uso tiene sentido en los primeros meses de vida, en casos en que se debe reemplazar la leche materna y cuando el nivel de desarrollo psicomotor de la guagua aún no es suficiente para sostener un vaso. El chupete, por su parte, es recomendable luego del primer o segundo mes de vida y una vez que se haya instalado la lactancia materna. Es de significativa relevancia mencionar que la utilización de ambos objetos no se relaciona exclusivamente con la regulación emocional, a pesar de que sean reconfortantes para los niños. En este sentido, si una guagua llora, es importante sintonizar e intentar comprender la fuente del estrés, antes de calmarlo mediante el chupete o la mamadera.

¿Cómo limitamos el uso?

En primer lugar, se deben tener en cuenta que mientras antes se realice, más fácil será dejarlo. Se recomienda hacerlo de forma progresiva. En el caso del chupete, en ciertos momentos se debe comenzar a regular emocionalmente al niño, sin la utilización del chupete. Luego ir quitándolo en el día y darlo solo por la noche y así sucesivamente. Esto se puede ir conversando con el niño, para luego ir reforzándolo cuando haya cumplido pequeñas metas “*¿Te parece si este sábado que iremos de paseo dejemos el chupete en casa?*” para luego mostrarle “*¿Te das cuenta que estuviste un día completo sin necesitar el chupete? ¡Qué grande estás!*”. En el caso de la mamadera, en un comienzo se puede combinar el uso del vaso con la mamadera. Como todo en los niños, si se hace mediante el juego puede ser más fácil de lograrse. Existen libros dedicados exclusivamente a resolver esta temática. Y es importante mencionar que el momento en que se decida sacar el chupete y la mamadera, sea un período tranquilo para el niño, donde no existan otros cambios importantes en su vida o factores de estrés. Como por ejemplo, el nacimiento de un nuevo hermano, cuando se está cambiando de pieza, entre otros. Para esto, se le debe comunicar con anticipación, fomentando un espacio donde el niño logre

expresar sus miedos y/o preocupaciones asociadas, para que se puedan abordar en conjunto. En esto, es importante mostrarle que es mayor, que ha crecido y que cuando los niños crecen ya no necesitan del chupete y de la mamadera. Si por las noches está acostumbrado a dormir con alguno de estos objetos, se pueden ofrecer otro tipo de rituales como leerle un cuento, hacerle cariño, cantar una canción, etc.

Una vez que se ha hecho el ritual de dejar la mamadera o el chupete, se debe mantener esta decisión con firmeza y cariño. Lo más probable es que los volverá a pedir y, tal vez, llorará por ello. En ese momento, se le debe recordar que ya está grande, mostrarle sus logros y que fue una decisión que se tomó en conjunto. Junto a esto, se le va calmando con verbalizaciones como “*entiendo que te frustre no tenerlo a mano, cuando estabas acostumbrado al chupete*”, “*Puede ser más difícil agarrar un vaso que tu mamadera, pero mira como lo vamos haciendo juntos*”. Recordemos que la herramienta más eficaz para regular el llanto de una guagua son sus principales cuidadores y que mientras estemos tranquilos y disponibles para nuestros niños, estos irán aprendiendo a autorregularse.

