



Acompañando la retirada de tetinas

Se acercan los dos años y nuestros bebés se están convirtiendo en niños y niñas. Todo este tiempo las tetinas (chupete y biberón) han podido estar presentes en el día a día, pero hay que tener en cuenta, que un uso excesivo de éstas puede favorecer una malformación bucal y puede provocar dificultades para deglutir, problemas respiratorios o retraso en el desarrollo del habla.

¿Qué es el reflejo de succión?

Desde el **momento de su nacimiento** el recién nacido presenta el denominado **reflejo de succión**, indispensable para su supervivencia y mediante el cual satisface sus necesidades nutritivas además de otras de orden psicológico. Hay dos tipos de succiones:



Nutritiva



Es la principal manera de **recibir nutrición** y requiere la habilidad de integrar la respiración, succión y deglución para una alimentación coordinada.



NO nutritiva



Tiene un **efecto calmante**, es utilizada como un método para explorar el medio ambiente.

Y aquí surge una de las primeras dudas de las familias: ¿Es perjudicial el uso de biberones y chupetes?

La respuesta es que los chupetes y los biberones son unas **herramientas muy adecuadas** cuando se usan de manera **correcta**.



Si por el motivo que sea hay que introducir la alimentación a través de biberón, lo más adecuado es buscar un **biberón que obligue al bebé a reproducir de la manera más parecida posible los movimientos que se producen en el pecho**. El biberón debe darse con el niño **en brazos y en posición de amamantamiento**, con la cabeza ligeramente más alta que el cuerpo para facilitar la deglución y permitir que el niño mire a la cara de la persona que lo alimenta.



El **chupete no es un elemento indispensable**, sin embargo, se convertirá en un **gran aliado** para cuando otras técnicas de consuelo o calma no nos resulten útiles.

¿Cuándo podemos ofrecerlo?

Lactancia artificial: desde el primer día de vida

Lactancia materna: cuando la lactancia esté establecida.

¿Cuánto podemos ofrecerlo?

Lo más recomendable es ofrecerlo de manera **PUNTUAL**. Antes, trataremos de averiguar cuál es el motivo de su malestar (¿tiene hambre?, ¿tiene sueño?...). Aún así, habrá situaciones en las que **sus necesidades estén totalmente cubiertas**, por lo que en esos momentos estará justificado su uso.

¿Cuándo tenemos que retirarlos?



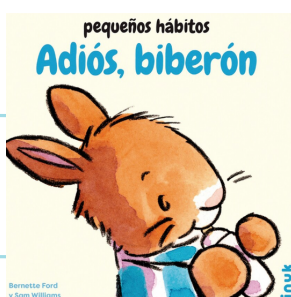
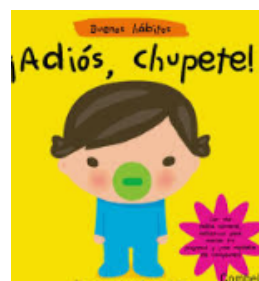
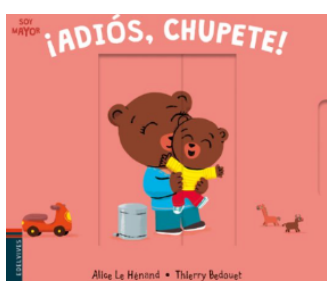
Entre los 18 y 24 meses porque puede producir alteración en la forma de las arcadas dentarias y de la posición de los dientes



Acompañando la retirada de tetinas

Estrategias para acompañar la retirada de tetinas

- Podemos considerar **los 12 meses como el punto de partida** para dar el paso y , de forma progresiva, alcanzar este objetivo. Acompañaremos este proceso desde la comprensión y el afecto. Dejar las tetinas es un aprendizaje que requiere de nuestra presencia.
- Probaremos diferentes alternativas** para ver cuál es la que mejor se adapta a las características de nuestro/a hijo/a (no hay dos niños iguales)
- Procuraremos **no dejar a la vista** el chupete y/o el biberón, aunque si lo pide no se lo negaremos.
- Retiraremos ambas tetinas de **forma progresiva**. Cuando veas que tu hijo/a se ha adaptado totalmente a la retirada de una de las dos, pasa a la siguiente.
- Observaremos qué **momentos** son los que le provocan **más necesidad**, intentando anticiparnos a éstos y **generando alternativas**. Podremos ofrecer afecto (coger en brazos, cantarle una canción...) o proporcionarle un elemento transitorio que le aporte calma (dou-dou).
- Intentaremos que este proceso **no coincida con algún cambio en nuestra vida** (inicio de la escuela, llegada de un hermanito/a...)
- Podremos crear un **ritual de “despedida”**: regalar chupetes o biberones a un bebé de la familia, escribir una carta de despedida...
- Como siempre, **los cuentos** son un gran recurso para poder acompañar el proceso. A continuación os ofrecemos algunos títulos:



¿Puedo mirar tu chupete? SM
¡Adiós, chupete! Edelvives y Combel
Chupetes fuera. Esther Burgueño
Adiós, biberón. Inuk
Cebra deja el biberón. Estudio didáctico

Material elaborado por los docentes especialistas de Audición y Lenguaje de los Equipos de Orientación Educativa de Atención Temprana de Aragón

Fuentes: “Crecer sano, crecer feliz: una breve guía de crianza para tu peque de 0-3 años”. Maya, Beatriz (2023).
“Chupetes, ¿sí o no?”. Ortodoncia clínica 2003.
Eficacia de la succión no nutritiva en recién nacidos pretérmino. Perinatología y reproducción humana..2012