

El chupete es uno de esos objetos, que llamamos transicionales, que acompañan a la mayoría de los niños durante la primera parte de su infancia, ayudándoles en el proceso de regulación y control afectivo

Se trata por tanto de objetos sustitutos, que los niños utilizan cuando la figura principal no está disponible, en realidad el niño los usa para regularse, ya que no tiene la capacidad de hacerlo solo y no tiene a sus padres para hacerlo, por lo tanto una mantita, un peluche, el chupete o el dedo, son algunos ejemplos de este tipo de sustitutos, desde el punto de vista del desarrollo y atendiendo a su relevancia clínica, podemos decir que **no tiene ninguna importancia que los niños los utilicen, no es bueno ni malo**, sobre todo si cumplen su función y le sirven al niño para ajustarse mejor a las demandas ambientales.

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

La recomendación de los pediatras es que no se use y si ya se está usando, retirarlo antes del año, para que no interfiera en el **desarrollo mandibular** y de erupción de los dientes.

Tengamos en cuenta que la succión continua del chupete, puede producir una **deformación permanente del velo del paladar**, dificultando la producción del habla por la incapacidad para la producción de algunos fonemas, especialmente aquellos sonidos más complejos y que implican que la punta de la lengua toque o vibre en el velo del paladar, ejemplos de esos fonemas son, “cl”, “tr” ó “rr”.

El uso de chupetes de forma indiscriminada puede también **interferir en la alimentación**, dificultando la masticación y por tanto una alimentación del niño acorde con sus necesidades energéticas y nutricionales.

Lo habitual es que a los dos años los niños requieran sólo el chupete para ayudarse a dormir o para calmarse ante una situación que le produce miedo o ansiedad

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 e su corta vida.

Consejos para quitar el chupete

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..., casi siempre a cambio de un regalito, por ser mayor.

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

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 a estar sin su chupete.

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

- Ser agresivo o enfadarse con el niño, ridiculizar o castigarle.
- Quitárselo de repente, es mejor que la decisión la tome el propio niño.
- Ignorar los momentos de mayor ansiedad del niño.
- Ignorar la razón por la que siente necesidad de usar el chupete.
- Empezar la retirada durante momentos estresantes como cambios de domicilio, separaciones, comienzo de curso, nacimientos de hermanos, etc-
- Ceder, una vez iniciado el proceso no es conveniente dar marcha atrás, si volvemos a darle el chupete, el pequeño aprenderá que no somos firmes y perderemos la determinación y complicidad el niño.

No son aconsejables aquellos métodos que consisten en hacer al chupete “menos atractivo”: impregnarlo de una sustancia amarga o picante, o hacerle un corte para que al succionarlo se quede “vacío” de aire...

Ante todo, debemos respetar el ritmo de nuestro pequeño y entender que la separación del chupete puede ser para ellos causa de gran ansiedad, ser pacientes y comprensivos.