



ORAL HEALTH KANSAS

ADVOCACY • PUBLIC AWARENESS • EDUCATION

Consejos y Artimañas: **Chuparse el dedo** **- Deshágase del Hábito**



Muchos bebés comienzan a chupar sus dedos o los pulgares antes de siquiera nacer. Las necesidades de succión del bebé varían ampliamente, empezando tan pronto como 9 meses y una duración de entre 18 y 36 meses. La mayoría de los expertos sugiere hábitos de succión debe ser detenido entre las edades de 2 a 3 años. Tratando de detener cuando un niño no está listo puede ser frustrante, pero cuando es tiempo, aquí son algunas de las estrategias para probar.

- Generalmente hábitos dejarán solos. Palabras fuertes, burlas o castigos pueden alterar el niño y no es una manera eficaz de deshacerse de los hábitos.
- Elogie y premie al niño cuando no está chupando un pulgar.
- Gráficos de estrellas, recompensas diarias y recordatorios suaves, especialmente durante el día, también son muy útiles.
- Ponga un calcetín, guante o venda en el dedo pulgar como un recordatorio para el niño. Opciones comerciales, tales como el TGuard se muestra a la izquierda, también están disponibles.
- Involucrar a un niño mayor en la elección del método de paro.
- Proporcionar un animal de peluche u otro objeto de comodidad.
- El dentista de el niño puede ofrecer apoyo al niño y explicar lo que podría suceder a sus dientes si no deja de chupar.
- Encuentra actividades que mantienen ocupados como sustituto de chupar los dedos del niño. Recuerde, muchos niños chupan de aburrimiento.
- Los niños a menudo chupan sus pulgares al sentir inseguridad o necesidad de confort. Centrarse en la corrección de la causa de la ansiedad y proporcionan confort al niño.
- Su dentista puede hacer un aparato para la boca que desalienta a chuparse el dedo o prescribir un medicamento amargo para recubrir el pulgar.
- Su profesional médico o dental puede tener otras ideas.

