



**ORAL HEALTH KANSAS**

ADVOCACY • PUBLIC AWARENESS • EDUCATION

## Consejos y Artimañas: **Chuparse el dedo**



Muchos bebés comienzan a chupar sus dedos o los pulgares antes siquiera de nacer. Este “succión de dígitos” satisface una necesidad psicológica. Las necesidades succión del bebé varían ampliamente, empezando tan pronto como 9 meses y una duración de entre 18 y 36 meses.

### **Beneficios de succión**

- Consuela a niños en situaciones de estrés, ayudándoles a sentirse seguro y feliz
- Ayuda algunos niños a dormir
- Ayuda distinguir entre un bebé con hambre o llorón



Mientras que la succión no nutritiva tiene beneficios, la succión prolongada, especialmente en un pulgar, también puede causar daño.

### **Peligros de succión prolongado**

- Problemas del desarrollo como dientes apiñados, mordida abierta, trastorno de protrusion lingual y retrasos en lenguaje
- Aumenta el riesgo para las infecciones del oído medio
- Excesiva dependencia del pulgar o chupete para la comodidad
- Impacto social negativo en los niños mayores



La frecuencia, duración, e intensidad de una hábito determinará si pueden provocar problemas dentales. Los niños que relajan los pulgares pasivamente en la boca son menos propensos a tener daños que los que chupan vigorosamente sus pulgares.

### **¿Cuándo parar?**

Hay una amplia variación entre expertos sobre cuando debe parar el hábito de succión del pulgar. La mayoría sugiere entre 2 a 3 años. Tratando de parar cuando un niño no está listo puede ser frustrante, pero cuando llega el momento, algunas estrategias para tratar son suaves recordatorios, hay varias estrategias para tratar que han probado eficacia en el tiempo. **Busque estas ideas en nuestros consejos y trucos en “Deshágase del Hábito.”**

