



**ORAL HEALTH KANSAS**

ADVOCACY • PUBLIC AWARENESS • EDUCATION

## Trucos y Artimañas: **Uso de chupete**

¿Pulgar o chupete? ¿Cual es mejor para el bebé? Los expertos prefieren el uso de chupetes en veda del pulgar o chupar el dedo porque el chupete causa menos problemas físicos y el hábito es más fácil de parar que chupar el dedo.



### **Beneficios potenciales**

- Distracción en momentos de estrés, como durante las inyecciones
- Reducción en el riesgo de muerte súbita del lactante (SMSL) y reflujo
- Ayuda algunos niños que se duermen
- Ayuda a distinguir entre un bebé hambriento y un niño llorón



### **Uso y problemas potencial de salud**

- Compartir chupetes puede pasar bacteria que causa caries y otras infecciones
- Evite sumergir el chupete en alimentos dulces como azúcar, miel o mermelada que aumenta el riesgo de contraer caries
- Nunca amarre un chupete a la muñeca del bebé, el cuello o la cuna. La cuerda puede enredarse alrededor del cuello, causando asfixia.
- Revise los chupetes para desgaste. Los chupetes pueden debilitarse y desmoronarse, causando un riesgo de asfixia.
- Lave un chupete con agua y jabón, nunca usa su boca. Esto puede pasar bacterias al bebé que pueden causar caries dentales.
- El uso prolongado del chupete puede causar retrasos en el desarrollo al tragar y retraso lenguaje



### **Consejos para deshacerse de un chupete**

- Limite los usos del chupete a ciertos momentos (como la siestala hora de acostarse) o ciertos lugares (como en la cama)
- El niño pone el chupete debajo de la almohada para que el hada del diente cambie por un regalo pequeño
- Aliente el niño a desechar el chupete porque ya no es un bebé
- Empuje 2-3 agujeros en el chupete con un pasador limpio, alterando el chupete para que no sea más satisfactorio para chupar
- Para más ideas, busque nuestros consejos y trucos en Deshágase del Hábito