ORAL HEALTH KANSAS
ADVOCACY • PUBLIC AWARENESS • EDUCATION

SERIE DE CONSEJOS Y TRUCOS

¡Adiós, Chupón!

Dejar el chupón puede ser un gran paso para su hijo. Con paciencia, ánimo y un poco de preparación, usted puede ayudarlo a decirle adiós.

¿Cuándo es el momento adecuado?

- Use el chupón cada vez menos a medida que su bebé crece.
- Empiece por reducir su uso durante el día. Guárdelo para las siestas y la noche.
- Trate de dejarlo por completo antes de los 3 años para proteger los dientes y la mandíbula.

Consejos para dejar el chupón:

- Elija un momento tranquilo. Evite hacerlo cuando su hijo esté enfermo o haya grandes cambios.
- Ofrézcale consuelo. Pruebe abrazos, canciones o un peluche favorito.
- Mantenga sus manos ocupadas. Jueguen, lean libros o prueben nuevas actividades.
- Felicite sus logros. Celebre cuando no use el chupón.
- Sea constante. Una vez que deje el chupón, trate de no volver a dárselo.

Haga que la despedida sea especial:

- Deje que su hijo reúna los chupones y les diga adiós.
- Hagan una pequeña fiesta o celebración para despedirse del chupón.
- Ofrézcale más abrazos y cariño cuando extrañe su chupón.



¡Pequeños pasos, grandes sonrisas!

Cada niño es diferente. Tenga paciencia, mantenga una actitud positiva y celebre sus logros mientras aprende otras formas de sentirse tranquilo.

Más Consejos sobre Hábitos Orales:

- Chupones: Lo básico
- Chuparse el dedo: Lo básico
- ¡Adiós a chuparse el dedo!
- Rechinar los dientes en niños