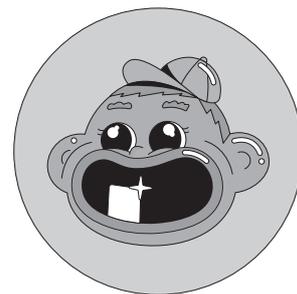




# Chupar el dedo, el pulgar y el chupón



Chupar el dedo, el pulgar y el chupón es una conducta de confort común que muchos niños superan.

Hacerlo después de los 4 años puede llevar a:

- **dientes torcidos:** los dientes pueden estar desalineados, lo que afecta la mordida
- **dificultades en el habla:** un chupón puede limitar su capacidad para emitir todos los sonidos necesarios para hablar con claridad
- **caries:** los chupones mojados en productos azucarados como la miel pueden provocar caries.

## Consejos para ayudar a romper el hábito

- **Tomarlo con calma** – no se recomienda dejar de usar el chupón de repente, ya que puede desencadenar otros hábitos de succión.
- **Limitar el uso del chupón** – retire paulatinamente el uso del chupón para ayudar a desarrollar buenos hábitos de sueño.
- **Celebrar el éxito** – elogiar o recompensar a su hijo por frenar el hábito.
- **Utilizar distracciones divertidas** – Mantener sus manos ocupadas jugando con un mitón de dentición, un juguete, actividades y libros.

Puede resultar difícil romper el hábito, pero la perseverancia dará sus frutos.



## Para mayor información y apoyo

- Hablar con su profesional de enfermería comunitario.
- Acudir a su profesional de la salud bucodental.



Visitar el sitio web [Smiling Starts](#) para ver videos cortos y acceder a información útil.

**Contactar al 1800 939 666 en caso de tener dudas.**

Early Childhood Dental Program



**Descarga de responsabilidad:** Esta publicación tiene el objeto de ofrecer información y educación general. Contacte con un profesional de la salud cualificado para cualquier consulta médica.

**Este documento puede hacerse disponible en otros formatos a petición para personas con alguna discapacidad.**

Produced by the Early Childhood Dental Program  
 © State of Western Australia, Child and Adolescent Health Service 2024 Ref: 1744

