

HOJA INFORMATIVA N°17

CHUPETES ¿SÍ O NO?

(Pacifiers: Yes or No?)

Por Gwen Gotsch

Oak Park, Illinois, EE.UU.

NEW BEGINNINGS, Nov.-Dec. 1995

A favor: Los bebés necesitan succionar. Succionar les calma y tranquiliza. El pecho de la madre no siempre está disponible. Los chupetes son un sustituto práctico.

En contra: Los chupetes son pezones artificiales y pueden confundir al bebé, lo cual desemboca en una succión ineficaz al pecho. Los chupetes disminuyen la cantidad de tiempo que el bebé mama y esto puede afectar la provisión de leche de la madre.

¿Es adecuado que una madre lactante ofrezca un chupete a su bebé? La respuesta es... a veces.

En muchas partes del mundo angloparlante los chupetes se llaman *dummies*. Imitan el pecho de la madre, igual que los maniqués imitan a seres humanos en los escaparate o en pruebas de accidentes automovilísticos. Hay ocasiones en que los maniqués cumplen una función positiva y útil, también hay veces en que un maniqué sencillamente no basta.

Los bebés tienen el instinto de succionar. Sin este instinto quizá no obtendrían el alimento que necesitan para crecer y abrirse camino. Además, la succión les calma. Su ritmo estable, la concentración en una tarea y la placentera estimulación de las extremidades nerviosas les ayudan a sobreponerse y a superar las muchas perturbaciones de un mundo grande y confuso. Hubo un tiempo en que los "expertos" fruncían el ceño ante el uso de chupetes. Estos mismos consejeros también disuadían a los padres de coger en brazos a un bebé que llorara. Afortunadamente, el mundo ha aprendido a tolerar un poco más las necesidades de los bebés, incluida la de succionar. Es muy posible que todos los recién nacidos de un hospital, alineados con aire satisfecho junto a la ventana del nido, lleven chupete.

Pero... un momento. ¿Qué hay de malo en esa imagen? Los chupetes son pezones artificiales. Y los pezones artificiales, ya sean tetinas o chupetes, pueden interferir en la lactancia. Es uno de los problemas de ofrecer el chupete a un bebé lactante, especialmente si todavía no domina la técnica de mamar. Succionar un pezón artificial es diferente a succionar el pecho. El pezón artificial ya está formado y es bastante rígido. El pecho es blando y flexible. Para agarrarse al pezón, el bebé debe abrir mucho la boca; el pezón se coloca en la parte posterior de la boca, alejado del movimiento de las encías y de la lengua. Es fácil meterle al bebé un chupete en la boca aunque la tenga cerrada. Los músculos de la boca, la cara y la lengua se mueven de forma diferente cuando succionan un pezón artificial; el movimiento que sirve para beber de un biberón o calmarse con un chupete no lograría sacar leche de un pecho.

En los primeros días, pasar constantemente del pecho a un pezón artificial y viceversa es demasiado pedir de un bebé que aún está aprendiendo a mamar. Los bebés que intentan succionar el pecho del mismo modo que succionan una tetina o un chupete se frustran rápidamente y lloran, se ponen nerviosos o rechazan el pecho. No sacan mucha leche y les cuesta aprender a mamar de forma eficaz.

Succionar un chupete también puede interferir con el suministro de leche de la madre y, en última instancia, con el crecimiento del bebé. Los bebés que satisfacen parte de sus necesidades de succión con un pezón artificial pasan menos tiempo estimulando el pecho, lo que posiblemente interfiere con la producción de leche. Si se interrumpen las tomas y se le ofrece un chupete al bebé, éste puede verse privado de la leche que se produce al final de la toma, alta en calorías y grasa y muy importante para el crecimiento. Un reciente estudio llevado a cabo en Brasil ha descubierto que los bebés a los que se ofrece el chupete antes del primer mes corren un mayor riesgo de destete durante los siguientes 24 meses (Victoria 1993).

El chupete puede suponer un riesgo para los bebés amamantados. No sirven para reconfortar a un recién nacido y las madres deberían evitarlos hasta que la lactancia esté bien establecida, al menos durante las primeras tres o cuatro semanas. No debe ofrecerse un chupete a los bebés que tienen problemas para aprender a agarrarse al pecho o succionar correctamente, ni a bebés cuya madre está preocupada por la provisión de leche o porque su bebé se pone nervioso al mamar.

Lo que debe ofrecerse a los recién nacidos que necesitan succionar es el pecho de su madre. Algunos bebés maman casi continuamente o durante largos períodos de tiempo los primeros días. Es bueno para ellos. Se benefician del calostro y de una abundante provisión de leche al cabo de los pocos días. Se ahorran la agonía física y emocional de llorar. Aprenden a tranquilizarse. Por supuesto, los bebés tienen que estar con su madre si dependen de la lactancia para reconfortarse. Lo primero es no permitir que se dé la clase de separación postparto entre madre hijo que convierte el chupete en algo útil. Y prestando la debida atención a la postura, a cómo se agarra el niño y a si succiona bien, el dolor de los pezones puede reducirse al mínimo e incluso evitarse por completo.

Cuando crece, es posible que el bebé necesite succionar aun teniendo la tripita llena: quizá necesite dormir o despertarse, o simplemente relajarse. Esta succión de consuelo es diferente a la succión activa y vigorosa con la que el bebé extrae la leche para saciar su hambre. En este momento es posible que algunas madres decidan utilizar chupete. Sin embargo, los bebés amamantados pueden consolarse también con el pecho de su madre, ya que el flujo de la leche materna se reduce a un pequeño goteo cuando la succión del bebé pierde intensidad. Los bebés pueden continuar succionando sin empacharse y sin tragar mucho aire.

Las tetinas no poseen este sistema de regulación controlado por el bebé. La leche fluye a un ritmo regular, por lo que el bebé saciado que desea succionar durante diez minutos más puede acabar sobrealimentado, con burbujas de gas y potenciales regurgitaciones. Aquí es donde un chupete puede satisfacer una necesidad importante.

Los chupetes también pueden ser útiles para un bebé amamantado. Pueden calmarle cuando su madre no puede amamantarlo en un momento dado, porque está conduciendo, pagando en el supermercado o atendiendo a un hijo mayor. Pueden calmar a un bebé con cólicos cuya madre tiene los brazos, los pechos y la paciencia gravemente sobrecargados. Pueden reconfortar a un bebé que, por una u otra razón, está demasiado alterado o nervioso para mamar. Las madres de gemelos encuentran útiles los chupetes cuando un bebé tiene que esperar mientras su madre se hace cargo del otro. Los hospitales utilizan chupetes con bebés prematuros, para estimular el reflejo de succión y ayudarles a asociar la succión con el suministro de alimento, incluso cuando se alimentan por sonda.

El uso frecuente de chupetes puede crear pequeños "adictos" a los que rara vez se ve sin su "enchufe" en la boca. El abuso del chupete también puede crear problemas de lactancia, así que las madres preocupadas por su provisión de leche o con bebés reticentes a tomar el pecho deben reconsiderar sus decisiones sobre el chupete y el biberón. Sin embargo, es la madre la que conoce mejor a su bebé. Con una buena información sobre el uso del chupete, podrá tomar la decisión acertada para su familia.

Tanto los chupetes como la succión de consuelo al pecho tienen su lugar. Hay momentos en que un chupete puede sustituir el pecho de la madre, calmar la inquietud de un bebé y restablecer la paz para todos. La succión de consuelo ayuda a asegurar un abundante suministro de leche y proporciona sensaciones cálidas a la madre y al bebé. Cuando el chupete se utiliza juiciosamente, la madre puede ambas alternativas.