

São Paulo, quinta-feira, 16 de abril de 2009 **FOLHA DE S.PAULO** **equilíbrio**

10 respostas sobre a chupeta

Bico ajuda a acalmar a facilita o sono dos bebês, mas deve ser usado com parcimônia para evitar danos na oclusão dos dentes, alterações na fala e prejuízo ao aleitamento materno

Filipe Redondo/Folha Imagem



Larissa Achcar Coimbra, de dois anos e meio, que começou a usar chupeta após nascimento da irmã, e Maria Fernanda Forte Pedrecca, de um ano e nove meses, que usa o acessório somente para dormir

RACHEL BOTELHO
DA REPORTAGEM LOCAL

Mocinha ou vilã? Encarada como inimiga por uma parcela dos pais, que enfatiza as consequências negativas de seu uso prolongado -como alterações na arcada dentária e na fala-, a chupeta é usada há séculos pela capacidade que tem de acalmar os bebês por meio da sucção não nutritiva e da liberação de hormônios de bem-estar. Duas pesquisas recentes, uma feita na Argentina e outra na Dinamarca, trazem uma boa notícia para famílias adeptas do acessório: elas sugerem que o bico não prejudica o aleitamento desde que seja oferecido quando a amamentação já está bem estabelecida, entre 15 e 30 dias de vida da criança.

Mas isso não significa que o uso está liberado para os maiorzinhos. Para que seus benefícios compensem os efeitos negativos, é preciso tomar certos cuidados. A chupeta só deve ser usada para acalmar o bebê em casos de dor e para induzir o sono, por curtos períodos. "Quando está desperta, a criança não precisa da chupeta, não é tão saudável. O

bom é usar para relaxá-la ou fazê-la dormir quando está ansiosa ou agitada", afirma o pediatra Victor Nudelman, do hospital Albert Einstein.

O momento certo de tirar o acessório também deve ser respeitado. "Até os dois anos, é possível reverter problemas como a mordida aberta", afirma Márcia Amar, odontopediatra do Hospital Santa Catarina.

A seguir, leia recomendações e dicas de três especialistas sobre o uso do acessório. E durma tranquilo.

1) EM QUE OCASIÕES PODE SER USADA?

No dia a dia, para acalmar em situações de dor e para induzir o sono de bebês mais agitados. É recomendada também para bebês que nascem com o hábito de sugar o dedo ou que o adquirem nas primeiras semanas, porque ajuda a remover esse costume, mais nocivo. Nas crianças nascidas antes da 32ª semana de gestação, pode ser indicada para auxiliar no aprendizado da sucção.

2) QUANDO COMEÇAR A OFERECER?

Entre 15 dias e um mês de vida, quando a amamentação já estiver bem estabelecida. Antes disso, pode confundir o bebê e prejudicar o aleitamento, pois a sucção no seio é diferente daquela feita na chupeta. Deve-se oferecer na hora de dormir ou em crises de cólica, por curtos períodos.

3) E SE BEBÊ NÃO PEGA OU COSPE EM SEGUIDA?

Os pais não devem insistir nem forçar, a não ser em uma situação: para substituir a sucção do dedo. Se o bebê cuspir a chupeta ao pegar no sono, não se deve colocar de novo na boca, pois o propósito é somente induzir esse estado.

4) CAUSA ALGUM DANO?

O uso contínuo provoca abaixamento da língua, deglutição atípica, alteração nas bases ósseas dentárias e da boca, além de favorecer a respiração bucal e promover alterações na fala.

5) PREJUDICA A AMAMENTAÇÃO?

Se a chupeta for oferecida nos primeiros dias de vida, quando o bebê ainda está aprendendo a mamar, sim. Isso porque a musculatura usada e os movimentos exigidos não se reproduzem na hora da mamada. Além disso, a chupeta toca em uma área do céu da boca muito próxima à arcada dentária, o que pode causar ânsia de vômito quando a criança mama no seio.

6) QUAL O MELHOR TIPO DE BICO?

É importante usar o tamanho adequado para cada fase do bebê. Quanto ao formato, o ortodôntico é o mais indicado. Embora não seja livre de danos -estudos sugerem que atrapalha mais a postura lingual-, interfere de modo menos relevante na oclusão dos dentes do que o bico comum. A vantagem do ortodôntico é que ele reproduz melhor o

ponto de toque do seio materno no céu da boca da criança. Já o bico em formato de bolinha é totalmente contraindicado.

7) O PRENDEDOR PODE SER USADO?

Não. O principal argumento contra o acessório é que a chupeta não deve estar disponível o tempo todo, ao alcance da criança, porque isso estimula seu uso. Mas há outros problemas: o prendedor de metal pode ferir o bebê, enquanto o de pano acumula sujeira com facilidade.

8) COMO HIGIENIZAR?

Lave somente com água e sabão. Não é indicado ferver porque prejudica a vedação, facilitando a proliferação de fungos.

9) QUANDO ELIMINAR O HÁBITO?

Até os dois anos de idade, problemas como a mordida aberta ainda podem ser revertidos, mas o ideal é tirar a chupeta o quanto antes, de preferência quando ela completar o primeiro ano de vida.

10) COMO TIRAR SEM TRAUMAS?

É importante os pais estarem seguros da decisão, pois a criança percebe quando a mãe está vacilante ou há discordância entre o casal. Primeiro, deve-se limitar os horários e eliminar o hábito durante o dia. Depois, deve-se preparar a criança para a separação definitiva, determinando um prazo para a retirada do bico. Uma boa estratégia é entregar a chupeta a um personagem, como o coelho da Páscoa ou o Papai Noel, em troca de um brinquedinho mais adequado à faixa etária da criança -a ser entregue quatro ou cinco dias depois. Outro argumento que pode funcionar é o estético: elas já entendem que dentes tortos não são bonitos. Quando o uso é restrito e os pais estão convictos, a retirada costuma ser fácil.