

CIUCCIO

Sì

E dopo i tre anni?

Il succhiotto per i bambini piccoli è rassicurante e **non provoca problemi ai denti**. A 36 mesi sarebbe ora di abbandonarlo, ma non sempre

~ Testo di Simona Regina ~

Ci sono neonati che non ne possono fare a meno e altri, invece, che non l'hanno mai usato. Parliamo del ciuccio, che può essere un alleato di mamma, papà, nonni o baby sitter per placare il bebè che piange. La suzione, infatti, è un atto istintivo e ha un effetto consolatorio. «Il ciuccio, però, non deve essere usato come un tappo per ammutolire sempre e comunque il bambino», afferma la pediatra Ambrogina Pirola, del Distretto sanitario di Muggiò, in Brianza. Insomma, il ciuccio non dev'essere un sostituto delle coccole da proporre

come primo rimedio ogni volta in cui il bimbo dovesse piangere, senza cercare prima di capire il motivo per cui sta richiamando l'attenzione degli adulti. «E, ovviamente, attenzione a non esagerare: più la bambina o il bambino è abituato a tenere il ciuccio in bocca, più difficile potrebbe poi essere riuscire a dirgli addio», continua Pirola. «In ogni caso, non c'è motivo di demonizzarlo. Semplicemente ne va fatto un uso adeguato, nei tempi e nei modi».

PERCHÉ PIACE

Facile intuire i motivi per cui il ciuccio piace. In fondo, l'atto del succhiare è un riflesso sperimentato già nel pancia della mamma. «E poi la suzione



Il pollice in bocca

C'è chi il ciuccio non lo usa ma trova consolazione mettendosi il dito in bocca, e chi ricorre al pollice per rimpiazzare quel tanto amato succhiotto a cui mamma e papà hanno detto basta. «La suzione, che sia del ciuccio, del dito, della copertina o di un giocattolo, è un aggancio di sicurezza a livello emotivo relazionale, che aiuta alcuni bambini ad affrontare momenti di relativa separazione dalla principale figura di riferimento», spiega Pia Massaglia, docente di neuropsichiatria infantile all'Università di Torino. L'abitudine di succhiare il pollice per certi versi è più comoda: il dito è sempre a disposizione, non va recuperato nel cuore della notte per calmare il bimbo che piange perché è sempre a portata di mano, non cade a terra. Ma, se protratta nel tempo, può avere effetti più deleteri del ciuccio sul palato, deformare l'arcata dentaria superiore e causare il cosiddetto morso aperto da succhiamento. Inoltre la pelle del dito continuamente inzuppato di saliva può irritarsi facilmente e causare infezioni. «Senza sottovalutare, poi, che a un certo punto i genitori possono decidere di togliere il ciuccio, mentre la stessa cosa non è fattibile con il dito, sempre a disposizione del bambino, per cui abbandonare l'abitudine di averlo sempre in bocca può essere più laborioso», conclude Massaglia. Se questa abitudine dovesse protrarsi nel tempo nonostante gli inviti dei genitori a smettere, è opportuno consultare uno psicologo esperto d'infanzia.



orale non nutritiva dà un senso di soddisfazione, ha un effetto rassicurante, è una sorta di antidoto alla solitudine che il bambino può provare per la momentanea separazione dalla principale figura di riferimento», spiega Pia Massaglia, docente di neuropsichiatria infantile all'Università di Torino. «In altre parole, il neonato succhiando fantastica il soddisfacimento di alcuni suoi bisogni primari: l'incontro con la mamma e con il cibo, anche se questo non significa che tutti i bambini ne abbiano bisogno o lo cerchino, nonostante mamma e papà lo abbiano proposto».

QUANDO DARLO

Meglio evitare di ricorrere al ciuccio nel primo mese di vita. Il suo uso potrebbe infatti interferire con l'allattamento, perché la modalità di suzione della tettarella è diversa da quella del capezzolo: potrebbe quindi disorientare il lattante col rischio di rendere più difficile attaccarsi correttamente al seno della mamma. Il problema ovviamente non si pone se ai bimbi viene dato il latte artificiale.

«È importante in pratica non sovrapporre l'avvio dell'allattamento al seno con l'uso del succhiotto», ribadisce la pediatra. «Ma personalmente ritengo che sia importante pensare anche al benessere della neomamma e, considerato che proprio il primo mese di vita del bambino può metterla a dura prova, già dopo la montata latte l'uso del ciuccio, se moderato, può offrire un valido ausilio per gestire momenti critici in cui, per esempio, la stanchezza rende più difficile placare l'irritabilità del bebè».

In generale, comunque, anche quando è più grandicello, «meglio che il ciuccio non sia disponibile 24 ore su 24, ma venga usato per facilitare l'addormentamento o per consolarlo, per esempio se è in preda a una crisi di pianto disperato», suggerisce Giampietro Farronato, professore di ortognatodonzia all'Università degli Studi di Milano. «Perché il ciuccio non deve essere un silenziatore: il pianto è un modo con cui il bambino esprime i suoi bisogni e noi adulti dobbiamo imparare a decifrarli per poterli soddisfare».

QUALE SCEGLIERE

In commercio ne esistono di diversi modelli e diverse forme: a ciliegia, a goccia, anatomici. Meglio optare per quelli costi-

tuiti da un unico pezzo, per non correre il rischio che alcune parti possano staccarsi ed essere ingoiate dal bambino. «Nei primissimi mesi meglio quelli dalla forma più

simile al capezzolo, a mezza ciliegia, e più in generale consiglio le tettarelle anatomiche, che si adattano di più alla struttura del palato», afferma Farronato.

Si tenga presente, comunque, che sulle confezioni è indicata la fascia d'età per cui è più

adatto il singolo prodotto. Diversi sono anche i materiali con cui sono realizzati: si trovano infatti ciucci in silicone o in caucciù. C'è chi suggerisce quelli in silicone nei primi mesi di vita, perché non si alterano anche a seguito di ripetute sterilizzazioni, e quelli in caucciù dopo i 4-6 mesi, quando cominciano a spuntare i primi dentini, perché sono più resistenti e il bambino può mordicchiarli tranquillamente. **In ogni caso, è buona norma cambiare il ciuccio ai primi segni di usura.**



COME PULIRLO

Appena comprato, il ciuccio va sterilizzato: basta immergerlo in un pentolino pieno d'acqua e farla bollire per circa cinque minuti. Operazione che nei primi mesi di vita del bebè va ripetuta almeno una volta al giorno. Ma non serve farlo ogni volta prima dell'uso, a maggior ragione se il ciuccio non è caduto a terra ma è rimasto tra le lenzuola della culla. Quando si è fuori casa e il

ciuccio cade e non c'è la possibilità di sterilizzarlo, basta lavarlo sotto l'acqua corrente. **«Meglio evitare di pulirlo mettendolo in bocca: perché nella bocca di mamma e papà ci sono numerosi batteri che possono essere trasmessi al piccolo»**, raccomanda Pirola. Anche se una ricerca pubblicata sulla rivista *Pediatrics* rassicura su questa pratica, affermando che così facendo si allena il giovane sistema immunitario e si riduce la probabilità che il figlio sviluppi allergie ed eczema.

UN PERICOLO PER I DENTI?

Un tempo il ciuccio era considerato il nemico numero uno dei denti: additato quale causa di deformazione delle arcate dentarie. Non a caso, uno dei dubbi che assilla i genitori al momento di decidere se «cedere» o no al ciuccio è il timore che possa causare problemi di occlusione. «In realtà, se usato in modo non intensivo solo nei primissimi anni di vita, il ciuccio non altera la posizione dei denti e non causa malocclusioni», precisa Farronato. «Solo se l'uso è prolungato oltre i tre anni, può creare problemi perché denti e palato si devono adattare all'ostacolo presente in bocca». Alla lunga, infatti, il ciuccio interponendosi tra la lingua e l'arcata superiore impedisce a quest'ultima di poggiare correttamente sul palato. Inoltre, l'uso persistente allunga

l'arcata superiore: in altre parole gli incisivi superiori finiscono con l'essere più sporgenti di quelli inferiori. E infine può causare il cosiddetto morso aperto da succhiamento: i denti davanti, cioè, non si toccano, tanto che il bambino può infilarci la lingua. «Ma, ripeto, questi problemi non emergono se il ciuccio è usato fino ai due anni», conclude l'odontoiatra. «Invece, per salvaguardare la salute dei denti è assolutamente da evitare la pessima abitudine di intingere il ciuccio nello zucchero o nel miele: prassi che può causare la progressiva distruzione dei dentini da latte anteriori per la cosiddetta carie da biberon o da succhiotto. Per lo stesso motivo sono da bandire biberon pieni di camomilla o altre bevande zuccherate prima di andare a letto».

COME E QUANDO DIRE ADDIO

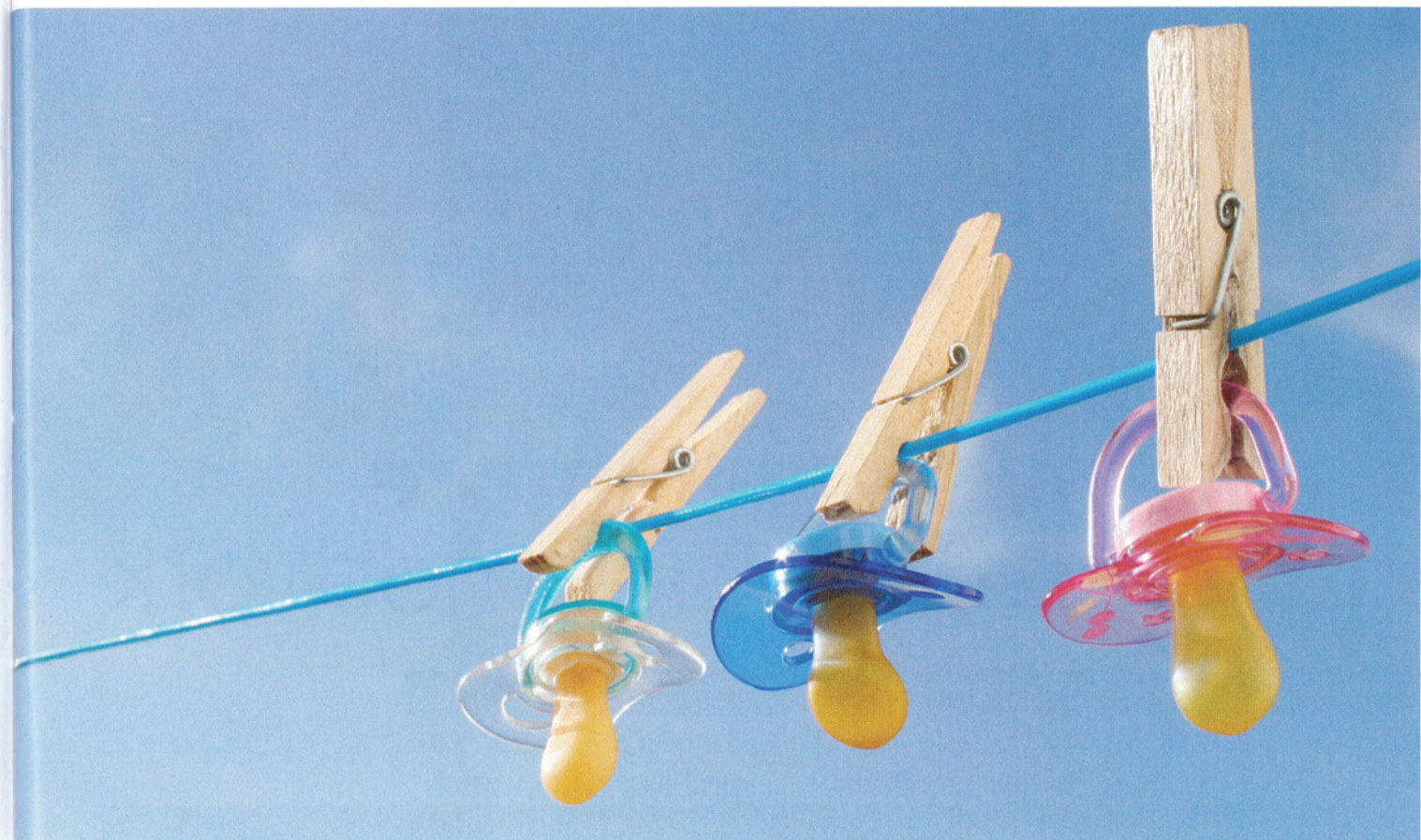
«Per gestire la separazione dal ciuccio è importante comunicare chiaramente quando è arrivato il momento di lasciarlo, rassicurando il proprio figlio o la propria figlia sul fatto che mamma e papà saranno vicini e presenti quando dovrà addormentarsi, fase della giornata in cui l'uso del ciuccio è più gettonato, e negli altri momenti in cui ne sentirà la mancanza», spiega Massaglia.

«Non sono infatti favorevole all'inganno, alla prassi cioè di farlo sparire senza alcun preavviso, con la scusa che se l'è portato via Babbo Natale o la fatina del bosco, né a forme di comunicazione traumatica o minacciosa».

Mamme e papà devono però essere in grado di gestire questa piccola frustrazione inflitta al bambino, tollerandone le eventuali

reazioni che possono essere anche di rabbia o sfociare in crisi di pianto. «Ciò che serve, in sostanza, è un po' di delicata fermezza e la consapevolezza che nel giro di qualche settimana l'uso del ciuccio sarà solo un ricordo», rassicura la neuropsichiatra.

Ma quando iniziare la separazione? Indicativamente, compiuto l'anno è opportuno che il bambino cominci a diminuire l'uso del ciuccio per arrivare, gradualmente, a non usarlo più. «Del resto, crescendo, ne ha sempre meno bisogno e sta ai genitori, rispettando i tempi e le esigenze del proprio figlio, concordare i modi di utilizzo: per esempio, si può cominciare a non usarlo più quando si è fuori casa, o quando si gioca o si è all'asilo. Per usarlo solo in caso di vero bisogno, quando stenta a consolarsi in altro modo o per facilitare l'addormentamento», conclude Pirola.



ISTOCK/GETTY (3)

SE IL CIUCCIO CADE IN TERRA È SUFFICIENTE LAVARLO SOTTO UN GETTO DI ACQUA CORRENTE