



Sucção de dedos – associação a sensação agradável

Por Ana Paula M. Anequini

Desde a vida intra –uterina, a partir do período fetal, o ser humano instintivamente suga a língua, os lábios e os dedos de tal forma que, no momento do nascimento, a função sucção se encontra plenamente desenvolvida. O órgão bucal é de extrema importância para a criança recém-nascida. É através da boca que a criança sobrevive, alimentando-se e interagindo com o meio que a cerca, satisfazendo-se emocionalmente.

Durante a amamentação, o bebê não busca apenas a satisfação nutricional, mas também experimenta o estímulo prazeroso dos lábios, da língua e da mucosa bucal, associando esse estímulo às sensações agradáveis como carinho, aconchego e a voz da mãe. Na tentativa de prolongar essa sensação de prazer e tranquilidade, a criança busca a sucção, apesar de satisfeita a necessidade fisiológica da nutrição.

As crianças sugam seus dedos em várias circunstâncias: quando adormecem, durante o sono, quando aborrecidas ou frustradas. Também quando famintas, durante situações estressantes ou quando estão de mau-humor, agitadas e sabem que precisam se acalmar, ou mesmo quando insatisfeitas após a amamentação. Apesar dessas serem situações mais comuns, a sucção também poderá ocorrer por razões completamente diferentes. Algumas crianças, de fato, contam com a sucção do dedo como segurança e suporte emocional, enquanto outras nela encontram um hábito sem maior importância, que pode ser interrompido sem traumas psicológicos. Outros objetos podem estar associados a este hábito, como tocar cabelos, orelha, segurar um boneco ou cobertor...

A criança faz uso do dedo para prolongar ou buscar aquela sensação prazerosa do contexto “mãe” (carinho, tranquilidade, aconchego) ajudando a diminuir o estresse e até induzir o sono. A partir dos dois anos de idade, a sucção não é mais necessidade e já se considera um hábito.

“Como fazer a troca do dedo pela chupeta?”

No início da troca, o bebê tem dificuldade para manter a chupeta na boca por conta de sua imaturidade motora oral o que leva muitas mães a desistirem do seu uso. A mãe não deve se desesperar quando não conseguir a troca. Isso demanda tempo, persistência e muita

paciência. A chupeta pode ser oferecida ao bebê quando ele estiver irrequieto ou para induzir ao sono. Com o passar do tempo, não deverá ser usada durante o dia todo e, se necessário, oferecer na hora de dormir retirá-la depois.

A partir dos 2 anos a mãe deve ir fazendo um preparo psicológico para que a criança abandone esse hábito por completo.

A sucção dos dedos é prevalente até os 4 anos de idade, diminuindo bruscamente a partir dessa idade. É muito importante que a remoção deste hábito ocorra neste período para que se consiga uma auto-correção, em que o próprio organismo se encarregará de diminuir ou corrigir os efeitos por meio do equilíbrio muscular e funcional.

Aconselhamos tentar a troca dedo/chupeta de forma gradual e afetiva.

A remoção do hábito não é tarefa fácil, a mãe deverá identificar os momentos em que a criança chupa o dedo e desviar sua atenção, usando sempre de muita sensibilidade e carinho! A mãe pode contar uma história, colocar um filme, música ou oferecer o colo.

Métodos radicais como talas, band-aids, pimenta não devem ser usados, pois são sempre agressivos. Os pais não devem menosprezar ou ridicularizar o hábito. Além de ser humilhante para a criança, só chamaria mais atenção ao dedo, em vez de tirar o foco dele. Em crianças maiores, podemos ir conversando com a criança, dizendo que não pode durante o dia, mas a noite deixar um pouquinho para dormir e cumprir o combinado, assim vai diminuindo o hábito gradativamente.

O apoio na superação do hábito torna a criança confiante em situações sociais vivenciadas no dia-a-dia.

Aparelhos fixos ou removíveis serão usados em situações ou casos mais específicos.

Devemos lembrar que o hábito pode ser prejudicial ao desenvolvimento emocional da criança, uma vez que na fase escolar o hábito pode virar motivo de piada entre os coleguinhas, causando sérios constrangimentos para a criança.