

Pacifiers Are Not Forever

El chupete no es para siempre

English-Spanish
Inglés-Español



free spirit
PUBLISHING®

Elizabeth Verdick
Ilustrado por Marieka Heinlen

You are growing every day.
Creces día a día.

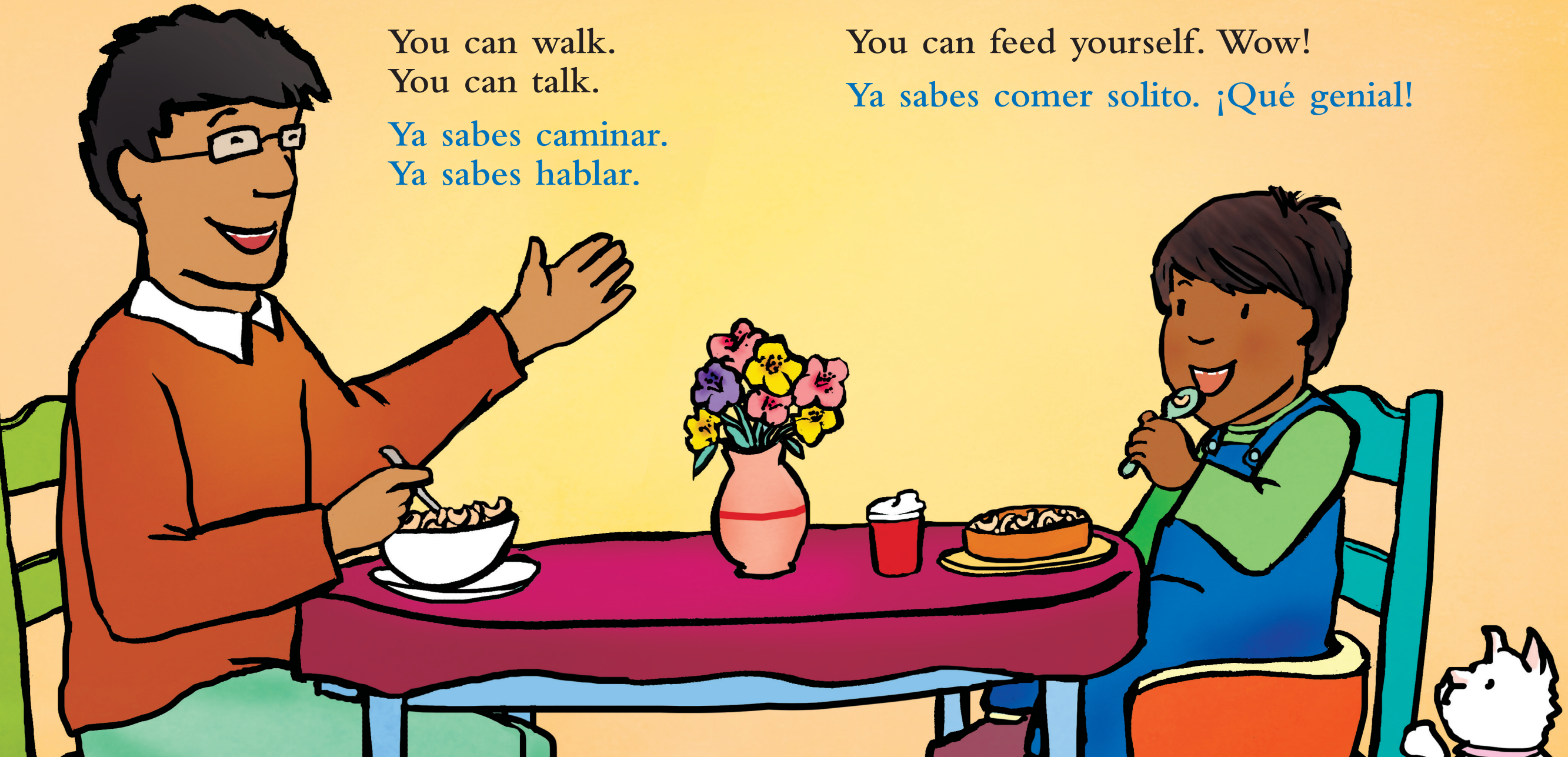
Look how
BIG you are
now.

¡Mira qué
GRANDE
estás!



You can walk.
You can talk.
Ya sabes caminar.
Ya sabes hablar.

You can feed yourself. Wow!
Ya sabes comer solito. ¡Qué genial!



Hmmm . . .
what's that?
Your binky?
Nuk?
Passy?

Ah, y eso . . . ¿qué es?
¿Tu chupete?
¿Tu chupetito?
¿Tu tete?



Tips for Parents and Caregivers

As children grow and develop, their need to suck usually goes away. But for some, a pacifier is comforting, and its use becomes a habit. Saying bye-bye to the “passy,” “nuk,” or “binky” can be hard. This book can help ease the transition. Read it with your child ahead of time or whenever they question why the pacifier is gone.

Have a strategy. In general, pediatricians and dentists recommend weaning from the pacifier by around age two, since longtime use can lead to crooked teeth and can affect jaw alignment. Some parents prefer to take the pacifier away all at once, but many find a gentle transition easier. You might start by limiting the pacifier to certain places or times of day. You can turn the limit-setting into a game to keep it positive: “Let’s see if you can use your binky only before bed.” Or you may want to try a chart with small rewards. Never use punishment or threats.

Plan the good-bye. Choose whatever good-bye story or ceremony best suits your child. And pick a time when your child is calm and isn’t coping with other changes.

Stay busy. Plan some fun activities to take your child’s mind off the pacifier, prevent boredom, and keep their mouth busy. Get outdoors, blow bubbles, practice whistling, talk and sing together.

Offer comfort and encouragement. Your child may need extra soothing during this time. Try to notice when they’re tired, hungry, thirsty, or frustrated, and respond quickly. Offer hugs, kisses, and cuddles and provide other comfort items, such as a blanket or favorite book. Praise your child often for this sign of growing up.

Teach tooth care. Encourage tooth-brushing each morning and night and help your child floss as soon as two teeth touch. Be sure to visit the dentist too.

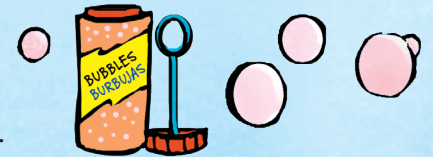


Consejos para padres y cuidadores

A medida que los niños crecen y se desarrollan, la necesidad de succionar suele desaparecer. Pero, para algunos niños, el chupete es reconfortante y su uso se convierte en un hábito. Decirle adiós al “chupete”, o “tete”, puede ser difícil. Este libro puede hacer que la transición sea más sencilla. Léalo con el niño antes de retirarle el chupete o cada vez que le pregunte por qué el chupete ya no está.

Tenga una estrategia. En general, los pediatras y los odontólogos recomiendan dejar el chupete alrededor de los dos años, ya que su uso prolongado puede hacer que los dientes salgan torcidos o afectar la alineación de la mandíbula. Algunos padres prefieren retirarlo de golpe, pero a muchos les resulta más fácil que la transición sea suave. Empiece por limitar su uso a determinados lugares o momentos del día. Convierta el límite en juego para que el niño lo sienta como algo positivo; por ejemplo, podría decir: “A ver si puedes usar el chupete solo antes de acostarte”. O intente ir completando una tabla y ofrecerle al niño pequeñas recompensas por cumplir ciertos objetivos. Nunca recurra a castigos ni amenazas.

Planifique la despedida. Escoja la historia o ceremonia de despedida que mejor se adapte al niño. Escoja también un momento en que el niño esté tranquilo y no se encuentre atravesando otros cambios.



Manténgalo entretenido. Planifique algunas actividades divertidas para que el niño deje de pensar en el chupete, no se aburra y haga otras cosas con la boca. Salgan al aire libre, hagan burbujas, silben, conversen y canten juntos.

Bríndele cariño y ánimo. Es posible que el niño necesite más cariño y apoyo durante este período. Preste atención a los momentos en que esté cansado, tenga hambre, sed o se sienta frustrado, y responda rápidamente. Ofrézcale abrazos, besos y mimos y proporciónale otros objetos de consuelo, como una manta o su libro favorito. Elogie al niño con frecuencia por esta señal de crecimiento.

Enséñele a cuidarse los dientes. Anime al niño a cepillarse los dientes por la mañana y por la noche, y ayúdelo a utilizar el hilo dental apenas dos dientes entren en contacto. Y no olvide programar una consulta con el odontólogo.