

CARO AMICO CIUCCIO

dott. Rossana Candia

La zona della bocca è nel primo anno di vita fonte di grande soddisfacimento per il bebè.

Il piccolo infatti dedica gran parte delle ore di veglia a succhiare e successivamente continua ad utilizzare la bocca per conoscere il mondo intorno a sé. Il bambino come è noto ha l'istinto di portarsi alla bocca qualsiasi oggetto proprio per esplorarlo, (un gesto quasi indispensabile, spesso accolto malvolentieri dai genitori per esigenze di sicurezza e di igiene).

Il meccanismo della suzione non è pertanto un momento riconducibile solo alla nutrizione, serve per la conoscenza del mondo, ma soprattutto è un'esigenza fisica e psicologica: succhiando il bambino produce endorfine, gli ormoni del benessere, in grado di portare calma, relax e sollievo dalle tensioni.

Ecografie, fatte molto prima della nascita, ci mostrano immagini sorprendenti dove il feto è già intento a succhiarsi il pollice: la suzione è quindi un meccanismo naturale arcaico, esistente prima della nascita, una sorta di istinto che permette al neonato di nutrirsi poi al seno della madre o al biberon. (basta sfiorare le labbra del bambino con qualcosa... un lembo del lenzuolino, il dito o il capezzolo della mamma che queste comincia a succhiare voracemente).

Tutto questo ci aiuta a capire come per i bambini il proprio dito o il ciuccio, oggi nelle sue versioni più colorate, fosforescenti e attrezzate di catenelle ciondolanti e tintinnanti, possano diventare mitici e inseparabili compagni di avventura nei primi anni di vita... e scatenare d'altro canto nel mondo degli adulti, genitori e specialisti, diatribe infinite, una specie di amore e odio, sulla utilità o meno di questo rimedio magico in grado di creare vizi inestirpabili.

Come si è visto più sopra al termine dell'allattamento il piacere dell'oralità di fatto non si esaurisce e spesso accompagna la crescita del bambino fino all'incirca ai 3-4 anni. Succhiare, esplorare con la bocca gli oggetti, "ciucciare" avidamente pezze, dito o ciuccio diventano le attività predilette per il bambino soprattutto nei momenti di crisi e di difficoltà. Il ciuccio è per eccellenza un efficace strumento di *ricarica*, di *rifornimento* e di *consolazione* per il

bambino quando deve affrontare il distacco dalla mamma, o semplicemente non è disponibile nell'immediato, quando ha sonno, quando è disturbato da qualche tensione.

I benefici

1. Concilia il sonno.
2. Tranquillizza, calma.
3. Fa sentire il bebè sicuro e protetto.
4. Procura piacere (il bambino può ricreare da solo quelle sensazioni, tattili, sensoriali ma anche emotive di benessere che caratterizzano il contatto con la mamma. Si tratta di prime tracce dell'attività immaginativa, quell'area neutra di esperienza che alimenterà poi più avanti il gioco, la fantasia e la funzione simbolica).
5. proteggere contro il rischio SIDS nel neonato : gli specialisti osservano che con il ciuccio il bambino, succhiando, non va incontro alle apnee notturne e non riesce a mettersi nella posizione prona (che sembra costituire un fattore di rischio).

Gli aspetti critici

Tuttavia il ciuccio non è sempre ben visto. Quello che viene spesso criticato è **l'uso improprio** che se ne fa: il bambino a volte viene affidato in un certo qual modo alle proprietà consolatorie del ciuccio e per questo abbandonato un po' a se stesso. (Un vero e proprio sostituto materno, ma inerte e non vivo!)

Il ciuccio è sicuramente un prezioso alleato della mamma quando si rivela un rimedio dagli effetti miracolosi per placare il bambino quando non si riesce a consolarlo in altro modo. A volte però capita che la mamma (soprattutto quando può essere per diverse ragioni "maldisposta" verso un ascolto sincero del malessere del bambino) ricorra al ciuccio senza prima aver cercato di capire la natura del pianto, senza aver provato cioè a coccolarlo accarezzandolo, prendendolo in braccio o parlandogli dolcemente.

- **Il ciuccio non deve sostituire la coccola, prima di decidere se offrire al bambino il ciuccio bisogna mettersi in contatto con lui per provare a capire di che cosa ha effettivamente bisogno**
- **Il ciuccio quindi non è “un tappo”**

Si vedono spesso bambini con il ciuccio in bocca in ogni momento della giornata : mentre parlano, mentre scendono dallo scivolo ,mentre vanno sul triciclo o in bicicletta o mentre giocano tranquilli sul tappeto . Il ciuccio sembra in questi casi un accessorio acquisito , una specie di “protesi”, “un tappo”, una sorta di “aggrappamento” che sembra avere il compito di contenere ogni sorta di mancanza... il piccolo può abituarsi a questo “riempimento” costante e faticosi poi a farne a meno. Durante le attività il ciuccio ha inoltre un effetto passivizzante spegnendo ogni vitalità. E importante insegnare al bambino come l'uso del ciuccio debba riservarsi solo a momenti di difficoltà e di stanchezza (allo scopo di “ricaricare le pile”).

Un attaccamento costante nella giornata può destare preoccupazione se diventa per il bambino motivo di chiusura e ritiro dal mondo. Forse c'è bisogno che il genitore riprenda il suo posto nella vita affettiva del bambino

UN DANNO PER I DENTINI?

Alcuni specialisti ritengono che un eccessivo utilizzo possa interferire sulla crescita normale dei dentini.

Può provocare malformazioni all'arcata dentaria e la formazione di denti storti e sporgenti “E’ uno dei timori più frequenti dei genitori. In realtà, fino ai 2-3 anni, il ciuccio non interferisce minimamente con la formazione delle arcate dentarie. Solo un uso prolungato e protratto nel tempo potrebbe – creare problemi di malocclusione.

Quel che è sicuramente dannoso, invece, è l'abitudine di intingere il ciuccio in sostanze dolci prima di metterlo in bocca, poiché potrebbe favorire la formazione di carie, anche sui “denti da latte”.

PUO' FAVORIRE DIFETTI NELLA PRONUNCIA DELLE PAROLE.

FINO A QUANDO?

I bambini abbandonano spontaneamente il ciuccio quando acquistano fiducia in loro stessi e diventano più sicuri, in genere verso i 3 anni. Alcuni bambini sembrano invece più restii a rinunciare a questa forma di sicurezza e allora è importante non forzare l'abbandono, se mai adottare con sensibilità e delicatezza delle strategie per aiutarli a vivere senza:

Uno "svezzamento" con gradualità,

- 1. limitare l'uso del ciuccio** quando è ora della nanna o se la mamma non c'è o quando il bambino è particolarmente disturbato.
- 2. Chiedere direttamente al bambino** quali sono i momenti in cui sente di poter fare a meno del succhiotto. E in quelle occasioni chiedere a lui di "eliminare" il ciuccio.
- 3. Trovare un posto speciale** dove riporre il ciuccio quando il piccolo non lo usa, una scatola preziosa che abbia anche lo scopo di dare riconoscimento al valore affettivo di questo oggetto.
- 4. usare il rinforzo positivo**, complimentandosi con lui quando riesce a fare a meno.
- 5. offrire al bambino un nuovo oggetto** di attaccamento come il peluche, una bambola, un amico con cui condividere e giocare.
- 6. fargli presente** che il ciuccio è destinato a bambini "piccoli" (ma senza esagerare). Molti bambini accettano di farne a meno confrontandosi con i coetanei alla scuola materna.
- 7. distrarlo, intrattenendolo** con un gioco che ama o proponendogli qualche compito da bambino "grande".
- 8. talvolta può essere risolutivo** il fatto che il ciuccio si consumi fino a rompersi, rendendo così sgradevole per il bambino il fatto di succhiarlo. In questo caso si può decidere di non sostituirlo e il bambino fa esperienza di un limite oggettivo delle cose.

...E COSA NON FARE

- 1. Vietato fare sparire il ciuccio** da un momento all'altro senza dare spiegazioni. Il rischio è che il piccolo non si adatti al brusco cambiamento e manifesti la sua sofferenza con nervosismo, rifiutando il cibo, facendo brutti sogni...E magari, cominciando a succhiarsi il pollice in cerca di consolazione.
- 2. Convincere il bambino che è venuto il momento di regalarlo** alle maestre o ad un fantomatico babbo natale o folletto..o chi per altro. Non lo si dà da nessuno,l'effetto è quello di una rinuncia forzata e colpevolizzante (**piuttosto conservarlo nella scatola dei ricordi e dei cimeli della propria infanzia**).
- 3. Non prendere in giro** o schernire il bambino facendo un confronto con gli amichetti che non non usano più il ciuccio o che, se non vi rinuncia, è difficile considerarlo un bambino grande. Il rischio è si sentirebbe ancora più insicuro e più bisogno di forme consolatorie.
- 4. Non intraprendere l'abbandono del** ciuccio in concomitanza con cambiamenti importanti, come l'inizio della scuola materna,l'arrivo del fratellino o un trasloco.

TIPOLOGIA DI CIUCCI

In commercio esistono tantissimi tipi di ciuccio che si differenziano tra loro per **colore, materiale, grandezza , forma da scegliere in funzione dell'età.**

I MATERIALI

Sul mercato si trovano succhietti realizzati in materiali differenti, da scegliere in funzione dell'età e della dentizione del bimbo.

SILICONE

sono trasparenti, indeformabili, non assorbono odori e sapori e non subiscono alterazioni nemmeno se li si sterilizza spesso. Per questo motivo i ciucci in

silicone sono indicati nei primi mesi di vita, quando il bebè non ha ancora i dentini che possono facilmente incidere il silicone.

CAUCCIU'

È una gomma naturale, elastica e morbida derivata dal lattice. È più resistente alla pressione dei denti del bebè, motivo per cui i succhietti di questo tipo vanno bene dopo i 6 mesi. A differenza del silicone, però, il caucciù assorbe odori e sapori e se subisce troppe sterilizzazioni può rovinarsi.

LE DIVERSE FORME

Anatomica

Come quelli a goccia questi ciucci tengono conto delle caratteristiche anatomiche della bocca del bebè e hanno una forma schiacciata ed ellittica, ma leggermente ripiegata verso l'alto, e sempre in un formato molto piccolo e sottile.

A ciliegia

Sono succhietti dalla forma rotonda che riproduce quella del capezzolo materno. Molti pediatri, tuttavia, li sconsigliano perché essendo molto grandi (coprono infatti un po' il naso) possono danneggiare il palato del piccolo.

LA MASCHERINA

Tonda

È tipica dei ciucci a ciliegia e può essere in silicone o caucciù, quindi in materiale morbido che non crea particolari fastidi al piccolo nemmeno quando dorme.

A farfalla

In genere è realizzata in plastica rigida, ma per la forma lievemente incavata che segue l'anatomia della bocca, non copre il naso. In genere questo modello è quello preferito dai bimbi più grandicelli perché ha colori vivaci e tante decorazioni.

E IL DITO IN BOCCA?

Il dito in bocca è un'altra forma di consolazione che può instaurarsi al posto del ciuccio. Se a 3 mesi il bimbo scopre il suo ditino è possibile che lo elegga come rimedio consolatorio per eccellenza e molto probabilmente rifiuterà il ciuccio. I genitori non hanno in questo caso molto potere di decisione... potranno fare qualche tentativo per sostituire l'uso del dito con il ciuccio, ma non sempre le cose potrebbero andare a buon fine.

Altre volte invece il dito diventa il nuovo rimedio per il bambino dopo che il ciuccio viene tolto, soprattutto se il bambino non era pronto a questa improvvisa 'rinuncia'.

È difficile dire se il dito possa essere più o meno dannoso del ciuccio, però è certo che il dito:

- ✓ non cade,
- ✓ non va sterilizzato,
- ✓ è sempre a disposizione (non si perde nel lettino, né sotto il sedile della macchina e si può ritrovare senza svegliare mamma e papà).

Inoltre ha il vantaggio che non può essere impiegato come un tappo per inibire il pianto del piccolo, né forzato in bocca quando non ne ha voglia. Diciamo che il piccolo ha la possibilità di dire: "è mio e lo gestisco io".

ASPETTI CRITICI

- Non ha la forma 'anatomica' del ciuccio, quindi a lungo andare potrebbe avere effetti negativi sul palato (anche se che il bambino non sta certo col dito in bocca 24 ore su 24!).
- Se il dito viene spesso bagnato dalla saliva, la sua pelle potrebbe irritarsi e macerarsi più facilmente, facilitando le infezioni".

Studi su bambini più grandicelli che ancora ciucciano il dito (e questo lo si può vedere sempre più spesso proprio tra i bambini dell'elementare) mostrano che hanno una cosa in comune: i loro genitori hanno cercato di convincerli a smettere quando erano più piccoli.

Come far smettere il “ thumb addicted”:

Occorre avere pazienza e attendere finchè non sia lui a decidere, magari sotto l'influenza dei coetanei a scuola o perchè si sente grande e decide che è arrivato il momento.

-Si può fargli notare che ci sono diverse cose che faceva da piccolino e ora non più come indossare un pannolino, o bere dal biberon, o sedere sul seggiolone.

- si può esprimergli il nostro orgoglio per quanto è diventato grande,

- si può invitarlo a provare a rinunciare a ciucciarsi il dito quando è a scuola con gli amici , lasciandolo libero di ricorrere ad esso al momento dell'addormentamento

Non certamente mettendo una sostanza amara sopra il dito che lo rende meno piacevole,come facevano le nostre nonne

Ricordiamoci sempre che **una buona autonomia si fonda su una buona dipendenza**,l'uso del ciuccio fa parte di questa esperienza che rende il bambino consapevole di aver bisogno di qualcuno o qualcosa per alleviare le proprie tensioni. Con la crescita il bambino acquisirà una migliore capacità autoregolativa e di controllo dei propri stati emozionali e non avrà più bisogno di servirsi di oggetti di attaccamento.

(E poi potremmo riflettere sul fatto che anche l'adulto a volte fumando o sgranocchiando qualcosa placa inconsapevolmente le proprie tensioni,mettiamoci allora nei panni del nostro bambino che non è dotato ancora di capacità di autocontenimento e di controllo del proprio mondo interiore. Aiutiamolo a sviluppare questa funzione)

dott. ssa Rossana Candia
Bau...sette! Gioco e Creatività
www.bausette.it