

# Umeak behatza zupatzen du

Jabier Agirre\*

**J**aioberriak eta bularreko haurrak amaren bularra edo biberioia zupatzeko duen sena edo irrika ezinbestekoa da umearen biziraupenerako. Baina umeen % 80ak, horretaz gainera erpurua edo behatzak ere zupatzen dituzte, goserik eduki ez arren. Horri "hurrupaketa ez-nutritiboa" esaten zaio; ez baitu mantenuarekin zuzeneko harremanik.

Bestalde, erpurua zupatzea lagungarria gertatzen zaio umeari ongi eta gustora sentitzeko, eta ekintza hori areagotu egingo du biberoi-hartualdiak bakandu eta bularra hartzeari utziko dionean. Horrek ez du esan nahi, hala ere, umeak segurtasun faltarik edo inolako arazo emozionalik daukanik. Beste batzuetan objekturen bat (manta, buruko edo panpinen bat) erabiliko du umeak behatzaren orde, erritual horren barruan.

Behatza zupatzen jaio aurretik hasten da autore batzuen iritziz, edo beranduenik jota ere hiru hilabete-rekin. Zupatzeko premia oso indartsua da bizitzako aurreneko sei hilabeteetan. Bi urte t'erdirekin hiru umetik batek behatza zupatzen segitzen du eta beste heren batek ordezeko artifizialak erabiltzen ditu. Portaera "anormal" horren maiztasunak beherantz segitzen du (4 urtekin % 15 dira behatza zupatzen duten umeak) eta lau urtetik aurrera gurasoak sartu ohi dira tartean, umeak ohitura hori utz dezan saiatzen direnean.

Adin batetik aurrera behatza zupatzea ohitura edo aztura kaltegarritzat hartu behar da; hortz-arkaden forma aldatzera iritsi baitaiteke. Eta horren esplikazioa bikoitza da: behatzak eragiten duen zuzeneko presioa batetik eta zupatzeko ekintzak berak dakarren aho barruko

Kontsulta ezazu zure pediatra baldin eta:

1. Umeak lau urte baino gehiago eduki eta etengabe behatza zupatzen badu.
2. Umeak bost urte baino gehiago eduki eta haserre dagoenean behatza zupatzen badu.
3. Umeak sei urte baino gehiago eduki eta noizean behin behatza zupatzen badu.
4. Zure umeak arazo emozionalak baditu.
5. Behatza zupatzeko ohitura hori teknikaren batekin saiatu eta gero konpontzen ez bada.
6. Gai honi buruzko beste galdera edo kezka bat badaukazu.



Zupatzeko premia oso indartsua da bizitzako aurreneko sei hilabeteetan. Bi urte t'erdirekin hiru umetik batek behatza zupatzen segitzen du eta beste heren batek ordezeko artifizialak erabiltzen ditu.

presioa txikiagotzea. Guraso asko eta asko kezkatuta agertzen dira, ea aurpegiko malformazio horiek iraungo ote duten pentsatuz, baina azken ikerketen arabera, salbuespen gutxi eta bitxi batzuk kenduz gero, aurpegiko hezurretan distortsio iraunkorrik sortzea oso zaila dela esan daiteke. Kasurik gehienetan efektua lokalizatua izaten da, ebakortzen teilakapen bertikala ez da behar bezala egiten eta "hortzaginak irekita geratzen dira"; alegia, nahiz eta atzeko hortzak eta haginak oklusioan egon, goikoak behekoen kontra estu-estu jarrita, aurreko piezak eta ebakortzak



bereziki, goikoak behekoekin ez datoz bat.

Dena den, aztura horrek 8 urtetik gorako umeengan segitzen duenean beste akats edo deformazioak ere ager daitezke: ebakortzak oso aurrera ateratzen dira, etab. Faktore bat baino gehiago hartu behar da kontutan: zehazki zein behatz zupatzen den, behatza ahoaren barruan nola kokatzen den, aho barruan zenbat denbora edukitzen den eta baita mihiak eta ezpainen duten forma eta portaera ere.

Behatza zupatzeari uzten zaionean, aurreko hortz eta albeoloak hazi egiten dira normalean oklusio egokia berreskuratzeraino, beste faktore anormalen bat ez badago behintzat. Eta nahiz eta ohitura hori 10 urte bete arte utzi ez, hortzen akats hori berez konpontzen da. Ez dauka, beraz, zentzu handirik behin-betiko ebakortzak atera-

tzen hasten diren artean (6-7 urte) ohitura horretaz kezkatzeak. Eta gainera badira beste arrazoi batzuek hortzen maloklusioa esplikatzen, eta horietako batzuk badute bai ortodontzia zuzentzailea justifikatzeko adina garrantzi.

## Zer egin behar dute gurasoek?

Lau urte bete baino lehenago, ez kasorik egin zure umeen ohitura horri, eta saia zaitetz umea beste zerbaitekin distraitzen. Erpurua zupatzea gauza "normalizat" kontsideratu behar litzateke, batez ere umea nekatua dagoenean. Umeak urte t'erdi baino gehiago baldin badu eta aspertua dagoenean behatza zupatzen badu, emaiouzu zerbait eskuekin jolasteko edo eskuetan erabiltzeko, baina zure kezka hori aipatu gabe. Zure umea arrazoitzeko gai ez den bitartean ez behartu inola ere aztura hori uzteko, juxtu-juxtu alderantzizkoa lor dezakezu eta. Zure umeak lau urte bete dituenean, lagundu iezaiozu haurrari egunez ohitura hori baztertzen. Lehenik eta behin bere laguntza lortzen saia zaitetz, ohitura hori kaltegarria izan daitekeela frogatuz. Erakutsi iezaiozu bere goiko eta beheko hortzen arteko distantzia ispiluan, edota jadanik behatzean sortu zaion kailua. Puntu honetan ume askok beraiei ere gustatuko litzaiekeela ohitura "txar" hori uztea esango dizute. Lo dagoela ere aztura hori kontrolatzen lagun iezaiozu umeari. Egunez behatza ez zupatzea lortu eta gero, siesta bitartean edota gaueko loaldian uztea lortu behar zenuke. Lo dagoela behatza zupatzea prozesu inboluntarioa izaten da normalean. Horren berri umeari eman eta ahal dela nolabait gogorarazi egin behar zaio: behatza zerbaitekin estaliz (guante edo galtzerdiren bat, esparatrapu-mutur bat), eta askoz ere eraginkorragoa izango da hori lotara joan aurretik umeak berak egiten badu. Bere laguntza lortzen saia zaitetz; hori zalantzarik

gabe zigorrak baino probetxuzkoagoa izango baita.

Umeak lau urte baino gehiago baldin baditu, zapore mikatzeko likidoren bat ere erabil dezakezu. EEBBetan egindako zenbait ikerketek erakutsi dutenez, zapore txarreko likidoren bat sari-sistema batekin erabiliz gero, arrakasta-maila handiak lortzen dira. Gure artean badira horrelako likido mingotsak, farmazietan errezetarik gabe saltzen direnak (MORDEX izenekoa litzateke bat, adib.) eta asmo horrekin erabiltzen diren kantitateek ez du inolako kalterik sortzen. Dena den ez erabili likido horiek zigor gisa; "beste ume batzuek ere erabili eta arrakasta duen sistema" gisa baizik, beti ere umea ados dagoela.

Lagundu iezaiozu umeari likidoa erpuruaren azkazalean jartzen; gosaldu aurretik eta ohera joateko orduan, segun eta behatza egunez, gaez edo batean nahiz bestean zupatzen duen. Eta umea lo dagoela orduerdi egiaztatu ea behatzak zupatzen duen ala ez, zu zeu ohera joan arte. Behatza zupatu gabe bost gau egin dituenean, ez eman gehiago likidorik, baina berriro hasiko balitz, ekin programa berberari.

Ez ahaztu umea dentistarengana eramatea, sei urte bete eta hortz behin-betikoak ateratzen hasten zaizkionean. Dentistek beste era bateko soluzioak dituzte, kasuak eskatuz gero, hortzetako malformazioak konpontzeko.

Baina beste ezeren gaineratik, kasu honetan ere PREBENTZIOA. Lau urtetik gorako ume batek behatza zupatzea prebenitzea posible da, umeari errietarik egin gabe, inola ere apaletsi gabe, "ume txikia" dela esan gabe edo zigortu gabe. Horrelako ekintzek ez dute ondorio positiborik. Aitzitik, itxaroten baldin badakizu zure umeak ohitura hori bere kasa utziko du.

Eta txupetearekin zer? Hori hurrengorako utziko dugu.



\* Pediatra.

