

# VAMOS <sup>al</sup> GRANO

CON  
**Blevit**<sup>®</sup>



## MÁS QUE ALIMENTACIÓN



LA TRIPLE DIMENSIÓN DE  
LA SUCCIÓN Y SU IMPACTO  
EN EL BIENESTAR DEL BEBÉ



Avalado por

sepeap

Sociedad Española de Pediatría  
Extrahospitalaria y Atención Primaria

## La succión es un reflejo innato crucial para el desarrollo del lactante, con una triple dimensión:

**1 Nutritiva:**  
garantiza la alimentación.

**2 Madurativa:**  
promueve el desarrollo muscular facial y funciones orales.

**3 Emocional:**  
función de autorregulación, proporcionando consuelo inmediato y alivio del malestar.

### ¿Sabes la diferencia entre succión nutritiva y succión no nutritiva? ¡Te lo contamos!



La **succión nutritiva** (lactancia materna o bibe) aporta nutrientes esenciales y refuerza el vínculo afectivo.

La **succión no nutritiva**, (chupete o dedo), satisface la necesidad primaria de autorregulación del bebé, funcionando como un recurso tranquilizador inmediato ante situaciones de inquietud.

Durante la succión se liberan sustancias como la dopamina y la serotonina, que ayudan a sentirse tranquilo y relajado, además de oxitocina, la llamada **hormona del cariño**, que refuerza la sensación de seguridad. También se reducen los niveles de cortisol, la **hormona del estrés**, y aumentan las endorfinas, que actúan como calmantes naturales.

**El uso prolongado del chupete o la succión del dedo tras el primer año puede causar alteraciones dentales, del lenguaje y otitis, por lo que se recomienda limitarlo hasta los 12 meses. Un uso puntual y supervisado es suficiente.**



### ¡Recuerda!

La succión en el bebé cumple funciones esenciales en la nutrición, el desarrollo orofacial y el equilibrio emocional.

- El acto de succionar activa mecanismos que favorecen el bienestar, incluyendo la liberación de hormonas como la dopamina, serotonina, oxitocina y endorfinas.
- La succión no nutritiva proporciona consuelo inmediato al bebé y contribuye a su autorregulación frente al malestar o la inquietud.
- El uso del chupete debe limitarse hasta los 12 meses para evitar alteraciones en la alineación dental, el lenguaje y el riesgo de otitis.
- El chupete, utilizado durante el sueño en el primer año de vida, ha demostrado tener un efecto protector frente al síndrome de muerte súbita del lactante.

