

Simplifique a transição da mamadeira para a xícara com um pouco de criatividade.



Em algum lugar há uma xícara
mágica que fará a mamadeira
do seu filho desaparecer

A HISTÓRIA DE KARLENE: "Estou orgulhosa por minha filha ter passado da mamadeira para a xícara"

"Para mim, alimentar minha filha tem tudo a ver com amor. Adoro os momentos de conversa que passamos juntas, mesmo quando não dizemos nenhuma palavra. Adoro aconchegá-la. Acima de tudo, adoro ter um bebê que depende de mim para tudo. A mamadeira era uma fonte de conforto para mim e para meu bebê.

Karyanah-Faith é minha filha mais nova. Quando, aos seis meses, o médico sugeriu trocar a mamadeira dela pela xícara, não gostei da idéia. Afinal, aquilo significava que meu bebê estava crescendo. O que há de errado em manter uma criança na mamadeira até os dois anos ou mais?

Após passar alguns dias aborrecida, percebi que estava sendo egoísta. Eu sou mãe, e mães ajudam seus filhos a vencerem barreiras. Elas comemoram a independência, e não estimulam a dependência. E elas sempre protegem seus filhos. Percebi que minha filha era dependente de mim para tudo – inclusive para proteger seus dentes de cáries causadas pela mamadeira.

Então eu iniciei a transição da mamadeira para a xícara. Primeiro, dei xícaras vazias para ela brincar por alguns dias. Não há necessidade de comprar xícaras especiais – xícaras normais funcionam bem. Introduzi inicialmente a xícara na refeição do meio-dia. (Karyanah-Faith ainda gostava de ficar aconchegada quando acordava de

manhã e na hora de dormir.) Continuei segurando-a no colo enquanto oferecia a xícara.

Não foi um grande problema. Simplesmente continuei oferecendo a xícara todos os dias. Depois de algumas semanas, ofereci-a no café da manhã e no jantar. Um dia, por volta dos 14 ou 15 meses, ela já havia largado a mamadeira. Provavelmente foi mais traumático para mim do que para ela.

Na verdade, aprendi alguns truques que tornaram a transição mais fácil. Coisas simples, como canudinhos flexíveis, desviam a atenção da xícara. Canções, como "Ela já é uma mocinha" (cantada com a melodia de "Ele é um bom companheiro") tornam isso uma aventura. E voltamos para a mamadeira em momentos de estresse, como quando Karyanah-Faith ficava doente ou quando mudou de creche.

Estou orgulhosa por minha filha ter passado da mamadeira para a xícara. Estar livre da mamadeira significa que eu não tenho que me preocupar com dentes cariados ou com o fato de tomar leite demais. E o melhor de tudo, quando Karyanah-Faith chegar aos terríveis dois anos de idade, teremos uma coisa a menos com que nos preocupar – até começarmos o treinamento para deixar de usar fraldas."

Dicas de Karlene para facilitar a transição da mamadeira para a xícara.

- Use a mamadeira apenas para alimentação. Não deixe o bebê andar por aí ou brincar com a mamadeira.
- Nunca permita que ele leve a mamadeira para a cama.
- Ofereça água no copo se o bebê tiver sede à noite.
- Faça do suco uma guloseima ocasional durante o desmame – mas nunca na mamadeira.
- Ofereça outras formas de carinho, como canto, leitura e brincadeiras.



Karlene e Karyanah-Faith



For more information about infant oral health please visit: <http://www.ct.gov/dph/homebyone>
Cover photography by Michael Young www.yamstudio.com
Reprinted with permission of the Massachusetts WIC Program

