



La mayoría de los niños dejan los pañales alrededor de los 2 años de edad; en general, controlan antes las heces que la orina.

Unos niños controlan esfínteres por sí solos y otros necesitan de un aprendizaje.

Es conveniente que antes de iniciar la educación del control de los esfínteres, el niño haya aprendido otras cosas sencillas como: ayudar a vestirse, obedecer pequeñas órdenes, entender lo que es la "caca", el "pipí" u otros conceptos similares que se utilicen en cada familia.

¿Qué pueden hacer los padres para ayudar al niño?

CONTROL INTESTINAL

En primer lugar, considerar que todo aprendizaje debe ser establecido lentamente y que los niños sienten satisfacción en asimilar nuevos conceptos.

Nunca se debe forzar la situación.

Al comenzar la enseñanza para el control intestinal aprovecharemos el momento de cambiar el pañal sucio y dejar caer éste en el orinal.

Unos días después animaremos al niño a hacer prácticas, le bajaremos los pantalones y lo colocaremos un corto tiempo en el orinal. Esto lo haremos cuando observemos que el niño hace algún movimiento especial que indique sus ganas de defecar (se pone rojo, se encoge...) o aprovecharemos justo después de comer (en este momento la necesidad de evacuar es más apremiante).

También estimularemos su deseo natural de imitación recurriendo al acto de ver a un hermano mayor u otro niño cuando esté defecando.

Al principio, se premiará cualquier intento con contactos físicos, besos o palabras cariñosas; luego solamente se premiarán los éxitos, pero se seguirán elogiando los intentos.

Póngale ropa fácil de quitar. Las primeras veces apenas podrá esperar a bajarse el pantalón y se sentirá frustrado si se le "escapa". Por este motivo es más sencillo iniciar el aprendizaje en verano.

Si consigue sentarlo en el inodoro, póngale un taburete para que no le cuelguen las piernas; de esta forma se va a sentir más cómodo y le facilitará el acto.

MICCIÓN DIURNA

La micción diurna suele lograrse después de que se haya conseguido el control de la deposición. Han de seguirse normas similares a las del control intestinal.

MICCIÓN NOCTURNA

El momento en el que un niño o una niña son capaces de controlar sus esfínteres durante el sueño es muy variable; frecuentemente, ocurre de forma normal entre los 2 y 4 años de edad.

Después de conseguir el control diurno de la orina se le animará a que lo logre durante el sueño.



Se puede ayudar a ello limitando la bebida a partir de las últimas horas de la tarde, y siempre ponerlo a orinar antes de acostarse.

No obstante, alrededor de un 10% de niños se hacen pis en la cama a los 6 años. Si este es el caso de su hijo/a, consulte con su pediatra que le orientará en la conducta a seguir.

Nunca debemos:

- Tener prisa. Cada niño madura a su ritmo; conseguir buenos resultados se logra en un tiempo muy variable de unos niños a otros.
- Amenazarle, reñirle, castigarle... cuando no logra controlar los esfínteres.
- Ridicularle antes sus hermanos u otras personas. Nunca compare a su hijo con otro niño.
- Forzarle a utilizar el inodoro.
- Ponerle ropa difícil de manejar por el niño.

Si tarda en controlar la micción nocturna, debemos tratar el tema con naturalidad, dándole la importancia que tiene, ni más ni menos. Podemos pedirle que ayude a cambiar la ropa de la cama y a cambiarse él y premiarle con cosas que le gusten los días que no se haga pis.

RECUERDE que el control de esfínteres es una habilidad que debe ser aprendida por el niño o la niña, y la edad a la que están preparados para ello es muy variable de unos niños a otros.

Sea paciente y haga que este aprendizaje sea agradable para ellos.

