

COMENZAMOS A CONTROLAR ESFÍNTERES

¿Está su hijo preparado?

Para iniciar la enseñanza explícita del uso del baño debemos primero comprobar si el niño está en condiciones de comenzar un programa de este tipo o si, por el contrario, supondría una sobre exigencia para él. Por tanto, debéis comprobar que vuestro/a hijo/a es capaz de:

- Seguir instrucciones sencillas (“Ven aquí, ____”).
- Sentarse en una silla durante 5 minutos
- Esperar como mínimo una hora y media entre cada dos eliminaciones (antes de empezar con la enseñanza del control de orina). Este apartado es muy importante puesto que supone la existencia o no de la madurez fisiológica necesaria para comenzar la enseñanza explícita

Una vez observamos que el niño tiene los requisitos previos imprescindibles nos planteamos la enseñanza del control siguiendo los siguientes pasos:

1. Conocer la pauta de eliminación
2. Establecer un horario para ir al baño.
3. Retirada de pañal e inicio de la enseñanza a través de horarios fijos.

PASO 1.: CONOCER LA PAUTA DE ELIMINACIÓN DEL NIÑO

Supone hallar las horas de cada día en las que es más probable que moje y/o manche su ropa interior. Este primer paso del programa es el más importante porque únicamente podrá empezar el programa de enseñanza cuando conozca con certeza la pauta de eliminación de su hijo/a. Para determinar su pauta de eliminación tendréis que llevar un registro durante dos semanas, donde anotareis el número de veces y horas a las que el peque orina o defeca.

¿Qué hacer ?

☆ Durante estas dos semanas debéis seguir tratando el tema de los esfínteres tal y como lo habíais hecho hasta ahora:

- Si no le habíais llevado al baño no empecéis ahora.
- Si ya le llevabais al baño, registrad si, sentado allí, orina o defeca alguna vez o no elimina nada.

☆ Cuando el niño/a se levante por la mañana, comprobad si está mojado, si ha defecado o si está seco.

☆ Una hora más tarde comprobad lo mismo de nuevo y así cada hora hasta que se vaya a la cama. En este apartado, quizá, sea donde más problema podéis tener ya que la asistencia del peque a la Escuela Infantil hace que necesitéis ayuda para controlarlo. Por ello, sería importante pedir a la maestra de la escuela que colabore con vosotros en el programa de enseñanza anotando y registrando estos datos.

☆ Cada una de estas veces deberéis registrar si está seco o mojado. A continuación, se os explicará cómo.

☆ Si el niño está mojado o sucio cambiadle. Debéis hacerlo así para que a la hora siguiente sepa si ha vuelto a eliminar o no.

Cómo llevar el registro

Los registros para llevar a cabo este paso se encuentran en el Anexo 1. Colgad las hojas en el baño y comenzad a llevar los registros a partir de mañana. Podéis hacer llegar a la maestra de la escuela unas copias para que desde allí se continúen los registros.

PASO 2.: ESTABLECER EL HORARIO PARA IR AL BAÑO

Cómo fijar un horario en el entrenamiento

⊕ Coged los registros de eliminación de las dos semanas anteriores y rodead los escapes con un color llamativo.

⊕ Si **el peque** tiene una pauta regular y fácil de identificar, será más sencillo determinar las horas para ir al baño: Quince minutos antes de cada hora en que según el registro tiene movimientos intestinales. A partir de esta hora deberéis programar cada hora y media/dos horas el tiempo para ir al lavabo.

⊕ Si el niño tuviera una pauta irregular y difícil de identificar se establecerían las horas para ir al lavabo 15 minutos antes de todos los momentos en que se produzcan, según el registro de eliminación.

⊕ Ahora debéis escoger de 4 a 8 veces para que el peque vaya al servicio en función de los datos anteriores. Anotadlas y tratad de seguir las de la manera más sistemática posible a lo largo de **una semana**, recogiendo los datos en un nuevo registro de seguimiento (Anexo I).

⊕ Tras esta semana deberéis analizar y evaluar vuestro registro y si fuera necesario ajustarlo a las pautas de eliminación que aparezcan reflejadas en el mismo. Si por ejemplo siempre tiene un escape 25 minutos después de llevarle al baño cambiad su horario a 15 minutos más tarde. Sin embargo, y como norma general, **no debéis cambiar el horario durante la primera semana**; tan solo en semanas posteriores cuando los registros de manera más regular sugieran un cambio.

PASO 3. RETIRADA DE PAÑAL.

Este paso supone eliminar de forma definitiva el pañal durante el día. Algunos consejos u orientaciones importantes para esta fase serían:

- Una vez retiramos el pañal **NO VOLVEMOS A PONERSELO**. Tan solo le ponemos el pañal en la siesta y por la noche, ya que al principio es más complicado que adquiera el control durante el sueño.
- El niño/a debe llevar ropa cómoda, que pueda bajar y subir fácilmente.
- Debemos alabar y premiar las ocasiones en que el niño haga pis/caca en el orinal/baño.
- Cuando se produzcan escapes, que se producirán, no debemos regañar al niño/a. Nuestra actitud debe ser tranquila y limitarnos a cambiarle la ropa y recordarle que el pis se hace en el baño.
- Debemos ser constantes y regulares, ya que al principio el niño/a aprenderá a controlar porque los adultos le iremos regulando con un horario constante.

