



NOTA INFORMATIVA PARA PADRES

EL MOMENTO DE AFRONTAR EL ABANDONO DEL PAÑAL

Vaciar el contenido de la vejiga de forma voluntaria, cuando el niño tiene sensación de llenado, constituye lo que se denomina “control del esfínter”. Este es un hábito básico de autonomía para que el niño realice un desarrollo social normal, y adquiera una imagen positiva de sí mismo.

No hay una edad concreta para comenzar a entrenar el esfínter. Depende del grado de madurez alcanzado en cada caso y que podemos observar por aspectos del lenguaje, de la evolución motora, de los procesos cognitivos, etc. Este grado de madurez nos indica el estado del sistema neurofisiológico y la capacidad de contraer voluntariamente el esfínter que posee el niño.

Alrededor de los veinticuatro meses se puede comenzar el entrenamiento del esfínter, sobre todo en el caso de las niñas. Tan perjudicial puede resultar pretender que realice el control antes de que su madurez lo permita, como retrasar en exceso el entrenamiento. En el primer caso, el niño puede frustrarse ante el aprendizaje, y en el segundo, los padres transmiten el mensaje de no creer capaz al niño de lograrlo con el consiguiente retraso en su independencia personal, además de lesionar su autoestima.

Abandonar el pañal es un logro que el niño consigue después de un entrenamiento que requiere un poco de tiempo y dedicación por parte de los padres. Como todo cambio significativo, el niño lo vive como un conflicto y necesita ayuda para superarlo. No se puede pretender que el niño pida el pis sólo porque le quitan el pañal.

Este también es un momento importante para tener cuidado con los comportamientos que el niño puede tener para atraer la atención de los padres. Las madres suelen conceder demasiada importancia al hecho de que el niño “haga pis adecuadamente” y sienten cierta ansiedad cuando no lo consigue. En la mayoría de los casos, cuando el niño se hace pis en el pantalón centra toda la atención de la familia, aunque sea una atención negativa en forma de riñas o descalificaciones. Si el niño obtiene demasiada atención por este motivo, le están indicando el comportamiento a seguir para conseguir la atención de los adultos inadecuadamente y lo utilizará cada vez que desee protagonismo.

Los padres no deben considerar un problema el hecho de que el niño moje el pantalón por estar absorto en el juego o porque retrase demasiado el momento de ir al baño. Deben tener en cuenta que, cuando manifieste el deseo de vaciar la vejiga, ocurrirá de inmediato. No conviene prolongar el tiempo porque falte poco para llegar a casa o por no haber un baño cerca, el pequeño no aguantará.

Para conseguir el entrenamiento del esfínter con éxito, es imprescindible la decisión y la paciencia de los padres. A continuación se ofrecen algunas orientaciones y consejos para este corto periodo de sacrificio, tras el cuál, los padres obtienen la recompensa de ver a su hijo más independiente, con mayor seguridad en sí mismo y una autoestima más potenciada.

- Durante dos semanas como mínimo, confeccionen un registro de las horas en las que, habitualmente, el niño hace pis. Lo pueden hacer comprobando si el pañal está seco o mojado cada media hora. Normalmente, el hecho de que el pañal permanezca seco por periodos de más de una hora media o dos horas, indica que el esfínter tiene madurez suficiente para retener la orina hasta llenarse la vejiga, por lo tanto, se puede comenzar el entrenamiento.
- Al comenzar el entrenamiento, los pañales desaparecen durante el día y, si es posible por las condiciones climatológicas, también por la noche. Está desaconsejado poner el pañal en unos momentos y quitarlo en otros porque el niño no sabrá cuándo debe controlar el esfínter y cuándo puede orinar en el pañal.
- En las horas medias del registro elaborado, los padres acompañan al niño al baño. Pueden utilizar un adaptador para el inodoro y estar a su lado para que se sienta seguro. Tengan en cuenta que el

niño puede sentir angustia por “colarse” dentro del inodoro porque aún no domina la situación de su cuerpo en el espacio.

- Refuercen muchísimo los pequeños logros con elogios verbales, gestos afectivos y comentarios sobre su “hazaña” con otros miembros de la familia. Recuerden que no debe estar demasiado tiempo sentado en el inodoro intentándolo, si siente la necesidad, lo hará rápido.
- No den mucha importancia a los pequeños fracasos. Cuando el niño se moje, dejan pasar unos instantes para que sienta la incomodidad de la humedad y luego pidan su colaboración para cambiar la ropa o anímenle a quitarse la ropa solo. Una frase como “eres mayor y sabes que el pis se hace en el baño” será suficiente, sin prestar más atención al hecho.
- Cuando consiga controlar la micción sólo en ocasiones, no concedan demasiada atención a los fracasos y refuercen los logros. Asegúrenle que es mayor y lo puede conseguir. Los comportamientos que mantenga el padre al respecto tienen tanta o más importancia que los de la madre.
- Conviene que tome mucho líquido para sentir la vejiga llena. Si no quiere tomar líquidos, pueden ofrecerle alimentos salados para que sienta la necesidad de beber.
- Algunos profesionales consideran oportuno despertar por la noche al niño para hacer pis. Si deciden hacerlo, observen en el primer intento su reacción porque, en nuestra opinión, puede ser negativo despertarlo y que asocie el orinar con momentos desagradables, al margen de otras consecuencias.
- Aprovechen el aprendizaje por imitación, permitan que les acompañe cuando vayan al baño. En esta edad el niño aprende a través del juego, conviertan el hecho de ir a hacer pis en algún juego divertido como ver quien saca el pis más rápido, que el pis salga cuando cierra los ojos, etc.
- Cuando lleve algún tiempo controlando, pueden jugar a controlar la micción de forma intermitente, además de divertirse, ejercitará la madurez del esfínter.
- Es importante que no hablen del tema con otras personas cuando el niño está delante, ni lo ridiculicen por haberse mojado. La aceptación, la comprensión, el respeto y el cariño incondicional es imprescindible para que coseche éxitos en un aprendizaje que para el niño supone una gran dificultad.

Datos del Centro:

Nota: Texto elaborado por el Equipo Pedagógico de la Asociación Mundial de Educadores Infantiles (AMEI-WAECE) con la asesoría de Marisol Justo de la Rosa -autora del Libro “**Tema que preocupan a los Padres sobre la Educación de los niños**” publicado por la **Editorial de la Infancia (Ei)**- y el fondo de documentación la Biblioweb de AMEI-WAECE. Colabora **Hermex Ibérica**

¡todo un mundo para la educación!

www.hermex.es

www.latiendadelafamilia.com

Material Complementario – Más información y Recursos en la web de la Asociación Mundial de Educadores Infantiles (AMEI-WAECE)

www.waece.org