

SUGERENCIAS EN LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS

TEMA: CONTROL DE ESFÍNTERES

➤ **¿Qué es?**

Es un mecanismo por el cual el niño o la niña toma conciencia de la necesidad de expulsar la orina y las heces y es capaz de controlar su vejiga y sus intestinos expulsando o reteniendo a voluntad.

➤ **¿Cuándo empezar?**

El proceso se inicia alrededor de los dos años aunque, debido a que requiere un adecuado nivel madurativo del sistema nervioso, no hay fechas fijas y unos niños/as progresan más rápidamente que otros. No hay un tiempo establecido para asumir el control, se puede tardar meses, hay que darles el tiempo necesario, no hay que obsesionarse y tener absoluta confianza en que lo conseguirán.

➤ **¿Qué se controla antes?**

Controlarán antes las heces que la orina y antes la orina diurna que la nocturna.

➤ **¿Qué requisitos se deben cumplir?**

- Que el niño se mantenga sentado en el orinal, por un breve espacio de tiempo
- Que se pueda ir controlando las evacuaciones según horarios
- Que su nivel de comprensión del lenguaje y de autonomía sean adecuados, ya que deberemos recordarle que haga pipí repetidamente y debemos asegurarnos que sabe bajarse la ropa.

➤ **¿Qué normas deberemos seguir para que este aprendizaje no resulte especialmente costoso?**

- no iniciar el entrenamiento antes de los dos años, a no ser a petición del propio niño
- Respetar el ritmo de cada niño sin imponer avances.
- Alabar en todo momento los avances que se vayan consiguiendo, mostrándoles nuestra alegría felicitándolos.

➤ **¿Cómo abordar el entrenamiento del control de esfínteres?**

En un primer momento invitarles a que se sienten, en el orinal, como si fuera un juego más y aunque el orinal esté vacío se les felicitará. Llegará un momento en que el niño y la niña hagan pis en el orinal y empiecen a interiorizar y establecer relaciones.

Es conveniente, sobre todo al principio, combinar el orinal con los pañales, aumentando cada vez más el tiempo que pasen sin el pañal.

En un segundo momento, cuando se decida retirar el pañal no se volverá a poner hasta la hora de dormir, a no ser que el niño adquiera una enfermedad gastrointestinal y tenga defecaciones continuas.

Cuando el control se vaya afianzando y sea cada vez más constante, se sustituirá el orinal por la visita al váter. Hay que conseguir que los niños y las niñas vean el cambio como algo positivo, que se sientan mayores, que se vayan haciendo cada vez más autónomo.

➤ **¿Pueden ocurrir escapes con frecuencia?**

No se extrañe si una vez controlado durante bastante tiempo, vuelve a mojar o manchar la cama. El hecho de que ocurran escapes, forma parte del aprendizaje sin que por ello debamos alarmarnos o sean indicativo de una vuelta atrás.

Si se produce un escape, no riña, ni amenace pues más adelante podría encontrarse un problema de estreñimiento. No lo compare nunca con sus hermanos ni con otros niños.

➤ **Recordar**

Estando su hijo presente no comente con nadie que él se hace pipí, sería una grave ofensa para él.

Si evacua, muestre su alegría. Si no lo hace no se enfade, ya lo hará en la próxima ocasión o al día siguiente.

Que si pasado los cuatro años, sigue mojando la cama o los pantalones, debe consultar al pediatra.

Los padres deben mostrarse tolerantes y comprensivos y animarlos a conseguir uno de los logros más importantes de esta etapa.