



¡Adiós pañal!



El verano: la época adecuada para retirarlo.

El control de esfínteres es uno de los objetivos más importantes en los primeros pasos de la evolución de un niño, pero conviene que se afronte sin prisa, pues es necesario que el pequeño esté preparado. El verano es una buena época para la retirada del pañal porque los niños llevan ropa más ligera y es más fácil enseñarles la diferencia entre seco y mojado. Sin embargo no es fácil controlar los esfínteres, pues su contracción a voluntad propia implica músculos y mecanismos complicados que precisan de un tiempo para ejercitación y cierta madurez psicológica.

1.- Una Etapa natural.

El control de esfínteres se adquiere de forma natural: es una etapa que debe pasar igual que la utilización del chupete, por ello no se puede forzar a los niños que aún no están preparados. De la misma manera que cada niño comienza a caminar a su ritmo, lo que suele suceder cuando cumple el primer año de vida, no se puede fijar un momento específico para quitar el pañal, aunque suele suceder en torno a los dos años.

2.- Cuando cumple dos años.

El niño está preparado para controlar sus esfínteres alrededor de los 24 meses, y en algunas ocasiones un poquito antes. En esta etapa de su vida posee cierto desarrollo del lenguaje y comprende lo que quieren decir palabras como "baño", "seco", "mojado" y cierto desarrollo motor pues sabe andar correctamente, puede subir y bajar escaleras con ayuda...

3.- Empieza a aprender.

La retirada del pañal comienza cuando el pequeño se da cuenta de que lleva el pañal sucio y relata el momento en el que está haciendo pis o caca. En algunas ocasiones pide que lo cambiemos o bien avisa antes de hacerse. Cuando se acerque la hora o el momento en que el niño suele manchar el pañal de caca (generalmente se controla antes que el pis), con paciencia le colocaremos sobre un orinal adecuado a su edad, para poder mostrarle que el pis o la caca salen de dentro de su cuerpo; siempre debemos enseñarle lo que ha hecho con el objetivo de que se familiarice con la utilización del orinal en el que verá sus propias deposiciones. Cada vez que suceda esto felicitaremos al niño para reforzar su conducta.



4.- Proceso lento.

El proceso de adquisición del hábito de control de esfínteres es lento, aunque el niño aprenda cómo se hace en 15 días. Sin embargo, a veces se producen pérdidas y el proceso se retrasa; es muy importante no volver a ponerle el pañal si ya hemos iniciado este aprendizaje, sería contraproducente. Tenemos de plazo hasta los 4 años, ya que si en esta edad no controla aún los esfínteres deberemos consultar a un profesional médico o psicólogo.

Pequeños consejos.

- *No olvides que cuando el niño cumple dos años está fisiológicamente preparado para comenzar el control de esfínteres.
- *El mejor momento del año para la retirada del pañal es el verano. Ten en cuenta que las niñas suelen abandonar el pañal antes que los niños, por lo que es conveniente tener un poquito más de paciencia con ellos.
- *La retirada del pañal de noche debería simultanearse con la retirada de los pañales de día, o realizarse muy poco tiempo después.
- *Cualquier alteración emocional puede producir regresiones en los niños, pero no se debe por norma general volver a poner el pañal.

Recuerde.

- *Todos los niños no aprenden al mismo tiempo a controlar sus esfínteres.
- *Generalmente se controla antes la caca (que no suele "escaparse" una vez así controlada) que el pis; además, no es conveniente regañar al niño cuando se le escape el pis durante el aprendizaje.
- *Si el niño pasa alguna noche fuera de su casa, no es aconsejable volver a poner el pañal.
- *No todos los niños tienen la misma necesidad de evacuar u orinar, ni la misma frecuencia.