

Enseñanza para ir al baño

L.T.O. Claudia Angélica González García
Coordinadora del Área de Terapia
Ocupacional del CRI Jalisco

El pañal se deja, no se quita

El peor enemigo de la crianza son las prisas. En cuanto al control de esfínteres (hacer pipí o popó), las prisas de las madres y los padres hacen mucho daño. El pañal no se quita, el pañal se deja, ya que esto es un proceso natural que depende del estado de maduración de la niña y el niño. Esta madurez es neurológica (de su cerebro) y afectiva (atención y cuidado que le da la familia).

Nuestra misión como madres y padres es estar atentos a las señales de la niña y el niño, para facilitarles en lo posible el proceso, una vez que se haya iniciado. Es la niña o el niño quien debe ir dejando el pañal poco a poco, con nuestro aliento y acompañamiento en un buen ambiente preparado que le haga sentir capaz, útil y seguro de sí mismo.



¿Cómo acompañar a la niña y al niño en el proceso de dejar el pañal desde el respeto?

1. Empezar con los cambios de pañal parado a partir de que la niña y el niño camina.
2. Establecer los cambios de pañal en el baño, ya que es el lugar apropiado donde le permite intimidad y que irá relacionando con hacer pipí o popó.
3. Esperar con paciencia a que la niña o el niño se quite y se ponga la ropa, facilitarle papel y/o toallas húmedas para que se limpie en medida de sus posibilidades.
4. Recuerda que las niñas y los niños aprenden por imitación, enséñale cómo usas el baño y explícale con paciencia.
5. A los primeros signos de madurez de la niña y el niño invítale en los cambios de pañal a sentarse en el bañito entrenador, para ver si sale pipí o popó.
6. Establecer rutinas en casa. Cuando la niña o el niño comienza a hacer pipí o popó en alguna ocasión en el bañito entrenador, hay que establecer una rutina tanto de comidas y observar cada cuándo está haciendo del baño para motivarlo a ir al baño.
7. Preparar un ambiente tranquilo y adaptado para que la niña y el niño puedan hacer las cosas de forma independiente. Por ejemplo, un cesto para los pañales, bañito o adaptador para la taza del baño con un banquito, toallitas y papel a su alcance.
8. La ropa debe permitir autonomía, es decir, que se la pueda quitar y poner ella o él, solo.

Recuerda que tener y educar una hija o un hijo implica paciencia, inteligencia, sabiduría, tiempo, compromiso y amor principalmente de los padres. ¡Tú decides qué tipo de hija o hijo quieres!

Actitud de los padres

La niña y el niño son quienes van a dejar el pañal solos poco a poco, ya que esto va de la mano con su madurez emocional que es fomentada por la buena relación familiar por parte de los padres, el adecuado estímulo de la autoestima y la paciencia hacia ellos. Nunca se le debe obligar o reprender con humillaciones.

1. No premiamos y no nos enfadamos.
2. No obligar a que permanezca sentada o sentado en contra de su voluntad.
3. No nos burlamos.
4. No le digamos palabras ofensivas como sucio.
5. No hablamos sobre sus accidentes con otras personas para comparar.
6. Alentamos a enfocarnos en sus logros, hay que recordarle sus progresos. Nos fijamos en lo que se ha conseguido.

Señales que indican que empieza el proceso

1. Rechaza los cambios de pañal.
2. Se da cuenta de que se acaba de hacer pipí o popó.
3. Intenta quitarse el pañal.
4. Amanece seco por las mañanas (pañal nocturno).
5. Se mantiene seco el pañal por más tiempo (tres a cuatro horas).
6. Comienza a avisar antes de hacerse pipí o popó.
7. Tiene equilibrio para caminar e incluso, para correr.
8. Se interesa cuando otros van al baño e imita.
9. Entiende órdenes sencillas.
10. Comienza a interesarse por el orden (llevar la ropa sucia a un lugar determinado como un cesto, tirar el pañal a la basura).
11. Pronuncia las palabras pipí o popó frecuentemente durante el día.



GOBIERNO DE
MÉXICO

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

SNDIF
SISTEMA NACIONAL PARA
EL DESARROLLO INTEGRAL
DE LA FAMILIA