

¿CUANDO LE PODREMOS QUITAR LOS PAÑALES?

PALAZÓN AZORÍN, INMACULADA. Psicóloga Unidad Salud Mental Infantil. Alicante.

El control del pipí por parte del niño es una habilidad que HAY QUE APRENDER, no aparece de forma automática a una edad determinada. Para adquirir habilidad se necesita que el niño posea un determinado nivel de madurez fisiológica (generalmente en torno a los 2 años), y que los padres guíen este aprendizaje.

¿Cuáles son las condiciones de madurez que debe tener el niño?

Capacidad para reaccionar, atender y seguir órdenes sencillas. Esta capacidad generalmente la muestran en torno a los 21 meses de edad. Capacidad para orinar de “una vez” en momentos concretos, y no pequeñas cantidades a lo largo de todo el día.

Capacidad para permanecer seco varias horas entre micción y micción. Que se dé cuenta de que va a orinar y lo exprese adoptando posturas, caras o gestos especiales. Que acepte sentarse en el váter.

¿Qué pueden hacer los padres?

Familiarizarle con el váter. Hay niños que rechazan sentarse en la taza del váter porque les asusta o se sienten incómodos, lo que es comprensible si comparamos las dimensiones del váter y las del niño. En el mercado existen adaptadores, pero puede resultar más útil y sencillo ponerle un taburete a los pies, para que los mantenga con apoyo. Al principio lo sentaremos con la tapa del váter cerrada y los pies apoyados mientras, por ejemplo, le peinamos o limpiamos

la cara. Luego repetiremos esta situación con la tapa abierta. Nos aseguraremos de que acepta permanecer sentado.

Sugerimos los siguientes pasos:

Quitarle los pañales durante el día, dejarle con ropa cómoda de manejar (pantalones sin cremallera, ropa interior). Al levantarse y antes de ir a dormir llevarle al váter y que se siente:

– Si “hace en el váter”: felicitarle en el momento con elogios y muestras de afecto.

– Si “no hace”: no retenerle, decirle en actitud serena y firme algo así como “parece que ahora no tienes ganas”, y seguir con las rutinas habituales.

– Si “se le escapa” antes de llegar o hace después de levantarse del váter: no mostrarse sorprendidos, ni pedirle explicaciones (“¿por qué lo has hecho?”).

Sentarlo durante breves momentos, aunque ya se haya hecho encima, mientras se va a por ropa para cambiarlo o útiles de aseo y decirle “el pipí se hace en el váter”. No regañar, no utilizar expresiones del tipo: “esto no se hace” o “eres un marrano”. Si el niño deja escapar el pipí en cualquier parte de la casa, sin que hallamos podido anticiparlo, actuar como en la situación anterior. Estar pendientes y actuar cuando el niño expresa con gestos, caras o posturas que tiene ganas de orinar. En ese momento “dirigirlo al váter”, esperar unos

segundos mientras se le dice “el pipí se hace el váter”.

En general:

Estar disponibles ante cualquier indicación del niño que muestre su intención de ir al váter. Controlar que la interacción con el niño durante la limpieza o cambio de ropa, por haberse hecho encima, sea neutral y escueta. Que en estas circunstancias no reciba especial atención (que no se le regañe, ni se juegue con él).

Asegurarse que el niño dispone de momentos de atención gratificante en circunstancias distintas y apropiadas como, por ejemplo, durante el baño, a través del juego compartido, etc. Utilizar ante cada pequeño logro expresiones muy explícitas e inmediatas de felicitación (“eso está muy bien”, “verás cuando se lo contemos a...”, etc.). A medida que repite las adquisiciones, felicitar sólo de vez en cuando.