

CONTROL DE ESFÍNTERES



DOCUMENTO REALIZADO POR:

EQUIPO EDUCATIVO 2-3 AÑOS CON LA COLABORACIÓN DE SILVIA FUSTER (PSICÓLOGA DEL CENTRO).

Hola de nuevo a todas las familias; una vez más esperamos que estéis todos bien.

Muchos son los alumnos que se fueron del centro con este control de esfínteres en un proceso muy avanzado, otros apenas comenzaban, y para muchos otros todavía no era su momento.

Por eso desde el equipo educativo de 2-3 años con la colaboración de Silvia (Psicóloga); hemos querido hacer un documento para intentar ayudaros en este proceso; sabiendo que en situaciones normales estaríamos hablando de colaboración entre la escuela y la familia...Esta vez os toca a vosotros estar en primera línea, pero en colaboración con nosotros desde la distancia.

Entendemos los agobios que este cambio supone, la presión de empezar el colegio, que vuestro hijo no quiera en ese momento, aunque penséis que está preparado...muchas son las circunstancias de este proceso, que se pueden agudizar aún más con este confinamiento que nos está tocado vivir.

Esperamos que este documento os ayude, y como sabéis el personal del centro está a vuestra disposición para aquello que podáis necesitar.

¡ÁNIMO!

UN FUERTE ABRAZO



CONTROL DE ESFÍNTERES

El control de esfínteres y el subsiguiente abandono del pañal es uno de los momentos del desarrollo del niño/a que más interrogantes suscita a las familias, ya que surgen dudas de cómo enseñar, de cómo posicionarnos y valorar si somos estrictos o tolerantes al enfrentarnos a este proceso.

Cuando el niño/a adquiere madurez física y se encuentra preparado para ello, es bueno dar el paso; lo ideal es **hacerlo de una manera natural**, sin ser demasiados rígidos ni permisivos.

Como cualquier aprendizaje, es importante que se desarrolle sin exigencias ni prisas, pero sí con firmeza, ternura y comprensión.

Comenzar este proceso sin que el niño esté preparado es un error, por ello es importante que nos **aseguemos de que ha llegado el momento**. Algunas señales que nos indican cuándo empezar el programa de control de esfínteres son:

- Debe existir una **MADUREZ NEUROLÓGICA** que le permite controlar voluntariamente los esfínteres.
- Debe existir una **MADUREZ MOTORA**, que se demuestra en el momento en el que el niño es capaz de sentarse y levantarse solo, subirse y bajarse las prendas de vestir.
- También es necesario que exista una **ESTABILIDAD EMOCIONAL** que se refleja en la capacidad de esperar y contener urgencias de sus impulsos.
- Es conveniente que exista **LENGUAJE PARA COMUNICARSE** y poder establecer un 'feedback' en la comunicación.

- El niño/a puede **PERMANECER TRANQUILO SENTADO EN EL INODORO U ORINAL** durante un par de minutos sin manifestar malestar, enfados, llantos y sin que se le fuerce a estar sentado.
 - ✓ Para eliminar rechazos el primer paso será **elegir un juguete, un cuento...**que les pueda resultar **atractivo**. Para que este objeto sea reforzante debe ser algo a lo que el niño/a **SÓLO TENGA ACCESO EN LOS TIEMPOS DE IR AL BAÑO**.
 - ✓ **Otra estrategia es aprovechar las rutinas diarias** (siempre y cuando no sean actividades que el niño rechace). Para ello vamos aprovechar los momentos previos a bañarlo, cuando se le peine, o se le eche crema...para sentarle en el orinal /inodoro.
- El niño muestra signos de **SER CONSCIENTE** de que **está sucio o mojado**.
- **INTRODUCIR EL USO DEL ORINAL COMO UN JUEGO**, mostrárselo y permitir que lo manipule y lo observe libremente. Posteriormente, le diremos de qué se trata y cómo deberá utilizarlo.

ENSEÑANZA DEL CONTROL DE ESFÍNTERES Y SUGERENCIAS

1. **CREAR RUTINAS**; es necesario asociar la conducta de hacer pis con actividades cotidianas, (ir al baño al levantarse o acostarse, antes de salir de casa...) Para educar en el control diurno de la orina, intentar que se siente aproximadamente **cada 2 horas en el orinal /inodoro**. Para estimular el control nocturno, transmitir el reconocimiento al niño por las noches en las que amanece seco e ignorar en las que no ha habido control, ya que este no depende de su voluntad.

2. **ASEGURAR UN MOMENTO TRANQUILO Y CÓMODO.** Se debe evitar tirar de la cadena mientras el/la niño/a siga sentado en el inodoro.
3. **CUANDO SE TOME LA DECISIÓN DE QUITAR EL PAÑAL,** debe hacerse de forma definitiva, excepto en las horas de sueño.
4. **NO ES UN PROCESO LINEAL,** pues habrá muchos avances, pero también retrocesos. Es importante que los niños/as vean que no hay prisa y que esperaremos lo que sea necesario.
Debemos considerar las regresiones como un paso para afianzarse y avanzar de nuevo con más fuerza y estabilidad. Cuidaremos los momentos de llegada de hermanos, enfermedad, etc.

COSAS QUE NO DEBEMOS HACER

-  **Castigar o ridiculizar** cuando se produzcan accidentes o escapes.
-  Emplear **ropa complicada** durante este proceso, y difícil de quitar y poner. (Queremos que el niño/a adquiera una autonomía total.)
-  **Ser poco sistemáticos** con las rutinas y pasos establecidos. De esta manera estamos obstaculizando el aprendizaje además de generar confusión en el niño/a.
-  Tener **prisa en los tiempos de permanencia** en el inodoro u orinal.
-  **Forzarle a que se siente en el inodoro** cuando hay señales claras de miedo o ansiedad. Dejarles largos espacios de tiempo sentados en el orinal.

RECORDAD

El cambio de pañal normalmente es para los niños un momento de tranquilidad, intimidad y de complicidad, por lo que hay que tener en cuenta que van a dejar de tener estos momentos de tranquilidad con vosotros (mamá y papá) y posiblemente los echen de menos.

Las fantasías que los niños/as pueden tener estos momentos es la de sentirse dueños de lo que está dentro de su cuerpo y esto le da al niño una enorme sensación de poder.

En ocasiones van a intentar manipular su entorno a través del control de esfínteres, con llamadas de atención para tener la presencia de la madre o padre cuando ellos quieran. Es importante mantener la calma e intentar comprenderles y dedicarles atención sin premiarles ni castigarles por su éxito o fracaso en el control de esfínteres.

Es importante que sientan y comprendan que estamos disponibles y les prestamos atención sin que tengan que recurrir a llamar vuestra atención de esa manera.

JUEGOS Y CUENTOS RECOMENDADOS PARA ESTE PROCESO:

-  Jugar con agua, trasvases...
-  Jugar con barro.
-  Jugar a quitar y poner el pañal a los muñecos, ponerles hacer pis en el orinal, bañarles...
-  Jugar a esconder objetos, estar dentro y fuera de cajas y aros.
-  Pintura de dedos.

CUENTOS: **“¿Puedo mirar tu pañal?”**

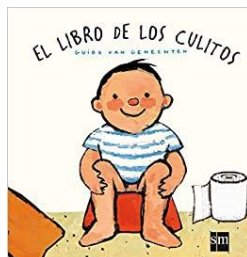
https://www.youtube.com/watch?v=8_O58a_S4HA

 “Todo el mundo va”

<https://www.youtube.com/watch?v=JWJdztTvrH8>

 “El orinal de Lulú.”

<https://www.youtube.com/watch?v=cABS4YiqwK4>

 “EL libro de los culitos.”

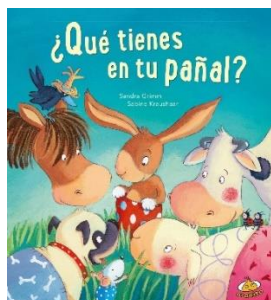
<https://www.youtube.com/watch?v=KR00CqnnD7k>

✚ “El topo que quería saber quién se había hecho aquello en su cabeza”.



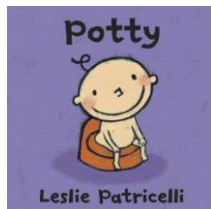
<https://www.youtube.com/watch?v=5roMAXZnoMc>

✚ “¿Qué tienes en tu pañal?” Sandra Grimm. Editorial Urano

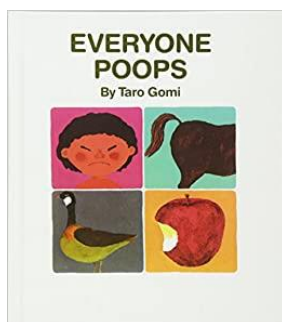


✚ ¡Todo el mundo hace caca!



 “Potty”

https://www.youtube.com/watch?v=8M_b6FmhMhA&t=3s

 “Everyone Poops”

<https://www.youtube.com/watch?v=NgGlS4jgeys>