1.- ¿QUÉ ES EL CONTROL DE ESFÍNTERES?

Es un proceso que sustituye la evacuación refleja del recto y de la vejiga por un control voluntario de los esfínteres.

El control del pis y de la caca suele ser para los niños y para los padres un periodo cargado de cierta tensión. Para los padres esta tensión se agudiza cuando el niño tarda en lograrlo; para el niño, cuando tiene que soportar exigencias y reproches si no se responde a las expectativas de los padres.

El control de esfínteres, en principio, no es algo que dependa del deseo del niño, ni tampoco de un adiestramiento llevado a cabo por los adultos. El control es un logro, una conquista que tiene que realizar el propio niño, cuando tiene la madurez necesaria para hacerlo. Supone un proceso personal único que los adultos tenemos que respetar, cada niño tiene su ritmo y hay que evitar presiones.

2.- ¿QUÉ NOS INDICA QUE EL NIÑ@ ESTÁ PREPARADO?

- La edad: la mayoría de los niños coinciden en controlar el pis y la caca entre los dos y los tres años, pero esto no quiere decir que no sea normal que algún niño lo logre antes o que tarde más tiempo.
- Tener el control motor suficiente para sentarse y levantarse solo del orinal.
- Retener la orina más tiempo y que el pañal permanezca seco de un cambio a otro.
- Mostrarse incómodo porque tiene pis o caca y pedir de algún modo (verbal o gestualmente) que lo cambies.
- Mostrar interés cuando otros niños utilizan el orinal o wc.

3.- ¿CÓMO LO TRABAJAMOS EN LA ESCUELA ?

Entregamos a las familias el documento que hay en la escuela sobre el control de esfínteres, A partir de su lectura se aclaran dudas y se ven todas las pautas generales a seguir durante el periodo previo a la retirada del pañal, consistentes en:

- Crear un ambiente físico cómodo y limpio para el cambio.
- Cambiar al niño dedicándole un tiempo y promoviendo la comunicación individualizada, verbalizando lo que hacemos y por qué, nombrando las partes del cuerpo y los utensilios que usamos, cantando alguna canción alusiva al tema….
- Irle preguntando si tiene pis o caca y enseñarle el pañal para comprobarlo.
- Pedirle que colabore en el cambio: cogiendo el pañal limpio, sacando la toallita...

Según vamos avanzando en casa y en la escuela:

- Incorporaremos los orinales en el aseo para que se familiarice con ellos.
- Cuando se produzca el cambio de pañal lo invitaremos a sentarse periodos cortos de tiempo. En el caso de que haga pis lo tiraremos al inodoro para que tire de la cadena y reconoceremos su logro sin exageraciones. En caso de no hacer pis daremos por concluida la tarea sin recriminar,
- Haremos suya la necesidad de vestirse y desvestirse con nuestra ayuda antes y después de sentarse en el orinal.

Cuando veamos que algunos indicadores de los comentados en el punto anterior se repiten con mucha frecuencia, entonces acordaremos con la familia la retirada del pañal durante el día.

La familia se encargará de hacerlo en casa por primera vez durante el fin de semana o un periodo de varios días de estancia en casa.

Recomendaciones para esta nueva etapa en casa y en la escuela:

- Invitar al niño a ir al baño coincidiendo con la levantada de la mañana, salida de casa, después de comer y de la siesta y antes de ir a dormir,
- Durante la siesta y el sueño nocturno se seguirá poniendo hasta que aparezca el pañal seco varios días seguidos.
- Es importante vestir a los niños con ropa cómoda (chándal, mallas, pantalones con goma….) que les permita subirse y bajarse las prendas con facilidad. También es conveniente que usen braguitas y calzoncillos
- A la escuela traerán varios cambios de ropa, calzado incluido.
- Familia y escuela irán diariamente intercambiando información y haciendo los ajustes que sean necesarios para garantizar al niño el éxito de su propio proceso.

4.- ACTITUDES DEL ADULTO QUE FAVORECEN EL PROCESO

- Sería importante, siempre que sea posible, iniciar el proceso en un momento de estabilidad personal y familiar para el niño.
- Permitirle al niñ@ ser cada vez más autónomo en todos los aspectos de su desarrollo.
- Tener una actitud flexible y serena aceptando el ritmo individual que cada niño imprime a este y cualquier otro proceso de aprendizaje.
- Evitar todo tipo de críticas y comparaciones que puedan dañarle, lo cual no implica dejar de ponerle los límites que sean necesarios en su comportamiento diario,
- No exagerar las reacciones de alegría o desagrado ante el éxito o fracaso de su eliminación; valorar el control como cualquier otro proceso del desarrollo del niño.

