

CONTROL DE ESFINTERES



El control de esfínteres no es un hábito, no es un aprendizaje y tampoco es un entrenamiento por más amable que este sea.

Tenemos una visión que es respetuosa con la maduración y con la capacidad de los niños y de las niñas de tener autoconciencia de lo que ocurre en su cuerpo.

Nosotras partimos de que el control de esfínteres no es un hábito, creemos que va unido a una maduración que comienza desde el nacimiento. Son los niños los que, a través de su maduración y autoconciencia, se dan cuenta de los procesos que ocurren en su cuerpo.

El control de esfínteres es un paso importante, con dificultades, que lleva tiempo, pero en el que está implicado todo el desarrollo del niño y de la niña. No es un entrenamiento ni les condicionamos (no les premiamos), ya que de esta manera se les impide la posibilidad de reconocer por sí mismos lo que ocurre en su cuerpo y se les quita la posibilidad de identificar cuáles son las señales para controlar voluntariamente sus esfínteres.

¿QUE ES EL CONTROL DE ESFÍNTERES? Es un proceso natural que necesita de una maduración neurológica, fisiológica, emocional y psicológica. No es lineal, hay pasos hacia adelante y pasos hacia atrás. Esto es normal y hay que respetarlo y no inquietarse.

A nivel neurológico, el sistema nervioso prepara al organismo para dar respuesta a los estímulos del exterior, en relación con el control de esfínteres, lo que hace es contraer y relajar la musculatura.

A nivel fisiológico, tenemos cuatro esfínteres:

- Dos esfínteres anales, que se encargan de las heces.
- Dos esfínteres uretrales que se encargan de la orina.

Los niños y niñas no podrán conquistar el control de esfínteres hasta tener la maduración suficiente como para poder contraer el esfínter anal y uretral.

Las consecuencias a las que nos enfrentamos si no hay esa maduración, son los escapes frecuentes, esto provocará que el niño se sienta incapaz y en función a esto, van a construir su identidad y la imagen que tienen de ellos mismos. No les pongamos en situación de no ser capaces si no están preparados para afrontar el reto.

A nivel psicológico y emocional, el niño y la niña tienen que estar dispuestos a:

- Retener el pis y/o caca, para hacerlo en el orinal, en vez de satisfacer sus necesidades inmediatamente al hacerlo en el pañal.
- Renunciar a la proximidad de su adulto de referencia, que implica el cambio de pañal por hacer pis y caca en el orinal, un lugar apartado del adulto.
- Tener que hacerlo en el lugar apropiado que el adulto le impone (orinal).

Esa fuerza de voluntad, la van a conseguir si es un interés que surge del propio niño o niña y no una expectativa del adulto a la que tengan que responder.

Hacia el tercer año aparece el personalismo; yo solo, yo puedo, yo sé. Se sienten personas diferentes a las demás y se reconocen, reconocen sus gustos, aparece el mío, para mi... Están consiguiendo su autonomía que es la de "lo hago yo solo". Se interesan por lo que pasa en su cuerpo y por como es. Tienen mucho interés por el mundo exterior y preguntan por las cosas, están construyendo su imagen del mundo.

LOS ADULTOS NECESITAN TENER PRESENTE QUE:

- Los niños y las niñas son capaces de hacer las cosas por ellos mismos según su maduración. Cada proceso es único y diferente y necesita tiempo. Por lo que no tengamos prisa y respetemos su propio desarrollo.
-
- No es un proceso del adulto, sino de los niños y niñas y estos, tienen que tener interés por hacer ese cambio.
- Deben tolerar y respetar los posibles pasos hacia atrás, ya que no es un proceso lineal.



¿Qué deben hacer los adultos?

1. En el cambio de pañal: anticipar y verbalizar las acciones que vamos realizando; te voy a quitar el pañal, te voy a desabrochar el body, me quieres ayudar, puedes limpiarte con una toallita, ... permitiéndoles participar de este momento.
2. Poner palabras a los gestos y acciones que el niño o niña está realizando.
3. Poner nombre adecuado; vulva, pene, caca. La caca es caca y lo que hay en el suelo es basura.
4. Ofrecerle respuestas ajustadas a su nivel de comprensión real.
5. Atender a las señales de que está preparado.

SEÑALES DE QUE ESTÁ PREPARADO

- Motrices: caminar, levantarse solo de una silla, bajarse la ropa esto nos indica que hay un control motriz y de seguridad postural que les permite hacer estas acciones.
- Neurofisiológicas: primero, si identifican si tienen pis o caca; el segundo paso, es expresar cuando lo están haciendo, pero aún no pueden retener; el tercer paso es anticipar, qué va a hacer pis o caca. Este sería el proceso.
- Psicoemocionales: Interés por lo que hace el adulto en el baño. Preguntar por cómo lo hacemos. Actitudes que muestra en el cambio de pañal; yo puedo, yo solo, si colabora ...

¿CUÁNDO SE DEBE PRESENTAR EL ORINAL? Cuando muestra interés, pregunta cómo lo hacemos nosotros. Reconoce lo que está haciendo, aunque no pueda retener, sin anticipar, y dicen estoy haciendo pis o caca; sería el momento de mostrarles el orinal y de explicarles para que sirve, donde y como se utiliza. Les hacemos saber que cuando lo necesiten lo podrán utilizar. Siempre bajo unas consignas muy claras:

- No se dan juguetes o materiales para que esté entretenido en el orinal. Ser consciente de que ellos han elegido sentarse en el orinal y de lo que pasa en su cuerpo, que sientan el pis y la caca.

- El niño se sienta si quiere y se levanta cuando lo decide. Nosotros no le sentamos, no le insistimos, solo se muestra y ofrece.
- El orinal está en el baño, no en el salón o la cocina etc y no es para jugar.

Proceso en el uso del orinal, suele ser primeramente el uso sin resultado, no sale el pis, luego puede ser intermitente, alguna vez sale el pis, y por último con asiduidad.

¿Qué ocurre o puede ocurrir cuando los niños usan por primera vez el orinal? Cuando le sale por primera vez, puede asustarse, sale algo de su cuerpo y lo identifican como una parte que se desprende de ellos. A algunos niños, esto les asusta y debemos acompañarlos con palabras; te has asustado es la caca, no lo habías visto, bueno es normal.

ACTITUD DEL ADULTO CUANDO el niño quiere intentar o intenta usar el orinal:

- Reconocimiento y alegría moderada. No hacer una fiesta ni expresiones exageradas porque podemos hacerle dependiente del adulto y no sentirse satisfechos de su logro.
- Actitud positiva si no hay producto;” has querido probar y hoy no ha salido”, “si quieres puedes probar otro día”. “Mañana, luego en otro momento puedes probar y tal vez salga”. **No decirles** “ayer lo hiciste, ¿qué pasa hoy?”.
- No hacer alusión a lo mal que huele la caca ya que pueden entender que hay algo de su cuerpo que para nosotros es desagradable.
- Comprensión y aceptación cuando se les escapa, “en otro momento podrás avisar”.



CUANDO SE PROPONE LA RETIRADA DEL PAÑAL

- Cuando el pañal aparece limpio y seco en numerosas ocasiones.
- Hace pis o caca la mayoría de las veces que se sienta.
- No coincide con otros cambios (cambio de casa, hermano recién nacido, retirada del chupete...).
- IMPRESCINDIBLE PREGUNTAR AL NIÑO SI QUIERE IR SIN PAÑAL Y RESPETAR SU OPINIÓN. Si su decisión es no, esperamos y se lo proponemos más adelante.
- RESPETAR también si es él, el que lo pide, siempre es posible volver atrás. Darle la oportunidad de hacer la experiencia, es tu decisión y vamos a probar. Si va mal, le decimos “yo, si quieres, puede volver a ponerte el pañal”.

COMO SE HACE LA RETIRADA DEL PAÑAL

- Se quita durante el día, y se mantiene la noche y siesta.
- Antes de ponerle el pañal de la siesta y noche le preguntamos si quieres hacer pis.
- Acompañarlos en el baño, salvo que pida estar solo, para que no piense que pierde la proximidad con el adulto.
- Normalmente se controla antes el pis que la caca, si quiere el pañal para hacer caca, se lo ponemos y lo respetamos para no provocar estreñimiento.

Retirada de la noche y siesta

- Se retira cuando se levanta con el pañal seco durante unos días o semanas y le preguntamos si quiere dormir sin pañal. Si nos equivocamos se lo volvemos a poner explicándole; veo que todavía para ti controlar mientras duermes es difícil, si quieres te vuelvo a poner el pañal para dormir.

Hasta los 6 años no hay un control de esfínteres adquirido y es normal que haya escapes.

Imprescindible: ropa cómoda que le permita moverse libremente.

ES MUY IMPORTANTE LA ACTITUD DEL ADULTO: NECESITAN QUE LOS ACOMPAÑEMOS, ESCUCHEMOS SUS EMOCIONES, MENSAJES Y SEÑALES CON UNA ACTITUD DE CUIDADO Y RESPETO EN TODO ESTE PROCESO.

Algunos cuentos que nosotras conocemos:

- “Cacanimales”
Autor: Benoit Charlot.
Editorial: Combel.
ISBN: 9788498252002
<https://www.youtube.com/watch?v=GmODEbjYFyM>
<https://www.youtube.com/watch?v=gYREAwPkwL0>
- “¡Ya soy mayor! ¡Fuera pañales!”
Autor Emanuela Bussolati
Editorial: Combel.
ISBN: 9788491011385
https://youtu.be/w7jCgRuk_fA
- “¡Adiós pañal!”
Autor: Patricia Geis Conti
Editorial: Combel.
ISBN: 9788498250671
- Mamá, tengo pipi
Autor: Guido Van Genechten
Editorial: Elfos
ISBN: 9788484231004
<https://www.youtube.com/watch?v=TEotTRXanUw>
- Marina ya no quiere llevar pañales
Autor: Linne Bie
Editorial: Juventud
ISBN: 9788426138019
<https://www.youtube.com/watch?v=K0vUmQKEZLs>
- “El libro de los culitos”
Autor: Guido Van Genechten.
Editorial: SM
<https://www.youtube.com/watch?v=KR00CqnnD7k>
- “El topo que quería saber quién se había hecho aquello en la cabeza”
Autor: Werner Holzwarth y Wolf Erlbruch.
Editorial: Alfaguara.
<https://www.youtube.com/watch?v=UpbrOHUpA7o>
- ¿Puedo mirar tu pañal?
Autor: Guido Van Genechten
Editorial: SM

ISBN: .9788467530698.

https://www.youtube.com/results?sp=mAEB&search_query=puedo+mirar+tu+pa%C3%B1al+cuento.

- “Todo el mundo va”.

Autora: Emile Jadoul

Editorial: Edelvives.

ISBN: 9788426352422

<https://www.youtube.com/watch?v=A7ztEvVkDAw&t=28s>