

¿Cuándo se adquiere el control de esfínteres?

Como se ha comentado el control de esfínteres es un logro del desarrollo y por lo tanto **dependerá del ritmo natural de cada niño/a**. Cada persona lleva su propio ritmo evolutivo y se va desarrollando poco a poco, adquiriendo según su propio camino los diferentes logros y funciones.

El control de esfínteres, se adquiere de forma natural **entre los 24 y los 30 meses** de edad. En algunos casos puede que los niños/as se **demoren** en la adquisición del control e incluso **retroceder** en el proceso una vez iniciado el mismo. Esto ocurre cuando no se tiene en cuenta el desarrollo individual de cada niño/a.

Además puede haber **otros factores** que incidan en la adquisición del control aunque el niño esté listo para ello. Estos factores suponen aquellas **circunstancias que pueden afectar emocionalmente al pequeño**, como la llegada de un nuevo hermano/a, la separación de los padres, cambio de residencia, entrada en el jardín infancia, etc.

No debemos tener prisa por que logren esta adquisición, ya que lo harán de manera natural llegada el momento, cuando estén preparados. **Presionarle puede provocar unas tensiones innecesarias e interferir en el proceso, creando una actitud negativa en los pequeños aun cuando estén preparados.**

A los **cinco años de edad** debe estar adquirido y asimilado el control de esfínteres.

8 consejos para el proceso de Control de esfínteres

1. **Recuerda que cada niño tiene su propio ritmo.** Es importante confiar en el desarrollo de cada niño, no te agobies porque adquiera este control. **Estimúlale positivamente y enséñale, no le exijas.** Si le exiges y no está preparado creará una tensión y una actitud negativa por parte del pequeño.
2. **Cuando el niño esté preparado, puedes emplear un programa de entrenamiento.** Para ello anota las horas en las que el pequeño hace pis y caca durante el día. Después quítale el pañal y comienza sentándole en el orinal unos 30/15 minutos antes de la hora anotada. Deja al pequeño un rato en el orinal, no le obligues, ni lo hagas como

algo traumático, quédate con él, explícale que tiene que hacer sus necesidades y trata de mantenerle relajado, puedes contarle un cuento, etc. El tiempo de permanecer sentado en el orinal, no debe exceder los 30 minutos. Si hace sus necesidades le felicitaremos y le reforzaremos, si no lo hace, simplemente le diremos que otro día lo hará. Repite esta operación a diario, es una forma de establecer una rutina y crear el hábito.

3. **No vuelvas a ponerle el pañal y ánimale a que pida ir al orinal cuando tenga la necesidad de hacer pis o caca.** Aunque tengas que cambiarle la ropa y limpiarle. Cuando haya que cambiarle es bueno que el pequeño contribuya, llevando la ropa a la lavadora, etc. Pero nunca debes hacer que lo perciba como un castigo, sino como una consecuencia.
4. **Ten paciencia y se perseverante.** No te desanimes, ni te alteres. Muéstrate comprensivo y no te enfades con el pequeño.
5. **No etiquetes, ni compares al pequeño.** Evita comentarios como “eres un meón”, o “tu hermano lo hacía a tu edad”.
6. **Procura un ambiente relajado, comprensivo y tranquilo.** No crees tensiones innecesarias.
7. **Es importante que perdamos la vergüenza.** Los niños actúan por imitación y siguen los ejemplos. Por ello es conveniente que vean como lo hacen los adultos y otros niños. E incluso emplear algún cuento sobre el tema.
8. **Primero se realiza el control de esfínteres durante el día.** Una vez conseguido este control diurno comenzaremos con el nocturno.

8 CONSEJOS PARA EL CONTROL DE ESFÍNTERES



- 1.- Inicia el control de esfínteres durante el día. Luego será la noche
- 2.- Recuerda cada niño tiene su propio ritmo
- 3.- Emplea un programa de entrenamiento
- 4.- No retrocedas, cuando empieces no vuelvas a poner el pañal
- 5.- Ten paciencia y se perseverante
- 6.- No etiquetes, ni compares el pequeño.
- 7.- Procura un ambiente relajado, comprensivo y tranquilo
- 8.- Es importante que perdamos la vergüenza. Da ejemplo.

8 consejos para el control de esfínteres

Es importante que aprovechéis el verano para que vuestros hijos adquieran el control de esfínteres por lo menos durante el día. Salvo excepciones. Un saludo las tutoras.