

¡OLVÍDATE DEL PAÑAL!

DEBO QUITARLE YA EL PAÑAL

Para iniciar el control de esfínteres de su hijo debe tener en cuenta que el niño o niña:

- Debe mantenerse seco por un periodo de dos horas.
- Debe saber reconocer si está limpio o sucio. Es decir, identifica y avisa cuanto tiene pipí.
- Debe reconocer el uso apropiado del WC. Puede ser el orinal, pero es recomendable que se utilice el cuarto de baño.
- Ser colocado en el WC según las rutinas diarias (al levantarse, a media mañana, antes de acostarse,...).
- Por la noche no se debe quitar el pañal hasta que usted observe que por la mañana está seco habitualmente.

VAMOS A APROVECHAR EL VERANO

Los niños a los que no se les haya retirado el pañal con anterioridad están en la edad ideal de dos años y medio para poder adquirir este hábito.

Aprovechar el verano para quitar los pañales es una temporada muy conveniente para los adultos, porque se puede prestar mayor atención y dedicación a esta tarea. Al comenzar las clases, las exigencias, las separaciones, vuelven a “retroceder”, dejando en claro que aún no pueden ocuparse de controlar esfínteres en situaciones donde están frágiles emocionalmente.

¿CÓMO HACERLO EN SIETE DÍAS?

Lunes. Se avisa al niño y se le recuerda que nos llame cuando tenga necesidad. Hay que enseñarle que el pañal ahora sólo se va a usar de noche.

Martes. Vigíladle y, más o menos cada hora y media llevadlo a hacer pipí. Tenedle todo el día sin pañal, con ropa cómoda, como pantalones con goma. Y ponedle sólo el pañal para dormir, tanto a la hora de la siesta como de noche.

Miércoles. Le enseñaremos a cortar a voluntad el pipí, es decir, a que aprende a controlar voluntariamente el esfínter.

Jueves. Ahora dejamos que vaya corriendo al orinal el solo cuando tenga pipí. Entonces, además de felicitarle, pondremos una pegatina en el calendario, para visualizar sus logros. Si se lo hace encima no lo tendremos en cuenta; cómo mucho, le diremos << acuérdate de decirle al pipí que te avise cuando quiera salir>>.

Viernes. Para reforzar el aprendizaje, el papá o la mamá debe ir al lavabo con él. Si el niño ve que sus



Castilla-La Mancha



EQUIPO DE ORIENTACIÓN Y APOYO
CEIP Miguel de Cervantes
Ugena



padres también hacen lo mismo que él, se sentirá más seguro.

Sábado. A estas altura, el niño ya debe controlar en 90% de las ocasiones sus escapes; si no es así deberemos controlar su dieta y vigilar que no sea excesivamente diurética.

Domingo. Si ya lo ha conseguido, lo haremos miembro del club de los mayores para que se sienta orgulloso de sus progresos. A continuación retiraremos el pañal de la siesta y a los 15 días aproximadamente, y de la misma forma, le retiraremos el pañal por la noche. No deben transcurrir más de 15 días entre la retirada del pañal diurno y nocturno.