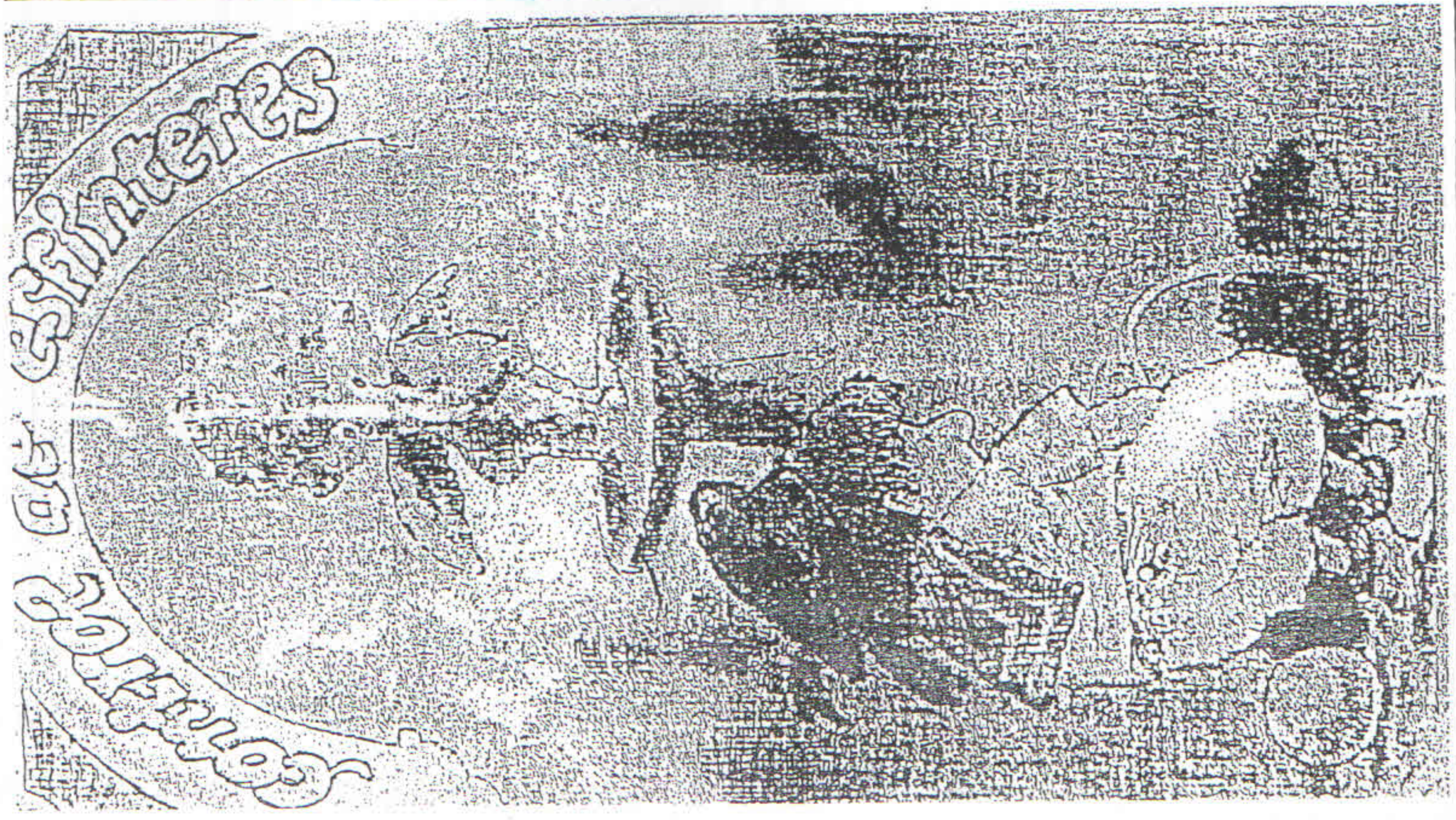




CONTROL DE ESFINTERES

El aprendizaje del control de esfínteres (defecación y micción) cobra una gran importancia en el marco de la educación infantil. Los factores que inciden en ello son tanto de carácter madurativo como educativo. Para que el niño pueda controlar sus esfínteres necesita haber alcanzado un grado de madurez físico y psíquico suficiente, pero también necesita ser educado en el hábito de la limpieza

¿QUE DEBEMOS HACER PARA FACILITAR EL APRENDIZAJE?

1. La enseñanza del control de esfínteres no debe comenzar antes de los 12 ó 18 meses.
2. Aprovechar las horas en que suele orinar y defecar se le puede sentar en el orinal de 5 a 10 minutos no más, de este modo se acostumbra a asociar el orinal con el hecho de evacuar.
3. El clima de entrenamiento, ha de ser relajado y agradable.
4. En ocasiones será muy útil recurrir a situaciones de juego (enseñar a las muñecas a hacer uso del orinal)
5. En la medida que alcance progresos concretos (aceptar sentarse en el orinal, pedir pis.) debe utilizarse el elogio, la aprobación, la atención.
6. En la medida que el niño/a sea capaz de tener habilidades para controlar (bajarse pantalón o braguitas, sentarse en el orinal, ir solo al cuarto de baño, vaciar el orinal en el water, tirar de la cadena), debemos mostrar nuestro entusiasmo por ello y dejar de intervenir nosotros.



¿QUE NO SE DEBE DE HACER?

1. Un inicio precoz en el aprendizaje puede ser nocivo para el desarrollo de la personalidad infantil.
2. Despertar y levantar al niño cada noche determinadas horas para que haga pis, interrumpiendo así su sueño.
3. Evitar el contacto prolongado con pañales húmedos, si se habitúa a ello puede llegar a considerarlo como una situación placentera y normal.
4. La restricción de líquidos es contraproducente porque no se acostumbra a la vejiga de la orina a retener líquidos.
5. Reprimirlos con calificativos negativos (bebé, vago, cochino, etc) tiene un efecto contrario agravando el problema y creando inseguridad y complejos.
6. Recurrir a los castigos y regañinas es poco eficaz acompañándose de efectos secundarios como agresividad, resentimiento, ansiedad, inseguridad, pesimismo y distanciamiento de los padres.
7. No debemos preocuparnos hasta pasado los cuatro años



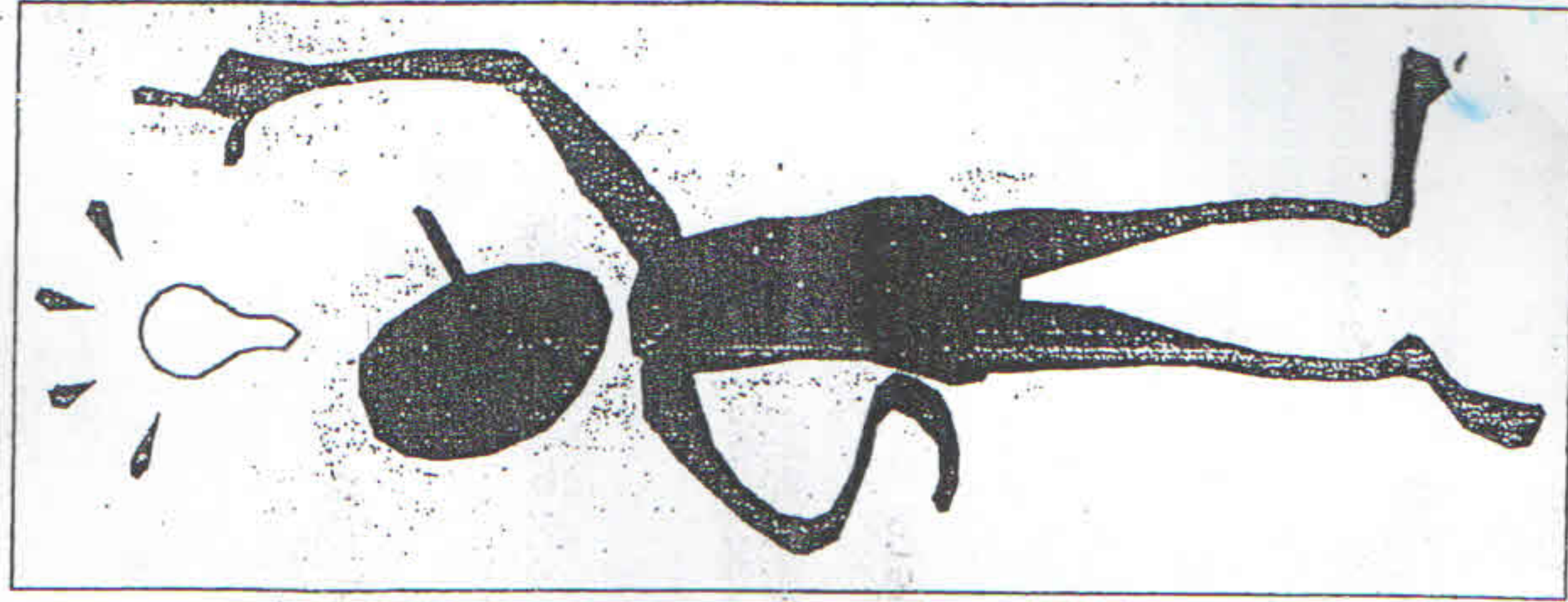
¿PROCEDIMIENTO PARA ENSEÑAR?

1. Quitar las gasas, pañales o bragas de plástico durante el día.
2. Llevarlo al water cumpliendo un horario o cuando lo manifieste(cruzar las piernas, tocarse los genitales, mostrarse intranquilo..)
3. Favorecer el hábito usando en la medida de lo posible el mismo lugar, las mismas palabras.
4. Se aconseja el uso del water normal o con un adaptador.
5. Los niños se le deberá poner a caballo para facilitarle que después lo hagan de pie.
6. No distraerle la atención hablándole, con juguetes, o con la presencia de otra persona.
7. Permanecer sentado entre 5 o 10 minutos, usa sonido estimulantes, si orina alabarlos.
8. Que asocie palabra pipí al hecho de Orinar.
9. Si no orina , no hacer comentarios, no volverlo a poner hasta la siguiente hora programada.
10. A medida que engañe éxitos, disminuir la presencia del adulto en el cuarto de baño.



PARA FAVORECER EL CONTROL DE ESFÍNTERES, RECUERDE:

- Que debemos hacer para facilitar el aprendizaje
- Qué no debemos hacer
- Procedimientos para Enseñar
- Ejercicios para fortalecer los esfínteres



EJERCICIOS PARA FORTALECER LOS ESFÍNTERES?

1. Comenzar la 2ª semana de entrenamiento en retención tras contener la evacuación el tiempo previsto
2. Interrumpir el flujo de orina momentáneamente, durara de 8 a 10 segundos, si es necesario hacerle una demostración.
3. Empezar por cortar el flujo al final de la micción (más fácil). Progresivamente hacerlo hacia la mitad, posteriormente, cortar la micción al iniciarla
4. Ejercitarlo varias veces al día, llevar un registro de nivel de ejecuciones.
5. Si es necesario, establecer un sistema de recompensas del tipo del gráfico de estrellas.