

Como Enseñar a su Hijo Usar el Baño: Conceptos Básicos

¿Qué es aprender a usar el baño?

Su hijo ha aprendido a usar el baño cuando va al inodoro, se baja los pantalones, orina o hace popo, y se vuelve a poner los pantalones sin que le digan nada. Algunos niños aprenden primero a controlar su orina. Otros comienzan controlando sus evacuaciones. Se puede trabajar en los dos tipos de control al mismo tiempo. En general solo se puede controlar la orina durante la noche después de varios años de haberla controlado durante el día. Si su niño está listo, en general puede dejar de usar los pañales en forma gradual, tal como se describe a continuación, de 2 semanas a 2 meses.

¿Cómo se si mi hijo está listo?

No empiece hasta que su hijo esté listo. Pero no estará listo para empezar solo porque sí; su hijo tiene que aprender conceptos y destrezas que usted le puede empezar a enseñar a partir de los 12 meses de edad. Todos los niños estarán en condiciones de dejar los pañales al cumplir los 3 años de edad, la mayoría a los 2 años y medio, muchos a los 2 años y algunos antes también. Para ayudar a que su niño se prepare para dejar los pañales puede hacer lo siguiente:

- Su niño entiende lo que "pipi", "caca/popo", "seco", "húmedo", "limpia", "sucio" y "baño" significa. (Enséñele estas palabras.)
- Su niño entiende para lo que el baño es. (Enséñele esto al poner que su hijo vea a los padres, hermanos mayores y los niños cerca de su edad usen el inodoro correctamente.)
- Su hijo prefiere, pañales limpios y secos. (Cambie a su hijo con frecuencia para fomentar esta preferencia.)
- Su hijo le gusta ser cambiado. (Tan pronto como ella es capaz de caminar, enséñele a venir a usted inmediatamente cada vez que está mojado o sucio. Premie por venir a usted para un cambio).
- Su hijo entiende la conexión entre los pantalones secos y usar el baño.
- Su niño puede reconocer la sensación de vejiga llena y las ganas de defecar; es decir, que se pasea, salta hacia arriba y abajo, agarra sus genitales, baja sus pantalones, se agacha, o te dice. Ayúdale a entender el significado de estas señales: "La caca/popo (o pipi) quiere salir. Se necesita su ayuda." Trata de enseñar a su hijo a venir a usted en estos tiempos.
- Su niño tiene la capacidad de demorar brevemente para orinar o defecar. Ella puede apagarse por sí misma y volver mojado o sucio, o ella puede despertar de la siesta se secan.

¿Cómo enseño a mi hijo usar el baño?

La manera de enseñar a su hijo es ofrecer aliento y celebración, ser paciente, y hacer que el proceso resulte divertido. Evite cualquier presión o castigo. Su hijo debe sentirse en control del proceso.

1. Comprar los utensilios:

- Silla para ir al baño (a nivel del suelo). Si sus pies pueden llegar al suelo mientras está sentado en el baño, su hijo tiene palanca para empujar y una sensación de seguridad. También se puede subir y bajar cada vez que quiere.
- Golosinas favoritas (como trozos de fruta , galletas saladas, galletas) para las recompensas
- Las calcomanías o las estrellas para las recompensas.

2. Haga de la silla de baño uno de las cosas favoritas de su hijo

Varias semanas antes de comenzar a enseñar a tu hijo, lleve al niño con usted a comprar un baño. Deje claro que esto es su propia silla especial de su hijo. Haga que su hijo le ayude a poner su nombre en él. Permita que su niño decore o que la pinte de un color diferente. Luego haga que su niño se siente en él completamente vestido hasta que se sienta cómodo con su uso como una silla. Haga que su hijo lo utilice mientras ve la televisión, come bocadillos, jugar juegos, o mirando libros. Manténgalo en la habitación en la que generalmente juega su hijo. Solamente después de lo menos 1 semana), procederá a enseñar a su hijo.

3. Anime la práctica de ir al baño

Haga una práctica de ejecución siempre que su hijo le da una señal que parece prometedor, tales como una cierta expresión facial, gruñidos, el presionar la zona genital, bajando sus pantalones, el ritmo, en cuclillas, se retuerce, o pasa gas. Otros buenos tiempos son después de las siestas o 20 minutos después de las comidas. Dile alentándolo, " La popo (o pipí) quiere salir. Vamos a usar el baño." Anime a su hijo a caminar al baño y sentarse allí con sus pañales o pantalones abajo. Entonces le puede decir, "Trata de hacer pipí en el baño." Si su hijo se resiste a cooperar, puede animarlo a sentarse en el baño y hacer algo divertido; por ejemplo, se puede leer una historia. Si su hijo quiere levantarse después de 1 minuto de aliento, déjelo levantarse. Nunca obligue a su hijo a sentarse allí. Nunca físicamente tenga a su hijo allí. Incluso si su hijo parece estar disfrutando, concluya cada sesión después de 5 minutos a menos que algo está pasando.

4. Recompensa a su hijo por cooperar, o si tiene éxito

Toda la cooperación con estas sesiones de práctica debe ser recompensada. Por ejemplo, usted podría decir: " Usted está sentado en el baño al igual que mamá" o "Usted está tratando muy duro para hacer pipí en el baño. "Si su hijo orina en el baño, puede ser recompensado con golosinas o galletas, así como juguetes y abrazos. Si bien una sensación de logro es suficiente para algunos niños, otros necesitan tratar de mantener la concentración. Grandes recompensas (como ir a la tienda de helados) deben reservarse para cuando su hijo vaya al baño por su cuenta y lo utiliza o pide ir allí con usted y luego lo utiliza. Una vez que su hijo utiliza el baño por sí misma dos o más veces, puede detener las sesiones de práctica. Para la semana siguiente, continuarán las recompensas a su hijo con frecuencia para la sequedad y el uso del inodoro (Nota: La práctica se ejecuta y los recordatorios no debe ser necesario por más de 1 o 2 meses).

5. Cambie a su hijo después de los accidentes

Cambie a su hijo tan pronto como sea conveniente, pero responda con simpatía. Diga algo como: "Usted quería hacer pipí en el baño, pero hizo pipí en los pantalones. Yo sé que no te gusta y prefieres estar seco. Pero ya aprenderás". Si usted siente la necesidad de ser crítico, mantenga a la desaprobación verbal leve y utilícelo rara vez (por ejemplo, "niños grandes no hacen pipí en los pantalones", o mencionar el nombre de otro niño al que le gusta y que está entrenado); a continuación, cambie a su hijo a un pañal o de forma seca los pantalones de la forma más agradable y no enojado como sea posible. Evite el castigo físico, gritos, o regaños. Presión o fuerza puede hacer que un niño de 2 años no cooperar por completo. No mantenga a su hijo en los pantalones mojados o sucios para el castigo.

6. Introduzca pantalones de entrenamiento después que el niño empieza a usar el baño

Cambie de pañales a los pantalones de entrenamiento después de que su hijo se muestre cooperativo en el baño y hace cerca de la mitad de sus movimientos de orina y materia fecal allí. El definitivamente necesita los pantalones de entrenamiento si va a usted para ayudar a quitarle el pañal para que pueda usar el baño. Lleve a su hijo con usted para comprar la ropa interior y que sea una recompensa por su éxito. Compre ropa interior suelta que puede fácilmente bajar y subir por sí mismo. Una vez que empiece a usar pantalones de entrenamiento, use pañales sólo durante la siesta y la noche.

Si su hijo está haciendo algo de lo siguiente, consulte el tema sobre la resistencia de ir al baño:

- Su hijo no quiere sentarse en el baño o el inodoro
- Su hijo de 2 años de edad es negativo sobre el usar el baño
- Su hijo retiene movimientos intestinales- popo
- Usted empieza a utilizar la fuerza o castigos
- Su hijo tiene más de 3 años o no está entrenado durante el día
- El método descrito aquí no está funcionando después de 2 meses