

## Control de esfínteres DIURNO

Cambiar pañales, o lavar pequeños traseros son obligaciones que aceptamos con alegría.

Naturalmente algunos niños aprenden antes que otros, pero también debemos recordar que algunos niños andan y hablan antes que otros.

El control viene dado por la creciente capacidad de la vejiga de retener más orina y la menor frecuente necesidad de movimiento de los intestinos. El orden normal de evolución es el siguiente:

- control intestinal nocturno, control intestinal diurno, control vesical diurno,
- control vesical nocturno

Hay excepciones ha este orden (aunque pocas).

La gran mayoría de los niños están preparados para el control de esfínteres diurno, entre los dos y tres años, aunque puede ocurrir antes, a los veinte meses. Los adultos no deben sentirse presionados a educar al niño hasta que el niño no se encuentre maduro. Para determinar si el niño se encuentra en posición de éxito para emprender el aprendizaje de control urinario, podremos hacer las siguientes comprobaciones sencillas:

### 1. Control de la vejiga

¿Mi hijo orina profusamente de una sola vez y no pequeñas cantidades a lo largo de todo el día?

¿permanece seco varias horas al día?

¿Parece darse cuenta de que va a orinar, expresándolo a través del rostro o de las posturas especiales que adopta?

Si la respuesta es afirmativa en los tres casos, quiere decir que es consciente de las sensaciones de la vejiga y de que posee suficiente control de la misma para iniciar el entrenamiento.

### 2. Preparación física

¿Posee suficiente coordinación de dedos y manos para coger fácilmente los objetos?

¿Se traslada fácilmente de una habitación a otra sin necesidad de ayuda?

¿sube y baja escaleras alternando pies, (aunque sea con ayuda)?

### 3. Aptitud para seguir instrucciones.

Pídamos al niño que realice las siguientes acciones: (estas órdenes es muy importante que no las acompañemos de indicaciones gestuales que le puedan ayudar a comprender lo que deseamos que haga).

Pídale que señale: su nariz, ojos, boca, cabellos...

Pídale que se siente en una silla.

Pídale que se levante

Pídale que camine con usted a un lugar determinado, como puede ser a otra habitación.

Pídale que le imite en una tarea sencilla, como puede ser dar palmadas.

Pídale que le traiga un objeto corriente.

Pídale que coloque un objeto corriente junto a otro.

Pídale que encienda la luz.

Pídale que vaya a su dormitorio a por un juguete determinado

Pídale que le de un abrazo enorme.

Si realiza correctamente ocho de estas diez acciones puede considerársele intelectualmente desarrollado para el entrenamiento en control de orina diurno

## Control de esfínteres NOCTURNO

Cuando un niño después de los cinco-seis años no retiene la orina cuando está dormido y no se despierta cuando la necesidad de orinar es muy frecuente, decimos que tiene enuresis (siempre hay que descartar factores orgánicos con el pediatra).

La actitud ante la enuresis es distinta según las familias y los ambientes sociales. En algunas familias constituye una verdadera tragedia. Otras lo toman con resignación, incluso con indiferencia. En cualquier caso, la enuresis puede tener consecuencias importantes en la vida de un niño y vale la pena tratar de resolverla.

Las consecuencias del problema afectan al propio niño. Suele recibir castigos que le ocasionan ansiedad, y le hacen más difícil conseguir el control. Se da cuenta de que a su edad ya no está bien mojar la cama y ello le hace pensar que es distinto a los demás y que tiene un defecto al que, hasta ahora, nadie le ha dado solución. Esta

situación le produce malestar, se siente inseguro y desarrolla una idea negativa de sí mismo. Evidentemente, una imagen negativa de su propia persona va a repercutir en otras áreas de su vida y en el desarrollo de su futuro comportamiento (en algunos, pero pocos casos los niños muestran una actitud de indiferencia).

### 1.- Lo que NO conviene hacer

**ETIQUETAS.** “eres un bebé” “es un cochino”..... generalmente este modo de proceder, como muchos padres saben, no resuelve nada. Es más, a veces, agrava el problema y genera otros nuevos: inseguridad, complejos.....

**CASTIGOS.** Este sistema no es eficaz. Suele producir agresividad en el niño, resentimiento, ansiedad, inseguridad, pesimismo acerca de la solución, distanciamiento de los padres.....

**PAÑALES.** Es frecuente la utilización de pañales, toallas....para evitar que el niño se enfríe por la noche, que se estropee el colchón.....Con esto el niño y la familia se confían, el niño no se esfuerza y “se da permiso” para orinar sin levantarse de la cama.

### RESTRICCIÓN DE LÍQUIDOS.

**IR AL ESPECIALISTA.** Iremos al médico para descartar cualquier factor orgánico. Después se recomienda acudir a un psicólogo infantil. Este especialista nos ayudará a desarrollar un plan de tratamiento. El pronóstico es muy positivo a corto plazo.