



## *El control de esfínteres*

El control de esfínteres es un proceso que requiere maduración neurológica, física y emocional. Justamente porque es un proceso madurativo complejo, debemos estar atentos a algunas señales para comenzar a abordar el tema con nuestros hijos y de este modo, acompañarlos y contenerlos en este período de transición.

### **Señales para tener en cuenta:**

- ✚ Mayormente las mismas aparecen alrededor de los 2 años. De todos modos, cada niño tiene su propio tiempo, debemos evitar las comparaciones.
- ✚ Lo primero que vamos a observar es que le molesta estar sucio, lo manifiesta a través de gestos y/o el lenguaje verbal o bien trata de sacarse el pañal.
- ✚ Cuando desean hacer sus necesidades, se van a un rincón o lugar privado, imitando la actitud de los padres o hermanos mayores que van al baño.
- ✚ Permanece varias horas con el pañal seco tanto en el día como en la noche (señal de que la vejiga puede retener más tiempo).
- ✚ Presenta paulatinamente mayor dominio en relación con la motricidad fina y gruesa, por tal motivo se encuentran mejor predispuestos para acomodarse la ropa en forma autónoma. Siempre deben ser prendas cómodas, fáciles de manipular.
- ✚ Suelen reconocer cuando ya hicieron pis y caca. Posteriormente nos avisan cuando están por hacer y ahí debemos estar disponibles para asistirlos.
- ✚ Hay que acompañarlos desde un lugar respetuoso, sabiendo que como todo proceso va a llevar tiempo, van a haber avances y retrocesos. Debemos evitar llamarles la atención cuando mojan sus prendas o se hacen caca encima ya que puede frustrarlos.
- ✚ Siempre brindarles seguridad y confianza.
- ✚ No es necesario esperar la época en que hace más calor para comenzar este aprendizaje. Nunca hacerlo en forma forzada, por indicación o porque ya pensamos que es grande. Cada niño es único.

✚ El niño debe estar en proceso de ir internalizando su esquema corporal (imagen mental de su cuerpo).

❖ **Les brindamos algunas propuestas para acompañarlos en este proceso:**

- ✓ Exploración de su cuerpo a través de los sentidos: tocaremos distintas texturas, nos mancharemos las manos con pintura, manipularemos plastilina o cualquier masa hecha, por ejemplo, con harina o maicena y agua.
- ✓ Jugar con agua en el momento del baño; ofrecer distintos elementos para hacer trasvasado de líquidos.
- ✓ A nivel cognitivo: hacer juegos que impliquen referencias espaciales relacionadas con su cuerpo adelante- atrás, arriba-abajo, salir-entrar, grande-pequeño
- ✓ Esquema corporal: nombrar y que señale las partes de su cuerpo. Cantar canciones alusivas al mismo.
- ✓ Actividades de juego simbólico: Bañar muñecos, representar la escena de ir al baño con diferentes muñecos.
- ✓ Lectura de cuentos con esta temática como por ejemplo "Federico se hizo pis", entre otros.
- ✓ Enseñarles la pelela o el inodoro, para que progresivamente se familiaricen con el espacio y procurar que el niño al estar sentado tenga sus pies apoyados en el piso si usan pelela o en alguna tarima en caso de utilizar inodoro (rodillas a 90 grados) para favorecer el registro de su propio cuerpo.
- ✓ Ante cualquier duda o inquietud siempre consulten con el pediatra referente de sus hijos.
- ✓ Lo más importante que deseamos destacar es que:

*" Los pañales no se sacan, los niños los dejan cuando están preparados, cada uno a su tiempo.*

*Acompañémoslos desde el AMOR y la CONTENCIÓN. "*

Equipo de Orientación Escolar.