

Uso del baño

¿Qué se considera típico?

Casi todos los niños aprenden a usar el baño pero algunos aprenden poco a poco y otros aprenden de una vez. El uso del baño es una de esas áreas en la que cada niño tiene su propio horario y en la que el niño seguramente insistirá en tener control absoluto. Lograr aprender a usar el baño depende sobretodo de que el niño esté dispuesto y listo, y de la paciencia, apoyo y comprensión del adulto. Un niño que no muestra interés en el uso del baño o que no parece reconocer cuándo necesita ir al baño, simplemente no está listo. Por otra parte, un niño muy pequeño (usualmente cuando tiene un hermano mayor) quien está interesado en el uso del baño, puede lograrlo.

¿Qué medidas apoyan al niño a que aprenda a usar el baño?

Una de las primeras cosas que debe hacerse es asegurarse que el baño es accesible y cómodo para un niño pequeño. Asegúrese también de que el niño puede quitarse solo la ropa (broches difíciles, hebillas, e incluso ciertos botones pueden dificultar el uso del baño). Otro factor importante es tener paciencia. Algunos niños empiezan el proceso y después cambian de idea. Aunque se sienta tentado de insistirle a su niño a que siga, esperar a que el niño muestre nuevamente interés, generalmente funciona mejor.

¿Qué cosas interfieren con el aprendizaje a usar el baño?

Aun si parece que un niño está listo, hay veces en que es mejor esperar. Inmediatamente después que un nuevo hermanito llega a la familia o cuando se mudan a una casa nueva, usualmente no son buenos momentos para empezar el proceso del uso del baño. Algunos niños pueden estar muy interesados en empezar a usar el baño, pero también puede tener miedo del proceso. Algunos niños tienen temor de caerse y mojarse o que van a desaparecer como pasa con su “po-pó”. Estos pueden parecer preocupaciones tontas, pero responderle seria y sinceramente le ayudara al niño a sentirse seguro. Permita que su niño explore el sanitario con seguridad y muéstrele que las tuberías son muy pequeñas para que una persona quepa por ellas.

¿Hay momentos en que uno debe preocuparse?

Algunos niños durante tiempos de estrés perderán la habilidad de ir solos al baño, incluso después de haberlo aprendido. Por ejemplo, si hay un cambio en la rutina de la familia, un evento traumático, o un cambio de horario. Los niños a veces retroceden aun cuando los cambios que ocurren no parecen muy importantes. Por ejemplo, cuando un niño se cambia a un dormitorio nuevo o tiene un nuevo horario en el preescolar. Esto es muy normal.

Si usted se llega a preocupar, lleve una cuenta de las veces y mire si puede averiguar cuál puede ser el problema. Cuando ocurre una regresión, es mejor ser paciente y comprensivo—la mayoría de los niños vuelven a la normalidad después que pasa el estrés.

Ocasionalmente, la capacidad de un niño de usar el baño independientemente puede retrasarse, o el niño puede mostrar signos persistentes de regresión. Si esto ocurre, puede deberse a una causa física y el niño debe ser visto por un doctor. Algunas veces una interrupción en la habilidad de usar el baño por sí solo, junto con otros síntomas, puede indicar un problema en el medio ambiente en que el niño está.

¿Cuándo empezar?

Los niños comienzan a usar el baño cuando están listos, no importa cuánto se les ruegue o lo que se les ofrezca. Usted puede haber oído que “todos los niños comienzan a aprender a los 18 meses” o que “todos los niños deben estar entrenados a los 3 años.” Estas ideas a veces conllevan a luchas de poder innecesarias.

Paciencia y falsas alarmas

Un niño que está aprendiendo a reconocer los signos del cuerpo puede que no siempre necesite ir al baño cada vez que pide ayuda. Ellos pueden sentarse en el sanitario por varios minutos y entonces darse cuenta que era una falsa alarma. Sea paciente y anime a su niño a prestarle atención a su cuerpo. A la larga va a ser bueno.

¡Oh!

Aun después que un niño ha aprendido a usar el baño, es posible que tengan situaciones imprevistas en que no controlan y lo hacen en sus ropas. Esto es normal, así que usted debe responder con una actitud de que algo normal pasó.

Trate de entender cómo y por qué pasó el imprevisto. Quizás su niño estaba tan distraído jugando que no se dio cuenta que tenía que ir al baño hasta cuando era muy tarde.

Cuando se le da mucha importancia a estas situaciones algunos niños pierden la confianza en sí mismos.

