
CONTROL DE ESFÍNTERES

METODOLOGÍA

Aprender a controlar la orina y las heces no siempre es tarea fácil. Primero, cualquier niño/a tiene que seguir unos pasos:

1. Tener la sensación de humedad/suciedad.
2. Asociar la sensación a unos procedimientos de aseo.
3. Relacionar la sensación con procedimientos de retención.
4. Aplicar todos los procedimientos y obtener resultado eficaces: reconocimiento de los padres, educadores, etc.

Siempre hay que partir del punto donde se encuentra el niño/a, y lo más importante **consultar con el/la pediatra** para saber que no existe base orgánica para que no se efectúe adecuadamente la retención y aseo, con el fin de someter al niño a un trabajo innecesario.

Todo esto indica que el aprendizaje del control de esfínteres es algo natural, y que no debe ser forzado por nadie, ni –mucho menos– sancionar o castigar al niño cuando aún no es capaz de retener en condiciones: simplemente enseñamos cómo hacerlo.

Antes al contrario, en realidad es un aprendizaje de responsabilidades personales, toda vez que también lo es de autonomía.

Para lograrlo, se pueden seguir unas pautas que podéis realizar en el medio familiar, como en el escolar, sin dificultad, tan sólo prestando un poco de tiempo.

En cualquier caso, para lograr un adecuado control, el reconocimiento más importante debe venir desde la familia.

Un saludo, y... ¡adelante!

METODOLOGÍA

- Lo más importante es que **los niños necesitan recibir las mismas normas** tanto en la escuela como en la familia: de nada sirve que en el Centro escolar se trabaje la autonomía si en casa no se sigue la misma metodología.
- Las **normas para aprender la higiene tienen que ser realizadas de forma concreta, indicando claramente aquello que esperamos de los niños.**
- Para los **problemas de orina y heces: sustituid la protección** (ayudarle a hacer todo) **y/o sanciones** (chillarle, castigarle, pegarle) **al niño haciendo que sea él mismo quien recoja las ropas mojadas o sucias, y quien se asee,** pero **siempre con un tono cordial y relajado.** Tratad la situación como *si se hubiera manchado*, de forma natural.
- **Pintando cada día una parte del dibujo que elija,** si no se orina y no se mancha¹.
En casa, antes de ir a la cama, o al empezar el día, no le habléis de si se va a mojar o no, simplemente: *“Vas a dormir muy bien, con tranquilidad. Hasta mañana”* y al comenzar el día *“Hoy sé que vas a ser muy mayor y conseguirás mantenerte muy bien”*.
- **La forma de enfocar la orina y heces del niño** será **con tranquilidad**, pidiendo que **él colabore**, de forma **que no se le culpabilice**, sino que se sigan las instrucciones que están más arriba, para que él vea cómo avanza y vosotros –los padres y educadores– se lo valoréis.
- Sin duda, es importante que **cualquier problema que os surja a los padres lo comentéis con el profesorado** del Centro.

¹ Se indica un dibujo, pero puede ser cualquiera que le guste al niño.

PASOS A SEGUIR

- ✎ Se **elige con el niño o la niña un dibujo** que le guste.
- ✎ El **dibujo debe ser adecuado a la edad**, en tanto que tiene que tener **espacios claros y definidos**, fáciles de pintar con cualquier pintura.
- ✎ Se fotocopia, **ampliado a tamaño A3**, por lo menos, y que quede **en blanco y negro**.
- ✎ La consigna ha de ser **pintar un sector del dibujo cada día que consiga controlarse**.
- ✎ De forma que **cada tres días que consiga estar limpio tenga un premio inesperado**: una comida que le gusta, ver juntos un programa que le gusta de la TV, jugar juntos a ese juego que le encanta, etc., intentando **huir de lo material** (chuches, juguetes), recalcando muy claramente que tiene el premio por estar limpio.
En la escuela, el premio puede ser salir el primero, ser el encargado de “ayudar al profesor”, haciendo hincapié en el mismo sentido de lo bien que lo está haciendo.
- ✎ Además, **marcar cada día por separado** (orina y heces) **si cumple su responsabilidad** (se pinta un punto o se pega un gomets si logra estar limpio), para que el niño vea su propia evolución.

○ Para adquirir la responsabilidad **es necesario**:

a) **En casa:**

- Enseñar en casa al niño a asearse.
- Enseñarle a poner la ropa sucia en el cubo, la lavadora (el lugar que se destine para ello en la casa).
- Enseñarle a buscar la ropa limpia y comenzar a vestirse.
- Enviarle al baño en tiempos definidos, aproximadamente cada hora, manteniéndole en el baño durante 2 ó 3 minutos; evitando prolongarlo más tiempo.

b) **En la escuela:**

- Disponer de ropa para cambiarse.
- Tener a mano los materiales necesarios, y que estos sean personales (una toalla, esponja, jabón y una bolsa para poner la ropa sucia).
- Enviarle al baño en tiempos definidos y discretos: al entrar a clase, junto con toda la clase (*vamos al baño los niños que quieran...*); durante los cambios de clase, cada 55 minutos aproximadamente; y minutos antes de salir de clase, tanto a la mañana, como a la tarde.

c) **Tanto en casa como en la escuela:**

- Si se observa que está sucio, simplemente se le dice “*vete al baño y aséate; acuérdate que tienes que lavarte bien con la esponja y secarte sin apretar; y que la ropa sucia se deja en la bolsa para dársela a mamá*”.
- **Siempre en tono agradable y relajado.** En la escuela procuraremos decírselo discretamente, para que no se sienta mal.

Esto implica que los padres tienen que estar en contacto con la escuela y no descuidar su obligación de enseñar al niño a asearse y disponer de ropa limpia.

Plantilla para expresar la evolución del niño

*(debe estar siempre bien a la vista
para que él/ella misma sea capaz de autocontrolarse)*

Día	Controla la orina		Controla las heces		Se asea él solo	
	<i>sí</i>	<i>no</i>	<i>sí</i>	<i>no</i>	<i>sí</i>	<i>no</i>
Lunes						
Martes						
Miércoles						
Jueves						
Viernes						
Lunes						
Martes						
Miércoles						
Jueves						
Viernes						
Lunes						
Martes						
Miércoles						
Jueves						
Viernes						
Lunes						
Martes						
Miércoles						
Jueves						
Viernes						
Lunes						
Martes						
Miércoles						
Jueves						
Viernes						

Observaciones, incidencias especiales; anotad aquí aquellas situaciones en las que habéis tenido dificultades:

- Si el problema es muy serio, no esperéis y comentadlo al profesorado.

Fecha	Problema surgido.	Actuación vuestra.	Resultado obtenido
