

¿Cómo Puedo Ayudar A Mi Niño(a) A Que Permanezca Seco Durante El Día?

Cada niño(a) tiene su propio ritmo al aprender a usar el inodoro (o toilet). Por lo general, a los niños se les entrena entre los dos y tres años de edad. Este entrenamiento se caracteriza por sus muchos avances y retrocesos. Elogie los logros de su niño(a) pero tenga cuidado de no avergonzarlo si se hace en los pantalones. Si ocurre un accidente, quédese calmada y pídale a su niño(a) que la ayude a ponerle ropa seca. Anticipe que los cambios de rutina entre la guardería y el hogar pueden demorar el aprendizaje.

Su niño(a) puede estar listo para empezar cuando:

- Reconoce que acaba de tener un movimiento intestinal, está en medio de uno, o está por tener uno (es éste el que se debe atender más).
- Se queda seco dos o tres horas seguidas.
- Puede seguir instrucciones simples.
- Puede jalar sus pantalones y su ropa interior para arriba y para abajo (no use pantalón de pechera [“overalls”] o trajes de malla por ahora).
- Puede usar unas cuantas palabras simples para indicar lo que quiere y necesita.

¿Cómo debe comenzar?

- Observe a su niño(a) especialmente para reconocer cuando empieza a tener un movimiento intestinal. Cuando vea que el niño(a) está moviendo el intestino, indíquele lo que está pasando.
- Entonces puede introducir la bacinilla. Puede hacerlo varias veces al día para practicar.
- Cuando se moje su pañal, hablele acerca de que pasó y relaciónelo con la bacinilla.
- Cuando su niño esté listo, póngale ropa que sea fácil de sacar como “pull-ups” o calzones de entrenamiento. Estos le darán la clave al niño(a) que debe permanecer seco. Habrá muchos accidentes al principio. Siga practicando.
- Decidan juntos que palabras quieren usar para referirse a las necesidades. Comuníquele a otras personas que cuidan a su niño(a) cuales son las palabras que ustedes usan y que significan.
- Al principio, comience el entrenamiento de inodoro (“toilet training”) durante las rutinas diarias: cuando el niño(a) despierta, antes de la comida, y después de la siesta. Así el niño(a) podrá reconocer sus propias necesidades y le dirá cuando tiene que usar la bacinilla.
- Hasta que su niño(a) esté completamente entrenado, use pañales cuando esté lejos del hogar porque tomaría tiempo hallar un cuarto de baño en un lugar desconocido. Sepa la ubicación de los cuartos de baño en los lugares públicos que usted frecuenta, tal como la galería, un centro comercial o biblioteca.
- A lo mejor su niño(a) le pide ayuda para ir al baño aunque él/ella ya pueda ir solo(a). Ayúdelo y haga que éste sea un momento agradable que pasan juntos.

Mi niño(a) empezó el entrenamiento de inodoro en _____.

Para más información:

What to Expect the First Year by Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff, and Sandee Eisenberg Hathaway, 1996

What to Expect the Toddler Years by Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff, and Sandee Eisenberg Hathaway, 1996