



ARTÍCULO PARA PADRES 11

El control de esfínteres

Comienzan los días cálidos, el verano se aproxima y el clima favorece para que muchos padres se pongan a pensar que llegó la hora de que su pequeño deje el pañal. Pero hay otros factores mucho más importantes que se deben tener en cuenta para iniciar este proceso además del clima.

El control de esfínteres es una situación que en ocasiones despierta mucha angustia en los padres y llega a originar situaciones de tensión con los hijos. Incluso se presta a competencia entre otros niños de la misma edad, calificando de esta forma el grado de desarrollo psicomotor, obediencia, estimulación, etcétera, siendo frecuente que posteriormente a esto se den actitudes de maltrato a los niños.

¿A qué edad inicia el control de esfínteres?

La edad de inicio de control de esfínter vesical (orina) y anal varía de un niño a otro, pero en términos generales va de los 18 a los 24 meses, dependiendo del grado de madurez y desarrollo de músculos y nervios que hacen posible el control voluntario de los esfínteres. El control de la defecación suele ser primero que el de esfínter vesical, lo cual puede iniciar por la incomodidad del niño ante la presencia de un pañal sucio con materia fecal.

La edad de inicio en el control de esfínteres también puede variar de acuerdo al grado de estimulación y convencimiento que las madres ejercen sobre el pequeño para lograrlo, el medio ambiente que lo rodea y las presiones a su alrededor.

¿Existen otros factores además de la madurez física que intervengan en el control de esfínteres?

Sí, de hecho no sólo el adecuado desarrollo físico participa en el control de los esfínteres, interviene también la relación madre-hijo, la participación de otras personas que están al cuidado de los niños, es decir aquellas personas que se encargan de establecer límites, además de aquellos que se encargan de estimularlos o mantener una relación cordial, sin maltrato ni presión para lograr el control a temprana edad.

Las actividades en grupo que se desarrollan en guarderías participan también notablemente en el alcance del control, siempre y cuando se den bajo un ambiente agradable, sin castigos ni ridiculizaciones a quienes no contribuyen a alcanzar la meta deseada. Los hábitos intestinales también juegan un papel muy importante, pues un niño que padece estreñimiento por lo general presentará dolor al evacuar, y siempre que pueda tratará de evitarlo, lo cual hará difícil el proceso de control, así mismo los niños que cursan con cuadros intermitentes de diarrea pudieran presentar aparentes retrocesos cuando ya controlaban y de repente se vuelven incontinentes dada la urgencia de evacuar.

En otras circunstancias se da el caso del niño que se encuentra en etapa de inicio de control de esfínteres y le llega un nuevo hermanito, y al observar los cuidados del nuevo bebé y el cambio de pañal, los niños presentan entonces regresiones y requieren de volver a utilizarlo.



¿Cómo puedo iniciar el acompañamiento de mi hijo para el control de esfínteres?

Es muy importante lograr que el proceso del control de esfínteres sea algo natural, no obligado, hacer que el niño vea a otras personas hacer uso del sanitario, familiarizarse con el inodoro que va a utilizar, que no le genere angustia. Hacer comentarios positivos al niño cuando empieza a avisar para ir al baño le hará darse cuenta de que tuvo una actitud positiva, sin embargo, no se deberán hacer manifestaciones excesivas, debemos recordar que es sólo un proceso de aprendizaje más como comer con cubiertos por ejemplo.

Vestir al niño con ropa cómoda que le facilite despojarse de ella cuando sienta el deseo de orinar o evacuar, no le obstaculizará las maniobras cuando el niño tenga la urgencia y no disponga aún de mucho control. Establecer horarios aproximados es también es una medida que auxilia el hábito, ya que si conocemos el patrón de evacuaciones de un niño y sabemos que suele defecar dos o tres veces al día, podemos invitarlo a usar el baño u orinal a esas horas, para tratar de irlo acostumbrando al uso de las instalaciones.

Si no existe un horario habitual, tratar de conocer las señales que un niño manifiesta cuando quiere orinar o defecar, permite sugerirle llevarlo al baño, evitando inhibirle el deseo de micción (orinar) o evacuar.

¿Qué medidas debo evitar para lograr un control de esfínteres adecuado?

Es de vital importancia evitar las conductas hostiles y agresivas, no compararlo con otros niños ni ridiculizarlo o ponerlo públicamente en evidencia, evitar golpes o castigos, ya que esto sólo generara angustia en el niño y deteriora la relación madre-hijo.

En el proceso de educación para el inicio de control de esfínteres interviene el desarrollo físico adecuado, un ambiente familiar adecuado y un entorno social en general que facilite un evento tan natural como éste.