

## ARTÍCULO PARA PADRES 144

# ¿Cómo enseñarles a los niños a usar el baño?

No existe una fórmula mágica para que los niños aprendan a usar el baño. Sin embargo, hay recomendaciones que da la Guía para el desarrollo de la familia de Pinwheels, en Estados Unidos. La tarea de quitarles el pañal a los niños e enseñarles a ir al baño requiere de **tiempo, paciencia y comprensión**.

En general, los niños están listos para esta etapa entre los 18 y los 36 meses, pero también suele ocurrir después. Es importante saber que el niño está listo no es recomendable intentar enseñarles antes de tiempo porque puede ser muy estresante para ellos.

Hay algunas señales que nos indican que los niños están listos para aprender a usar el baño:

- Evacúa en horario regular.
- El pañal se mantiene limpio por dos horas.
- Sabe cumplir instrucciones sencillas (como acomodar un juguete).
- Está interesado en usar el baño o pide un cambio cuando su pañal está sucio y, ya sea por palabras o expresiones, muestra que sabe cuándo quiere ir al baño.



Es hora de dejar el pañal. Aquí cinco pasos:

- 1.** Conseguiremos una bacinilla acorde a su edad y debe estar en el baño o su habitación.
- 2.** Durante las primeras semanas, dejaremos que el niño se siente en la bacinilla con el pañal mientras le presentamos y le contamos como se usa.
- 3.** Una vez acostumbrado con la bacinilla y su uso, lo invitaremos a usarla sin el pañal con una rutina diaria que empieza con una vez al día y luego se va repitiendo más veces en forma gradual.
- 4.** Cambiaremos el pañal en el momento de su rutina de sentarse en la bacinilla. Coloca el contenido del pañal en el inodoro para ayudarlo a entender el propósito del uso del baño.
- 5.** Dejarlo que investigue el baño, que juegue sin pañal cerca del inodoro y recordarle que puede usarlo si lo necesita. Los niños pueden olvidarse de usarlo en los primeros intentos.

Es muy importante que lo felicites por su esfuerzo y que no lo regañes o castigues ante un accidente. Y recuerda que este proceso necesita de mucha paciencia y el tiempo de la familia. Es la consistencia el gran secreto de este proceso.