



CLAVES PARA QUE TU PEQUE

deje el pañal

Se considera que de los 2 a los 3 años es una buena edad para comenzar el proceso de retirada de pañal por el día, pero el momento exacto dependerá mucho del desarrollo madurativo del niño. Saber que ha llegado a ese momento de maduración no siempre resulta tan evidente para los padres.

Algunas pistas para detectar el momento adecuado:

Pista 1: el niño es capaz de detectar que se ha hecho pipi o caca encima y va sucio. Esto pasa sobre todo con la caca ya que al niño le molesta y te pide que le cambies el pañal.

Pista 2: un repentino interés por acompañarte al baño. La curiosidad de los niños por lo que pasa en el WC es el fin de la intimidad para los padres, pero el principio de descubrir que es lo que se hace allí y que ellos también pueden hacerlo.

Pista 3: desarrollo del lenguaje. Si ellos son capaces de pronunciar palabras como caca o pipi, les será más fácil comunicarte cuando necesita ir al baño.

Pista 4: permanece seco más de dos horas seguidas.

Pista 5: autonomía personal. Está preparado para realizar acciones como subirse o bajarse los pantalones o la ropa interior.

Se debe de tener en cuenta que sea el momento adecuado para los padres, ya que durante este proceso se necesita tiempo y energía para ser constantes.

El proceso debe de ser natural y completamente respetuoso con el niño. Los expertos recomiendan no regañar o castigar los fracasos y tampoco premiar demasiado los logros, aunque sí felicitarle con palabras.

Tampoco deberemos meterle prisa y compararle con otros amigos pues estas actitudes generan mucha presión sobre ellos y pueden resultar totalmente contraproducentes.

1. Preparar todo lo necesario junto con el niño o la niña: comprar un asiento u orinal, ropa interior y papel higiénico.
2. Leer algún cuento juntos con el que empezar a introducir el tema.
3. Ponerle ropa cómoda que sea muy fácil de subir, bajar o quitar tantas veces como sea necesario.

1. Dejar que nos acompañen al servicio para que observen e intenten imitarnos.
2. Crear rutinas: ir al baño al levantarse y al acostarse.
3. Los primeros días animarle a ir al baño cada media hora con cariño y presión.

Retirada del pañal por la noche

Cada niño tiene su propio ritmo y dejar el pañal por la noche dependerá de la madurez de su sistema nervioso en estado inconsciente. En este caso no puedes obligarlo o forzarlo porque no depende de su esfuerzo.

Algunos consejos...

1. Evita que beba líquidos antes de ir a dormir.
2. Acostúmbrale a ir al baño antes de acostarse.
3. Antes de retirarle el pañal empieza a incentivarle para que vaya al baño durante la noche si lo necesita.
4. Ponle un pijama cómodo que pueda bajar y subir fácilmente.
5. Facilita la visibilidad para que pueda ir al baño solo durante la noche con alguna luz tenue.
6. No critiques o regañes si moja la cama, es normal que tenga escapes hasta un año después.

