

Entrenamiento para Usar el Baño

¡La elección del momento oportuno lo es todo! Comenzar el entrenamiento para usar el baño antes de que su niño esté listo los va a frustrar a los dos. Algunos niños están listos para empezar el entrenamiento de usar el baño a los 18 meses; puede que otros no estén listos hasta los 24 o 36 meses.

Prepárese

Saber cuándo comenzar es importante. Asegúrese de que su niño:

- Tenga hábito de evacuaciones intestinales regular y predecible
- Que el pañal no esté siempre mojado, sino que esté seco al menos dos horas corridas durante el día o que esté seco después de las siestas.
- Pueda seguir instrucciones simples y pueda desvestirse sólo
- Muestre interés en imitar a otros familiares en el baño
- Reconozca la sensación de tener la vejiga llena y el deseo de tener una evacuación intestinal a través de expresiones faciales, postura corporal o palabras



Esté Listo

Quando su niño esté listo, llévelo a la tienda para buscar una sillita de entrenamiento para ir al baño. (Las que son a nivel del piso son las mejores.) También permita que su niño escoja pegatinas o estrellitas que pueda utilizar para llevar cuenta de las veces que utiliza la sillita de entrenamiento exitosamente.

Luego, permita que su niño se familiarice con la sillita de entrenamiento fuera del baño, utilizándola como una silla especial mientras está completamente vestido. Pase a hacer el entrenamiento para usar el baño después de que su niño se haya familiarizado con la silla. Lean libros juntos sobre entrenamiento para usar el baño.



Empiece el Entrenamiento

Deje que su niño utilice la sillita cuando le muestre cualquier señal de que necesita ir al baño, como tirar de sus pantalones o saltar. También practique después de las siestas y 20 minutos después de las comidas.

Deje que su niño camine hacia la sillita y que se siente en ella con los pantalones quitados. Si después de un minuto está listo para levantarse, está bien. Nunca lo fuerce.

Manténgase Positivo

Reconozca cada vez que coopere dándole ánimo. No mencione los errores que comete. Su meta es hacer que este proceso sea tan positivo, natural y no amenazador como sea posible.

Enseñe a su niño a lavarse las manos cada vez que use la sillita de entrenamiento.

Nunca Castigue

Nunca castigue, regañe o le grite a un niño debido a que tenga accidentes ni utilice términos negativos para describir el pipí o el popó. Esto probablemente afectaría su progreso. Los niños pueden tener retroceso si el entrenamiento para utilizar el baño crea presión. Dígale mensajes positivos como: "¡Lo lograste! ¡Utilizaste la sillita de entrenamiento para ir al baño!".

Triunfos Lentos y Constantes

Después de que su niño utilice la sillita de entrenamiento para ir al baño por sí sólo dos o más veces, deje de "practicar" para que el niño pueda enseñarse a sí mismo a llegar a la sillita a tiempo. **En este momento el niño comenzará a tener accidentes. Cambie a su niño tan pronto esto ocurra y sea empático:** "Los accidentes le pasan a todo el mundo. La próxima vez lo harás mejor." Esta etapa usualmente dura varios meses.

La Línea de la Meta

Cuando su niño utilice la sillita al menos el 50 por ciento de las veces, puede cambiar de pañales a ropa interior normal durante el día. Deje que su niño escoja la ropa interior y celebre ese logro. Utilizar pantalones de entrenamiento o pantalones desechables en vez de pañales a la hora de la siesta y a la hora dormir puede ayudar. Limite la cantidad de líquidos que tome antes de irse a dormir. Anime al niño a utilizar la sillita antes de irse a dormir y tan pronto como despierte.

Para más información sobre temas relacionados con la salud, visite nuestra biblioteca de salud en CHKD.org/healthlibrary.

El pediatra de su niño debe ser su fuente primaria de consejos sobre la salud de su niño.

El Children's Hospital of The King's Daughters cumple con las leyes federales vigentes de derechos civiles y no discrimina con relación a raza, color, país de origen, edad, discapacidad o sexo.
ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1 (757) 668-8246
주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다.
1 (757) 668-8246