



CONTROL DE ESFÍNTERES:

Antes de empezar el control de esfínteres debemos ser conscientes de que este proceso tendrá momentos muy gratificantes y preciosos y otros un poco menos llevaderos. Por tanto antes de empezar tenemos que **concienciarnos**:

- Todos los niños lo consiguen, cada uno a su ritmo, debemos tener paciencia y confiar en ellos y vosotros porque lo vais a hacer genial.
- El control depende de la maduración del esfínter, pero con una adecuada disciplina será mucho más fácil y breve.
- Hay que concienciar a los pequeños protagonistas que es genial ir sin pañal y hacerse mayores.
- Vamos a quitar el pañal y **no** vamos a ponerlo a ratitos, ¡el pañal se va para no volver!

A continuación vamos a dividir el control de Esfínteres en varias partes:

1. Antes de llevarlo a cabo:

- A partir de hoy mismo nuestros peques harán uso del orinal al despertarse y mientras preparamos el baño
- Reforzamos su autonomía con el vestido y desvestido a la hora del baño y por la mañana si tenemos tiempo.
- Se suben y bajan pantalón o falda en cada cambio de pañal, desaparecen los bodis.

2. Mientras lo estamos haciendo:

El sábado comenzaremos en casa y desde el viernes anterior la seño nos pone en el orinal varias veces a lo largo de la mañana. Este día pueden venir si quieren con pañal de braguita (no es obligatorio, solo recomendable), ellos se bajarán y subirán su ropita cada vez que realicemos la actividad. En casa esa tarde hacemos igual y cuando consigan hacerlo, lo reforzamos exageradamente; besos, abrazos, bailes, pegatinas..., si no lo consiguen, no pasa nada, no le decimos nada, solo q en un ratito lo volvermos a intentar. ¡El sábado! Nada más salir de la cama al baño, fuera pañal y al orinal. El pañal ya no lo volvemos a poner hasta la siesta o antes de dormir.

A partir de este momento hacemos lo mismo que el día anterior, pero esta vez ya sin pañal, ahora ropita interior.

Importante:

- No preguntar si quiere ir al baño. Vamos al baño, y lo sentamos si lo vemos dudoso.
- Mejor empezar en un orinal, al poder tocar el suelo y ser más pequeño les da seguridad
- No regañar si se hace encima, intentamos reforzar solo cuando consiga hacerlo en el orinal.
- Si se lo está haciendo encima no dejamos q termine, lo llevamos al baño a que termine allí.
- Cuando se manchen la ropa hacemos que colaboren en el cambio de muda, q vayan a la ropa sucia, a buscar una braguita o calzoncillo precioso..
- Es común que se estriñan al principio, podemos ayudarles con alimentos ricos en fibra, fruta, y si pasan muchos días y/o se le ve molesto, barajamos otras opciones.

¡Es Lunes y volvemos a la guardería! Ya venimos superseguros y orgullosos de todos los avances que hemos tenido en el fin de semana, ahora vamos a continuar en clase con los amiguitos, para ello venimos superpreparados y traemos:

- Varias mudas completas, 3 es suficiente, metidas cada una en una bolsa de zip.
- Una caja o rollo de bolsitas de zip medianas
- Chanclas, cangrejeras o cualquier calzado de goma cómodo y seguro, vendrán cada mañana en una bolsa zip y volverán a casa de la misma forma para traerlas limpietas al día siguiente.

Cosas que nos pueden suceder a lo largo del proceso:

- La oposición por parte del pequeño/a, rabieta, llantos... No cedemos y con paciencia entenderán que se consigue.
- Que se encuentren irascibles, de peor humor, nerviosos... intentamos que piensen en otras cosas divertidas
- Momentos de retroceso, por cualquier motivo, y que vuelvan a orinarse o hacerse caca encima: paciencia
- Trastornos a la hora de la comida o sueño: paciencia, intentamos centrar la atención en otra cosa.

Y así pasarán los primeros días y los pequeños campeones irán a mejor cada día. Recordad, tener paciencia y mucha confianza en vosotros y en ellos. ¡Lo vais a hacer genial!

