



# Ayudarle a dejar de usar el pañal

12 A 24 MESES

ARTÍCULO

SEP 14, 2015

3 MIN

Dejar los pañales lo acerca cada vez más hacia la independencia.

## ¿Qué debo hacer para ayudarlo a aprender a utilizar el orinal?

Dejar los pañales lo acerca cada vez más hacia la independencia. Resulta un descanso para los padres y un alivio para el bolsillo. Ojalá este aprendizaje pudiera hacerse con rapidez y sin recaídas. Sin embargo, el tema del pañal es un motivo de estrés para el niño entre los deseos de los padres y las distintas presiones exteriores.

A continuación te damos algunos **consejos**:

### Edad en la que el niño debe dejar el pañal

No existe edad ni fecha. El bebé está listo fisiológicamente cuando sabe controlar sus

esfínteres (retener/expulsar) de manera perfecta y psicológicamente, cuando renuncia a su condición de bebé. Esta maduración varía según el niño. Durante la noche, el niño deja de usar el pañal entre los 15 y los 36 meses. Mientras que durante el día, esto ocurre en promedio a los 28 meses.

### **¿Está preparado para el orinal?**

Cuando se sienta y se levanta solo, y comienza a jugar, lanzar la pelota, subir escalones y comer por sí solo, son indicios que muestran que ya está preparado y donde afirma cierta autonomía.

Si empieza a interesarse por su orina y se toca el pañal cuando lo ha mojado, es otra muestra de que tiene ganas de pasar a la siguiente fase.

### **¿El niño se inhibe si lo hago utilizar el orinal demasiado pronto?**

¡Sí! Presionarlo para que use el orinal puede retrasar su aprendizaje, no se debe forzar a un niño a crecer más rápido que lo que marca su propio ritmo de desarrollo.

Él decide el momento adecuado. Puedes animarlo y explicarle, pero tienes que esperar a que él se decida a vivir esta nueva experiencia.

### **Definir horas fijas para ponerlo en el orinal**

Es importante crear hábitos y referencias temporales. También funciona dejar el orinal al alcance de la mano en el baño para que el niño se familiarice con él, acompañarlo y explicarle qué sucede con las secreciones.

Si después de unos minutos no pasa nada, felicítalo por haberlo intentado. Ya lo volverás a intentar pasadas unas horas o al día siguiente.

### **¿Qué hacer cuando se orina encima?**

Hablale sobre su capacidad de usar el orinal y aconsejalo de que lo pida apenas lo necesite y no espere hasta el final.

### **¿El sanitario para mayores es una buena opción?**

¡No! No es una buena opción... El inodoro es generalmente la última fase del aprendizaje para ir solo al baño, ya que puede resultar muy alto y angustiante. El niño incluso puede llegar a pensar que caerá por el agujero. Su uso es recomendado una vez que el niño ya dominó por completo el uso del orinal.

### **Mi bebé vuelve a mojar la cama. ¿Por qué le dio esta regresión?**

Un niño puede hacer una regresión al estado de bebé, con la llegada de un hermanito o hermanita, entre otros motivos. Esta regresión es temporal y de corta duración. Con un poco de paciencia pronto todo volverá a la normalidad.

## **Relaja la atmósfera con algunas lecturas**

Aborda el tema con el bebé con estos tiernos y divertidos libros:

1. Aprender a dejar los pañales, de Gabriele Haug Schnabel.
2. Adiós a los pañales, de Alison MacKonochie.
3. ¡Tengo pis!, cuento infantil de Mo Willems.
4. Mama tengo pipi, cuento infantil de Van Genechten.
5. ¡Adios a los pañales!, cuento infantil de Dana Bentley.