

# Adiós a los pañales

Un libro de ayuda y orientación

motivación

escapes

constancia

amor

juegos

Edukame.com



# Adiós a los pañales

Ayuda y orientación



Autora y dirección pedagógica

**Cristina García**

*Pedagoga, educadora y terapeuta. Especialista en infancia, orientación familiar y educación emocional. Dedicada a orientar a padres desde el momento del embarazo para que guíen desde el amor y no desde el miedo.*

*Licenciada en Pedagogía por la Universidad de Barcelona (España), Técnica en Educación infantil, formada en Psicología Humanista Gestalt de adultos y en Técnicas de Psicodiagnóstico infantil y Técnicas Gestálticas aplicadas a la Infancia por el equipo de Loretta Cornejo. Autora del libro “Ser padres y madres ¿Dónde está el manual de instrucciones?” de Edúkame.*

**ISSN: 2339-854X**

© Edúkame contenidos y servicios educativos S.L.

# ÍNDICE DE CONTENIDOS

<b>CAPÍTULO 1: QUÉ SABER.....</b>	<b>6</b>
EL PAPEL DE LOS PADRES PARA ENSEÑAR A USAR EL ORINAL.....	7
¿A QUÉ EDAD ES RECOMENDABLE DEJAR LOS PAÑALES?.....	9
¿CUÁNTO TARDA EL NIÑO EN APRENDER A USAR EL ORINAL? .....	10
A PARTIR DE LOS DOS AÑOS YA PODEMOS EMPEZAR A QUITARLE EL PAÑAL .....	12
¿CUÁNTAS VECES DEBO LLEVARLO AL ORINAL? .....	14
PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE EL PROCESO DE QUITAR EL PAÑAL .....	17
<b>CAPÍTULO 2: RECURSOS .....</b>	<b>21</b>
CÓMO LLEVARLO AL ORINAL SIN QUE SEA ABURRIDO .....	22
LOS CUENTOS AYUDAN Y ENSEÑAN A USAR EL ORINAL.....	24
APRENDO A USAR EL ORINAL CON UN PÓSTER.....	26
JUGAR PARA APRENDER A USAR EL ORINAL.....	27

<b>CAPÍTULO 3: CONSULTAS REALES .....</b>	<b>30</b>
¿PUEDO ENSEÑAR A MI HIJO DE 16 MESES A USAR EL VÁTER? .....	31
MI HIJO SE VUELVE A HACER PIPÍ ENCIMA .....	32
DESPUÉS DE QUITARLE EL PAÑAL SE HACE DE NUEVO PIPÍ ENCIMA .....	35
HA EMPEZADO LA ESCUELA INFANTIL Y PIDE HACER PIS MUCHAS VECES .....	38
QUÉ HACER CUANDO LOS NIÑOS SE AGUANTAN MUCHO EL PIPÍ .....	41
SE HACE PIPÍ ENCIMA POR CELOS .....	44
SE LE ESCAPA EL PIPÍ Y ESTOY EMBARAZADA .....	47
MI HIJA SE HACE PIPÍ ENCIMA PARA LLAMAR MI ATENCIÓN .....	50
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>53</b>
<b><i>QUÉ ES EDÚKAME.....</i></b>	<b>54</b>

# CAPÍTULO 1: QUÉ SABER



## EL PAPEL DE LOS PADRES PARA ENSEÑAR A USAR EL ORINAL

La preparación de los padres para enseñar a sus hijos a retener el pipi cuando tienen ganas y poder hacerlo en el orinal es tan importante como la preparación del niño para aprenderlo.

Es decir, el niño tiene que llegar a una **madurez fisiológica y emocional** para poder aprender las indicaciones que le darán sus padres o educadores: notar la sensación de pipi o caca que le indica su cuerpo, retenerlo un poco, bajarse los pantalones, braguitas o calzoncillos, quedarse sentado unos minutos en el orinal.

Como veis son muchos datos para un niño de solo dos años que hasta ahora hacia pipi o caca de pie, en cualquier momento y lugar e incluso mientras hacia otras cosas divertidas como jugar.

Si a los padres les agobia el proceso o están demasiado ocupados para dedicarle al niño el tiempo necesario, el proceso se puede ir ralentizando, o incluso llegar a detenerse.

### **Los padres informados ganan en paciencia y buen humor**

Del mismo modo los padres pacientes, informados que optan por un enfoque relajado pueden hacer que el proceso sea agradable tanto para el niño como para el resto de la familia y obtener mejores resultados en un tiempo no muy largo.

Siempre que el proceso se haga difícil tanto para los padres como para el niño, lo mejor es pedir orientación en la escuela o a algún profesional. Cuando los padres reciben un poco de orientación o formación sobre cómo mejorar el proceso se sienten aliviados y con ello, su actitud mejora y ganan en paciencia y buen humor.

*“Cuando los padres reciben un poco de orientación su actitud mejora y ganan en paciencia y buen humor”*



# ¿A QUÉ EDAD ES RECOMENDABLE DEJAR LOS PAÑALES?

La edad ideal para dejar los pañales es distinta para cada niño. Unos lo dejarán a los dos y medio, otros a los tres, otros a los tres y medio.

Lo normal y adecuado es respetar el ritmo y maduración de cada niño y es tal vez lo que más nos cuesta a los padres. A veces, influenciados por las comparaciones que inevitablemente hacemos entre otros niños de su misma edad, o de los hijos de nuestros amigos, o de sus propios hermanos mayores: *su hermano a los dos años ya dejó el pañal y ella en cambio aún lo usa.*

## No comparéis

¡Cuidado! Estas comparaciones son dañinas tanto para vosotros, por el estrés que os va a generar como para vuestro hijo por la presión y angustia que le vais a transmitir para que consiga unos objetivos para los que tal vez aún no está preparado, o si lo está, necesita otro ritmo.

*“Lo normal y adecuado es respetar el ritmo y maduración de cada niño”*

## Edad orientativa

Sí podemos decir que hay una edad indicada para iniciar el proceso de enseñar al niño a hacer pipí y caca en el orinal o váter (con adaptador), y esta edad va desde los **24 meses**

**hasta los 32 meses de edad.** En términos generales, el niño alrededor de los 2 años o 2 años y medio, ha alcanzado la madurez neurológica, fisiológica y emocional necesaria para iniciar este aprendizaje.

Hemos de tener en cuenta que para que el niño aprenda a controlar los esfínteres, necesita **asimilar** una gran cantidad de cosas como distinguir las sensaciones y **señales** que le indican que tiene necesidad, retener el pipi hasta llegar al orinal, calcular el tiempo para evitar escapes, frenar las contracciones del esfínter, etc. Para que el niño pueda llevar a cabo todo este proceso de forma coordinada y eficaz necesita que su sistema nervioso haya alcanzado la madurez necesaria para asimilar toda la información.

## ¿CUÁNTO TARDA EL NIÑO EN APRENDER A USAR EL ORINAL?

Dejar los pañales es un proceso que dura entre 3 y 12 meses. Antes de empezar a enseñar al niño a usar el orinal, hemos de saber si el niño está preparado para empezar a controlar los esfínteres y así poder llegar a tiempo al orinal o váter. Si vemos que no está preparado aún, mejor esperar los meses que sean necesarios hasta que esté listo para empezar el aprendizaje.



Los niños y niñas suelen estar preparados hacia los dos años de edad en adelante. Puede ser a los 2 años y 4 meses, a los 2 años y 6 meses, etc. Dependerá del ritmo madurativo de cada niño.

*“Una vez se empieza con el proceso de aprendizaje, pueden pasar entre 3 meses y 12 meses hasta que el niño o niña adquiera independencia para ir solo al lavabo durante el día”*

### **¿Qué necesita?**

Para conseguir usar el orinal de forma autónoma necesita tres cosas que aunque en un principio parecen obvias yo no me canso de repetir las:

1. Necesita aprenderlo. Aprender cómo hacerlo y los pasos a seguir.
2. Necesita unos padres que se lo enseñen, y para eso va bien que los padres estén formados o informados sobre el tema.
3. Necesita tiempo. Más tiempo del que suelen cubrir las expectativas de sus padres.

Os puedo asegurar que la evolución de este proceso, que si el niño tarda más tiempo o menos, no solo depende de la maduración del niño sino que también depende mucho de la implicación de los padres.

Así que paciencia y si habéis empezado hace poco a retirarle el pañal ya sabéis que en los 12 meses consecutivos deberéis estar pendiente de llevarlo al orinal o váter a menudo, animarlo en sus logros, tener **paciencia** con los escapes y llevar siempre y a todas partes un par de mudas de recambio.

El 98% de los niños tienen un control diurno completo de los esfínteres al cumplir los 4 años, (conseguir que no mojen la cama es otro tema, relacionado con aspectos fisiológicos, y puede tardar más tiempo).

## A PARTIR DE LOS DOS AÑOS YA PODEMOS EMPEZAR A QUITAR EL PAÑAL

Dependiendo del grado de **madurez** de cada niño podemos empezar con el **control de esfínteres** diurno (pis y caca) a partir de los dos años. Es muy recomendable que a la vez que iniciamos este proceso en casa se inicie también en la escuela.

Antes de iniciar el control de esfínteres nos debemos de asegurar que el niño está maduro para llevarlo a cabo, no os sintáis presionados si esto no es así, igual que en el **caminar** o en el hablar, cada niño lleva su propio ritmo.



## Cómo saber si es el momento de empezar

- El pequeño se siente incómodo cuando tiene el pañal sucio
- Reconoce señales corporales cuando evacua, como llevarse las manos a los genitales o ponerse en cucullas.
- Se interesa por lo que hace mamá y papá cuando usan el baño.
- Muestra regularidad en sus conductas por ejemplo hace caca después de desayunar o de comer.
- Después de probar a ponerle en el orinal, comprobamos que el niño hace pis o caca en él.

.....  
Si deseas continuar leyendo este material educativo, debes suscribirte a la **Revista Digital Edúkame**, y recibirás cada mes un material nuevo para tu aula.



Puedes suscribirte visitando este enlace.  
.....

# QUÉ ES EDÚKAME

## Soluciones para educar jugando

A través de juegos y actividades los padres junto a sus hijos aprenden a resolver situaciones típicas de la infancia: asumir hábitos y rutinas beneficiosas, y potenciar **el buen desarrollo emocional del niño**. Somos especialistas en pedagogía, educación emocional, familia y desarrollo infantil. Ayudar a madres y padres, maestros y educadores es nuestra misión.

### ¿Qué hacemos?

- Ofrecemos herramientas a los padres y maestros, como las **nuestra Revista Digital**, para ayudar a superar las típicas fases o situaciones infantiles.
- Resolvemos dudas sobre cuáles son las necesidades que los niños tienen a cada edad: **necesidades emocionales**, motoras, de aprendizaje, intelectuales, sociales...
- Ayudamos a los padres para que comprendan las conductas de sus hijos y sepan cómo ayudarles a crecer desde el **amor y los límites**.
- Fomentamos la importancia del vínculo afectivo entre padres e hijos a través del mundo emocional, la inteligencia e imaginación de nuestros niños y niñas.

### ¿Por qué lo hacemos?

Porque creemos en un **mundo mejor** y ésta es nuestra pequeña aportación, para que los niños de hoy se conviertan en adultos del mañana con buena autoestima, sabiendo identificar y gestionar lo que sienten, que sepan valerse por sí mismos y ser responsables de sus acciones gracias **a que sus padres y educadores** aprendieron a orientarles desde el amor, con pautas claras, límites y desde la entrega incondicional.