



PSICOINFANTIL

Servicio de Asesoramiento Psicológico

María Dolores Parra Córdoba
Telf.- 958 17 09 75

ADIÓS AL PAÑAL*

Controlar el esfínter es un gran paso que cada niñ@ está preparad@ a dar entre los 2 y los 3 años, en la mayoría de los casos. Su adquisición es indispensable para el desarrollo social; y como todos los hábitos de autonomía, le proporciona un buen concepto de sí mism@ y mayor autoestima.

Hay que tener presente desde el principio que se trata de un **aprendizaje**; por lo tanto, ESTAMOS FAVORECIENDO LA ADQUISICIÓN DE ALGO QUE EL NIÑ@ NO HA DESARROLLADO, HEMOS DE DECIRLE CÓMO SE HACE Y QUÉ ESPERAMOS DE ÉL/ELLA.



Para aprender algo nuevo y dominarlo es básico **practicar** y debemos dejar hacerlo. Durante ese período de práctica se producen *escapes*, pequeñas *crisis* en las que parece que el niñ@ lo ha olvidado todo, y momentos de *control total*. Cuando el niño adquiere y practica estos comportamientos de autocuidado e higiene no los olvida y ahorran tiempo y esfuerzo en la rutina diaria.

Aspectos importantes a tener en cuenta:

- ⇒ La maduración del niñ@: si se comunica verbalmente, si es capaz de caminar sin ayuda, si puede sentarse y levantarse sin apoyo, si su nivel de comprensión es bueno...
- ⇒ Frecuencia de micción y horarios de defecación
- ⇒ Mantener fijo el lugar
- ⇒ Aprovechar el interés del niñ@
- ⇒ Generalmente, el control de la caca es más fácil y el control nocturno es posterior

Cuestiones que NO ayudan:

- ☹ No ser regulares: poner y quitar el pañal según circunstancias.
- ☹ Ser muy exigentes en la higiene desde el principio
- ☹ Castigar o mostrar rechazo.
- ☹ Estar pasando un período familiar especial que pueda afectar emocionalmente al niñ@

Cuestiones que SÍ ayudan:

- 😊 Reforzar positivamente lo que se hace bien
- 😊 Interpretar los “*escapes*” como parte del proceso de aprendizaje.
- 😊 Que el/la niñ@ colabore en su propia limpieza cuando se ensucia
- 😊 Tener tiempo por delante para estar en casa y tranquilos
- 😊 Llevar siempre durante un tiempo todo lo necesario

* * **Otras guías disponibles y que puedes solicitar son:** Niñ@ obediente, Medio ambiente, Higiene del sueño, Educación vial, Educar para la paz, Educar para la igualdad, Juguetes no violentos y no sexistas, Día de la Familia, Comprarles juguetes, Castigo Físico, Período de adaptación, Prevención de accidentes infantiles.