

No más pañales: ¿Está listo su hijo?



“¡No más pañales!” Estas palabras tal vez parezcan maravillosas, pero ¿cómo se prepara uno para aprender a usar el inodoro? He aquí unos consejos.

¡Asegúrese de estar listo usted mismo!

Se necesita tiempo y paciencia para ayudar a su hijo a aprender el uso del inodoro. Provea una silla pequeña con orinal, una silla de un tamaño apropiado para el niño que quepa en la abertura del inodoro y un escabel fuerte. El entrenamiento puede durar 3 meses o más tiempo. Los niños con discapacidades o retrasos del desarrollo pueden necesitar más tiempo y práctica.

¡Despierta el interés de su hijo!

- Deje que su hijo conozca su silla con orinal o silla portátil para el inodoro. Puede ser que el niño quiera probar sentarse en él con toda la ropa puesta.
- Busque libros para niños acerca de usar el excusado y léalos con su hijo.
- Deje que su hijo lo observe usando el inodoro, si usted se siente cómodo con eso.
- Demuestre a su hijo cómo funciona el inodoro. Deje que tire de la cadena del inodoro si quiere hacerlo.
- Nunca deje a solas a un niño de 1 ó 2 años en el cuarto de baño.

Enséñele las palabras correctas.

Use los términos que usted quiere que su hijo use. Podría decir en tonos amigables, “Te estoy cambiando el pañal porque orinaste”. “Hiciste caca en tu pañal, y por eso te pongo uno nuevo”. Use términos que otra gente entenderá.

Busque indicios de que su hijo está listo.

La mayoría de los niños aprenden el uso del inodoro entre los 2 y 3 años de edad. Las niñas muestran indicios de estar listas a un promedio de 3 meses antes de los varones. Puede que su hijo esté listo a empezar el entrenamiento en el uso del inodoro si muestra cualquier de los siguientes indicios:

- Sabe cuando el pañal está mojado o sucio y quiere uno limpio
- Tiene movimientos del intestino a intervalos regulares
- Pasa 2 horas seguidas sin mojar el pañal
- Usa expresiones de la cara, sonidos o palabras para mostrar que está listo para orinar o tener un movimiento del intestino
- Entiende los términos que usted usa para las funciones de la vejiga y el intestino
- Puede seguir instrucciones simples y le gusta poner las cosas en el lugar adecuado

Esté consciente de indicios de que su hijo no esté listo.

Quizás sea necesario esperar un poco más tiempo si el niño sencillamente no quiere sentarse sobre el inodoro o si está pasando por cualquiera de las siguientes situaciones:

- Una enfermedad
- Una fase de irritabilidad o de luchas con usted por el poder
- Cambios profundos en la vida como el nacimiento de un bebé nuevo o una mudanza a una casa nueva

English Title: No More Diapers: Is Your Child Ready?

Any opinions, findings, conclusions, or recommendations expressed in this tip sheet are those of the author(s) and do not necessarily reflect the views of the Illinois State Board of Education.