

## ¿A qué edad debe aprender?



1. **¿Ya debe comenzar a enseñarle a su hijo a ir al baño?** Tanto usted como su hijo deben estar listos para dar este gran paso...
2. **El momento adecuado depende de la edad y el desarrollo de su hijo.** Muchos niños que tienen discapacidades físicas o cognitivas y/o discapacidades físicas pueden aprender a ir al baño, pero quizás sea más tarde en comparación con otros niños; generalmente después de los 4½ años de edad. Es posible que los niños con discapacidades sigan otra trayectoria y necesiten más ayuda.
3. **Si su hijo tiene un IEP, pida que incluyan enseñarle a ir al baño.** Es posible que necesiten equipo especial en la escuela.
4. **Su hijo exhibirá señales de que está listo para comenzar a aprender:**
  - Se comienza a dar cuenta cuando está orinando (a menudo a los **12 meses**).
  - Posiblemente defeca con regularidad, aunque no tenga control, y se da cuenta que algo sucedió (a menudo alrededor de los **15 meses**).
  - Parece estar listo para comenzar a aprender y comienza a mostrar interés (a menudo alrededor de los **18 meses**).
  - Tiene buen control de los esfínteres durante el día (a menudo alrededor de los **2 años**).
  - Deja de usar pañal durante el día, pero no en la noche (a menudo a los **3 años**).
  - Ya no usa pañal, pero podría tener un accidente ocasionalmente (a menudo cerca de los **4 años**).
5. **Estos son algunos consejos útiles que puede usar con su hijo:**
  - La mayoría de los niños están listos para aprender cuando empiezan a avisar que necesitan ir al baño. Elogie a su hijo cuando le avise.
  - Los niños aprenden copiando a otras personas, por lo que debe permitir que su hijo vea a otros usar el excusado.
  - Empiece a llevar a su hijo al excusado a ciertas horas, por ejemplo antes o después de las comidas, la siesta, de salir y antes de acostarlo a dormir.

***(Más “Sugerencias útiles” al reverso)***

## Sugerencias útiles para cuando llegue el momento de comenzar el entrenamiento:

6. **Si su hijo tiene una discapacidad, pruebe uno de los siguientes dos métodos:**
  - **Horario planificado:** Primero observe sus hábitos naturales durante varias semanas y luego usted o su maestro(a) tendrá que llevarlo al baño según su ritmo natural. Si el niño no tiene éxito, entonces debe llevarlo al excusado cada 15 minutos hasta que haga en el excusado o en el pañal. Vuelva a llevar al niño al excusado otra vez a la hora que coincida con su ritmo natural. No olvide elogiarlo mucho si hace en el excusado o si el pañal está seco.
  - **Sentarlo en el excusado durante un tiempo determinado:** Este proceso de enseñarle a avisar tiene que convertirse en una meta importante en el hogar y en la escuela por varias semanas. Un programa estructurado con los siguientes pasos puede ayudarle.
    - En un ciclo de 30 minutos, dele más líquidos a su hijo durante los primeros 5 minutos, luego siéntelo en el excusado durante 15 minutos y revise si está seco un par de veces durante los últimos diez minutos, durante los cuales usa calzones o calzoncillos entrenadores. Elógielo cuando haga pipí o popó en el excusado y cuando no se haga en los calzones.
7. **Hable con el médico y pregúntele si su hijo está listo para aprender,** antes de gastar horas y energía que quizás necesite para otra cosa. Quizás le convenga explorar recursos de financiamiento o encontrar descuentos para ayudar con el costo de los pañales.
8. **Tendrá accidentes.** Eso es parte del proceso de aprendizaje. No haga gran escándalo, pero sí haga que su hijo le ayude a limpiar el tiradero.
9. **Los calzoncitos entrenadores pueden ser útiles.** A diferencia de los pañales absorbentes, estos calzoncitos permiten que su hijo sienta la incomodidad del calzón mojado.
10. **Recuerde** – aunque su hijo aprenda las señales de tener la vejiga llena, si están distraídos con una actividad divertida, podrían olvidarse de hacer caso a las señales de aviso.
11. **Asegúrese de elogiarlo bastante durante todo el proceso.** Su hijo necesitará mucho apoyo.

### ***Destrezas que debe enseñarle a su hijo cuando lo entrena sin ayuda***

- Avisar cuando tiene que ir al baño.
- Subirse y bajarse los pantalones/la falda.
- Bajarse y subirse los calzones entrenadores.
- Se sienta y se levanta solo del excusado.
- Se sienta con ayuda y más adelante se sienta solo, con o sin el uso de equipo adaptivo.
- Usa papel sanitario con o sin ayuda.
- Le jala al excusado con un botón o con asistencia.
- Va al baño cuando un adulto le recuerda.
- Se lava las manos después de ir al baño.



**Estamos aquí para ayudar.** Para aprender más sobre los programas y servicios que brinda UIC-Cuidado Especializado Para Niños, visita nuestra página de internet:

[dsc.c.uic.edu](http://dsc.c.uic.edu) o “me gusta” en  [facebook.com/dsc.c.uic.edu](https://facebook.com/dsc.c.uic.edu)