



CHILDREN'S  
HOME  
SOCIETY OF  
CALIFORNIA  
[www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org)

Para obtener material adicional del Programa de Educación para la Familia de CHS, llame al (714) 712-7888. Para obtener más información sobre los Programas de Educación y Aprendizaje Temprano de CHS llame al (888) CHS-4KIDS.

Los materiales y la redifusión multimedia del Programa de Educación para la Familia y la información sobre los programas de CHS también se pueden encontrar en nuestra página web [www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org).



#### Corporate Headquarters

1300 West Fourth Street  
Los Angeles, CA 90017  
(213) 240-5900  
(213) 240-5945 Fax

# CÓMO ENSEÑARLE A SU HIJO A USAR EL BAÑO SIN LÁGRIMAS

DE HÚMEDO A SECO

C H I L D R E N ' S H O M E S O C I E T Y O F C A L I F O R N I A



Aprender a usar el baño lleva un trabajo en equipo entre los padres, el niño y el proveedor de cuidado infantil. El éxito depende de adultos con paciencia y comprensivos y de un niño que está física, intelectual y emocionalmente listo. Entre los 18 y los 30 meses, el niño comienza a mostrar signos de estar listo.



## ★ SIGNOS DE QUE EL NIÑO ESTÁ LISTO PARA APRENDER A IR AL BAÑO:

Su hijo puede estar listo para comenzar a aprender a usar el baño cuando muestre los siguientes signos. Su hijo:

- Puede entender y seguir instrucciones simples
- Puede vestirse y desvestirse
- Puede correr y treparse con facilidad
- Tiene el pañal seco durante, por lo menos, 2 horas durante el día
- Tiene el pañal seco después de las siestas
- Expresa interés en usar el baño
- Expresa interés en su movimiento intestinal
- Puede comenzar el comportamiento para usar el baño
- No le gusta tener puesto un pañal húmedo o sucio
- Le dice que se está orinando o que está moviendo el intestino

Cuando estos signos estén presentes, comience a hablar con su hijo sobre aprender a usar el baño:

- Enseñe a su hijo las palabras que quiere que utilice con respecto a ir al baño.
- Hable con su hijo sobre las sensaciones de eliminación.
- Es posible que desee leerle a su hijo uno o más libros infantiles sobre ir al baño y sobre eliminación.
- Es posible que desee comprar una silla retrete. A pesar de que esto no es necesario, algunos niños se sienten más cómodos con sus pies sobre el piso y pueden asustarse por el agua y la acción de jalar la cadena del baño.
- Permita que su hijo se siente en el baño o en la silla retrete con los pañales puestos para que se acostumbre a la idea de ir a la silla retrete y al propósito del baño.



## ★ ENSEÑANZA FORMAL

La enseñanza formal para usar el baño puede comenzar una vez que su hijo ha mostrado los signos de estar listo y puede decirle que ha ensuciado su pañal. El niño está reconociendo que su cuerpo ha hecho algo distinto. Ayude a su hijo a entender el propósito real del baño o de la silla retrete.

Siente al niño en el baño después de que ha defecado en el pañal. Desajuste el pañal y deje caer el contenido en el baño.

Cuando el niño le diga que está mojado o que ha defecado, reconozca el acto diciendo: "Estoy contenta que me cuentes. La próxima vez tratemos de ponerlo en el baño."

Recuérdale rutinariamente sobre el propósito del baño o de la silla retrete.

Enseñe a su hijo los buenos hábitos del baño desde el comienzo. Muéstrole como limpiarse correctamente, cómo tirar el papel higiénico y cómo lavarse bien las manos después de usar el baño.

Cuando su hijo pueda decirle antes de ir, vístalo con calzoncillos / braguitas de entrenamiento y sugiérale que utilice el baño o la silla retrete. Verá que usted tiene confianza en su capacidad para asumir el control de sus tareas y lo hará sin su ayuda.

## ★ DIFICULTADES COMUNES

- No lo presione demasiado para que aprenda a usar el baño. Su hijo puede resistirse conteniendo sus movimientos intestinales. Aprender a usar el baño es un desarrollo natural y no puede apresurarse.
- Trate los "accidentes" de manera natural y con tranquilidad. "Oh, veo que tus pantalones están mojados. Vamos a buscar unos secos." Podría agregar: "Algunas veces es difícil de acordarse cuando estás jugando tanto. ¿Te gustaría que te lo recordara?" Para muchos niños, el control de la vejiga durante el día y durante la noche no puede lograrse hasta los 5 años de edad.
- Las regresiones, tales como imitar el lenguaje y las acciones de un bebé, son normales.
- Los factores que pueden interrumpir el proceso de aprendizaje y hacer que el niño olvide lo que ha aprendido pueden incluir:
  - El nacimiento de un nuevo bebé
  - Ingresar a un entorno de cuidado infantil
  - Mudarse
  - Un adulto que se va de la casa
  - Enfermedades
  - La muerte de un ser querido, incluyendo una mascota
- El niño necesita paciencia adicional y recordatorios positivos durante estos momentos más difíciles. Recuerde que aprender a usar el baño no es una carrera ni un concurso. En una habitación llena de adultos, nadie sabrá ni le importará quién aprendió a usar el baño primero.
- Aprender a usar el baño no es sino un paso que el niño da hacia la adquisición de habilidades importantes en la vida. Su logro le dará confianza en que puede alcanzar el éxito en otros aspectos de su desarrollo.



## ★ CONSEJOS PARA EL ÉXITO

- Reconozca todos los progresos con un abrazo, un beso y algunas palabras de elogio, ¡pero no exagere!
- Nunca critique o castigue al niño cuando no tenga éxito.
- Mantenga una actitud natural de buen humor.
- Recuerde que es la tarea que el niño tiene que lograr; no se involucre en una lucha de poderes.
- Es posible que algunos niños deseen que uno de los padres o el cuidador les hagan compañía mientras usan el baño.
- Los niños también pueden disfrutar de la lectura de libros mientras están en el baño.



Comience el aprendizaje del uso del baño basándose en lo que su hijo puede hacer, no en la edad de su hijo.



## PARA APRENDER MÁS

### LIBROS PARA NIÑOS

#### EVERYONE POOPS

Taro Gomi

#### MI BACINICA Y YO

Alona Frankel

#### A POTTY FOR ME!

Karen Katz

### LIBROS PARA ADULTOS

#### BECOMING THE PARENT YOU WANT TO BE

Laura Davis & Janis Keyser

#### TOILET LEARNING

Alison Mack

### ORGANIZACIONES

#### THE AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS

(847) 434-4000 o [www.aap.org](http://www.aap.org)