



Educación Inicial

PROGRAMA DE

CONTROL DE ESFÍTERES



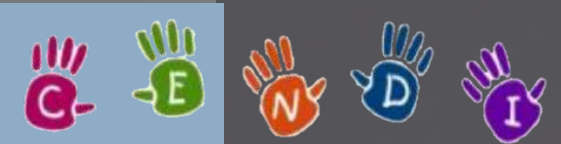
La Dirección General de Personal a través de la Dirección de los CENDI y Jardín de Niños pone a su disposición el siguiente programa que servirá para dar acompañamiento a las madres, padres de familia o cuidadores para iniciar o consolidar el control de esfínteres en nuestras niñas y niños de los Centros de Desarrollo Infantil de la UNAM.

Sabemos que los cambios pueden generar retrocesos en las etapas de desarrollo, es por ello que la presente guía tiene como objetivo apoyar, orientar y acompañarlos en este momento tan importante, el control de esfínteres representa no solo la adquisición de nuevas habilidades, sino también el sentido de logro, autonomía y autoestima de los niños y niñas.

Estar en casa en época de pandemia puede ser un momento ideal para iniciar este proceso de control de esfínteres, ya que tienen la oportunidad de tomarse el tiempo en casa para realizar este programa. Ayudemos a nuestros niños y niñas a lograrlo

¡Ayudemos a nuestros niños y niñas a lograrlo!

¡Porque la UNAM no se detiene!



OBJETIVO

Guiar a las madres, padres o cuidadores en la etapa de control de esfínteres de su hija o hijo, mediante información y actividades sustentados por el Programa Aprendizaje Clave para la Educación Integral. Educación Inicial: Un buen comienzo

Programa para educación de las niñas y los niños de 0 a 3 años.





CONTENIDO:

- Control de esfínteres
- ¿Cómo sé que mi hijo o hija ya puede iniciar?
- ¿Cómo realizar el control de esfínteres en casa?
- ¿Qué se debe evitar?
- ¿Qué pasa si no se respeta el proceso?
Actividades para acompañar el proceso de control de esfínteres



CONTROL DE ESFÍNTERES

Durante el desarrollo psicomotor del niño y la niña, el control de esfínteres es parte fundamental de su crecimiento, por su relevancia en el área personal, familiar y social.



¿Cómo sé que mi hijo o hija ya puede iniciar?

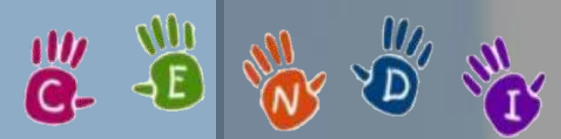


En la mayoría de los niños y niñas, el control voluntario de la micción se va desarrollando entre los 18 meses y los 3 años. La continencia se alcanza cuando el niño o la niña es capaz de lograr la contracción voluntaria del esfínter externo de la uretra, mientras que el detrusor que no está sometido a ninguna supresión cortical se contrae de forma involuntaria.

Señales que muestran la madurez de la niña o el niño:

- Siente curiosidad por las actividades que hacen en el baño.
- El pañal dura más tiempo seco.
- Quiere sentarse en la nica.
- Se esconde para hacer popo.
- Empieza a decir que se ha hecho pipi o popo después de hacerlo, después empieza a nombrarlo mientras lo hace y por último aprende a avisar antes.





¿COMO RREALIZAR EL CONTROL DE ESFÍNTERES EN CASA?

Para el inicio del entrenamiento para el control de esfínteres se distinguen tres etapas:

- El niño o la niña es capaz de percibir que ha orinado o evacuado y es capaz de transmitirlo a sus padres.
- Percibe la sensación de evacuar y la transmite en los momentos previos o durante el acto, pero es incapaz de retenerla.
- Puede retener o decidir la expulsión de heces y orina.

Además, existen signos que indican que el niño o la niña se encuentra preparado para este entrenamiento:

- Permanecer secos durante varias horas.
- Mostrar interés por sentarse en la bacinica o en la taza del baño, expresando signos visibles de prepararse para orinar o evacuar.
- Demandar cambio de pañal posterior a la evacuación. Comprender y ejecutar órdenes verbales simples.

Además, existen signos que indican que el niño o la niña se encuentra preparado para este entrenamiento:

Maduración motriz

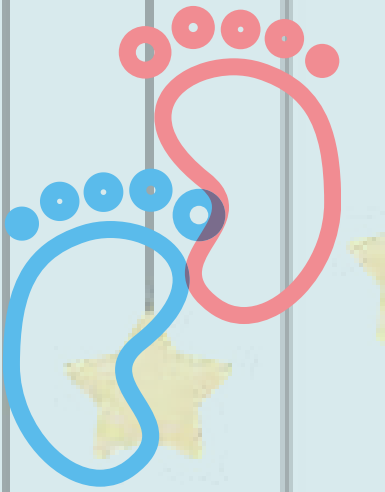
- Sube las escaleras alternando sus piernas con ayuda.
- Baja los escalones con ayuda.
- Cuando duerme la siesta, despierta seco.
- Salta con los dos pies.

Maduración neurológica

- Permanece seco durante varias horas.
- Mostrar interés por sentarse en la bacinica o en la taza del baño, expresando signos visibles de prepararse para orinar o evacuar.
- Demandar cambio de pañal posterior a la evacuación.
- Comprender y ejecutar órdenes verbal es simples.

Maduración emocional

- Mucho interés en cómo orinan sus padres o sus hermanos.
- No quiere usar pañal.
- Tiene ganas de crecer.





¿QUÉ SE DEBE EVITAR?

En estas situaciones se aconseja a los padres, madres o cuidadores que no presionen a los niños o niñas, que ofrezcan incentivos y, si es posible, que presten más atención y cuidados al niño o niña en momentos que no impliquen controlar los esfínteres.

No castigar, no ridiculizar... aunque sea de forma sutil “¡otra vez se te ha escapado!”, “tan grande y con pañal”, “El pañal es de pequeños” recordemos que la información de este proceso pasa por su parte emocional y esa vivencia del proceso puede ocasionar un regresión.

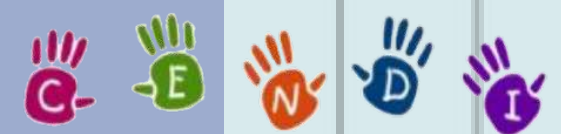




¿QUÉ PASA SI NO SE RESPETA EL PROCESO?

En el caso de los niños y niñas que NO logran comenzar el control de esfínteres en el periodo establecido, lo conducente es esperar un tiempo prudente con un entrenamiento supervisado por los padres, madres o cuidadores, reevaluando los signos que muestran la madurez para iniciar el control de esfínteres de una manera adecuada.





ACTIVIDADES PARA ACOMPAÑAR EL PROCESO DE CONTROL DE ESFÍNTERES



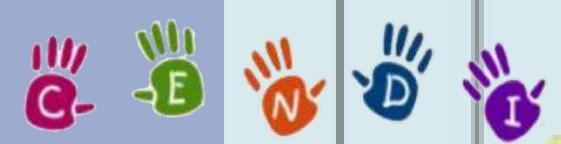
MÚSICA



CALENDARIO



JUEGOS CON MUÑECOS



CANCIONES



Como todo aprendizaje, el control de esfínteres requiere de ciertas rutinas, como sentarse en la nica o en la taza de baño durante unos minutos.



1. Canción "Pipí Popó 3D"
<https://youtu.be/WfDBHfF0ddE>
2. Canción "Pipí, popo"
<https://youtu.be/y1srkfOIWzM>



3. Cuento "Aprendiendo a ir al baño solito"
<https://youtu.be/U55yHU05iwU>
4. Cuento "Aprendiendo a ir al baño"
<https://youtu.be/EVrJnb2aYKY>

Calendario

Las actividades que se desarrollan en los Centros de Desarrollo Infantil para el alcance del control de esfínteres, son llevadas en un ambiente cordial, sin castigos, sin obligar o ridiculizar a nuestros niños y niñas que no logran la meta deseada.





JUEGOS CON MUNECCOS

Programa de entrenamiento cognitivo conductual que tiene como objetivo:

- Enseñar a un (a) muñeco (a) a realizar las funciones de eliminación de eses y orina de manera correcta.

Pídale a su hija o hijo que escoja un muñeco, una vez elegido el muñeco, pídale que lo lleve al baño, si trae ropa, solicítele que le ayude a quitársela posteriormente indíquele que lo siente un rato en la taza de baño, lo que se esta logrando es que el niño o la niña quede satisfecha al momento de completar el reto.



Estimados padres de familia recuerden que con su apoyo, dedicación y cariño se logra consolidar el control de esfínteres, hagámoslo divertido y que sea una gran experiencia para su hijo e hija





REFERENCIAS

- RosalíaE.(2020).Controldeesfínteres.23/03/2021,deSphinctercontrolSitioweb:
<https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2020/apm201e.pdf>
- OyazúnF. (S.F).CONTROLDEESFÍNTERES.23/03/2021,deFundaciónEducativaALMALUZ
Sitioweb:http://www.fundacionalmaluz.cl/doctos/control_esfinter.pdf