

## Hojas de consejos

### Entrenamiento de baño: Aprender a usar el baño



Apoyar a un niño que está aprendiendo a usar el baño puede ser un momento emocionante y desafiante tanto para

el cuidador como para el niño. Es importante mantenerse positivo mientras aprende esta nueva habilidad para obtener los mejores resultados.

#### Sepa cuándo ir al baño

La mayoría de los niños están listos para aprender entre los 24 y los 36 meses de edad. Busque las señales de disposición del niño:

- El niño puede seguir instrucciones sencillas.
- El niño puede ayudar a desvestirse.
- El niño puede dar señales verbales o faciales de que necesita usar el baño.
- El niño parece interesado en aprender.

La American Academy of Pediatrics afirma que para que un niño pequeño sea entrenado con éxito para ir al baño, debe ser capaz de:

- Siente el impulso de ir al baño, y entiende lo que significa el sentimiento.
- Verbalice que necesitan su ayuda para llegar al baño y realmente irse.

¡Esperar hasta que un niño esté realmente listo hará que la experiencia sea mucho más rápida y agradable para todos los involucrados!

#### Habilidades adicionales para el éxito

##### Habilidades verbales

Los signos del desarrollo de habilidades verbales se reflejarán a través del uso de palabras simples y el

desarrollo de palabras descriptivas para las partes del cuerpo y su funcionamiento.

A lo largo de este proceso de aprendizaje, un niño no solo debe ser capaz de entender sus explicaciones, comandos y respuestas, sino también de expresar sus propios sentimientos sobre el uso del baño. Las habilidades verbales también ayudan al niño a pensar bien sobre el proceso de ir al baño/eliminación.

##### Habilidades de conciencia corporal

Antes del entrenamiento para ir al baño, un niño debe ser capaz de asociar las sensaciones físicas con respuestas adecuadas o conciencia corporal. Las señales de la disposición para la conciencia corporal de un niño pueden incluir:

- Demostrar incomodidad por un pañal sucio.
- Tratando de quitarles el pañal.
- Resistirse a que me cambien el pañal.
- La capacidad física de permanecer seco hasta por dos horas.

##### Habilidades de pensamiento complejo

A la edad de tres años, el interés de un niño en la resolución de problemas evolucionará rápidamente. La resolución de problemas requiere imaginar una solución y planificar una manera de lograrla. Esta es otra señal de que un niño se está acercando a la preparación para el entrenamiento para ir al baño.

#### Desarrollar un plan

Una vez que un niño comienza a demostrar las habilidades anteriores, un cuidador necesitará tener una conversación con los padres del niño para determinar si la familia está lista para desarrollar un plan para el entrenamiento para ir al baño. Hay una

probabilidad mucho mayor de éxito cuando el plan es consistente dentro y fuera del hogar del niño.

Este plan también debe tener en cuenta las preferencias y costumbres de la familia. Además, es posible que sea necesario identificar medidas especiales de apoyo e incluirlas en el plan para acomodar a un niño con necesidades especiales.

## Preparación

Es importante estar listo cuando el niño está listo para aprender. Esto podría implicar tener a mano:

- Un taburete para que el niño pueda subirse al orinal; necesitará ayuda al principio.
- Varios pares de ropa interior; pasará por muchos al principio. (Es probable que aún desee un bragapañal desechable para los períodos de descanso).

Planee tener algunos libros disponibles para ayudar a pasar el tiempo mientras espera que suceda el éxito. Ofrezca mucha agua para mantener la vejiga llena para que la sensación se comprenda antes. Con su apoyo, el niño será entrenado para ir al baño pronto.

## Rutinas

Como en otras ocasiones a lo largo del día, usar el orinal tiene una rutina. Lleve al niño al baño al menos cada dos horas para ayudarlo a aprender el proceso. Siga a un horario. En lugar de preguntarle al niño si necesita ir al baño, dígame que "es hora de intentarlo".

## Los accidentes ocurren

Todos los niños tienen accidentes. Tu paciencia es clave para animarlos a que se acuerden de usarlo, o que lleguen a tiempo al orinal la próxima vez.

Ayude al niño a escuchar las señales de su cuerpo cuando necesite usar el baño. Permanezca cerca del baño, ya que las advertencias a menudo se retrasan.

## Celebre los éxitos

- ¡Elogia al niño por intentarlo!
- ¡Permita que el niño añada una pegatina a su propio gráfico de éxito!
- ¡Comparta el éxito del niño con los demás!

Cuando un niño diga que tiene que irse, prepárese para llevarlo al baño.

## Evite usar lenguaje vergonzoso

El entrenamiento para ir al baño puede ser estresante para los niños, los padres y los cuidadores. Evite el lenguaje y las respuestas conductuales que puedan reflejar vergüenza.

- Mantenga un tono positivo al reaccionar a los accidentes en el baño.
- Evite decirle a los niños que los pañales son para bebés y use frases como "los niños grandes no..."
- Evite empujar a un niño al entrenamiento para ir al baño antes de que esté listo.

## Recursos Adicionales

Estándares CFOC | Baño de entrenamiento  
<http://nrckids.org/CFOC/Database/2.1.2.5>

Estándares CFOC | Equipos de Entrenamiento de Baño  
<http://nrckids.org/CFOC/Database/5.4.1.7>

HealthyChildren.org | Baño de entrenamiento  
<https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/toddler/toilet-training>

Para obtener más información, visite  
[www.inclusivechildcare.org](http://www.inclusivechildcare.org).

Copyright © 2022 Center for Inclusive Child Care

Estos materiales pueden ser reproducidos libremente con fines educativos. La información en esta hoja de consejos ha sido modificada de múltiples fuentes.

Fondos proporcionados por el Departamento de Servicios Humanos de Minnesota.

[www.inclusivechildcare.org](http://www.inclusivechildcare.org)