



## CONTROL DE ESFÍNTERES EN ALUMNADO CON TEA<sup>1</sup>

Se entiende por **control de esfínteres** el proceso de aprendizaje de los hábitos higiénicos relacionados con la micción y la defecación que tiene lugar durante la infancia. En el desarrollo evolutivo infantil, el control de esfínteres se efectúa alrededor de los 2 o 3 años de edad, aunque puede variar según la madurez del niño.

Este hábito tiene gran importancia tanto para la familia como para la correcta integración del niño en su entorno escolar y social, pero sobre todo para el alumno por el hecho de alcanzar un gran progreso en su autonomía personal.

Este aprendizaje es relativamente complejo, tanto para los adultos que lo enseñan como para el niño, puesto que implica un control muscular voluntario consciente e inconsciente (durante la noche), atención, conciencia del funcionamiento corporal, etc, por lo que hay que determinar el nivel madurativo y de prerrequisitos alcanzado por cada niño antes de iniciar el aprendizaje para que así garanticemos el éxito. De no iniciarlo en el momento que el niño está preparado el esfuerzo no tendrá el resultado esperado y sí podrían darse posibles efectos adversos o rechazo.

Comenzaremos trabajando exclusivamente el control de esfínteres diurno, y no comenzaremos con el nocturno hasta que el primero no se haya altamente consolidado. Por norma general, el control nocturno se inicia un año después de forma espontánea y sin mayores dificultades, ya que el músculo está ejercitado.

Es conveniente que se realice en un momento estable y conocido; reservar a ser posible, un fin de semana largo, unas vacaciones para que haya una dedicación máxima... y que se habitúe con una persona o en un ambiente determinado antes de generalizar a otros momentos. También es aconsejable que se inicie en primavera y verano, por el calor y el uso de ropa más ligera.

Una vez iniciado el proceso de aprendizaje, éste no se debe alterar de forma “caprichosa”, poniéndole y quitándole los pañales a conveniencia de salidas, visitas... Se trata de que el niño comprenda qué, cómo y dónde debe hacer siempre sus necesidades por eso la rutina y la constancia es fundamental para que su proceso mental se realice antes.

Nuestra experiencia nos dice que es importante ser sistemáticos en el procedimiento y tener mucha paciencia, ánimo y confianza en el logro. Los “accidentes” serán frecuentes, pero se espaciarán.

Consideramos también de vital importancia para alcanzar el éxito, la colaboración del centro educativo en el que se encuentra el niño y que se actúe de manera conjunta en todos los contextos.

---

<sup>1</sup> Siguiendo las recomendaciones de la Real Academia Española utilizaremos el masculino genérico para hacer referencia a niños y niñas, entre otros, ya que este tipo de desdoblamientos son artificiosos e innecesarios desde el punto de vista lingüístico y en ningún caso motivadores de desigualdad



A la hora de comenzar cualquier nuevo aprendizaje no podemos olvidar, las características psicopedagógicas de quien aprende. La falta de habilidades comunicativas o las dificultades para generalizar lo aprendido a diferentes contextos (por ejemplo, casa y colegio) tienen que ser tenidas en cuenta. Instaurando formas alternativas al lenguaje oral para comunicar la necesidad de ir al WC (mediante gestos o señalando imágenes) y planificando convenientemente el aprendizaje de la habilidad para controlar esfínteres en cada nueva situación paliaremos estos dos inconvenientes.

A menudo es un tipo de aprendizaje generador de tensiones en el ámbito familiar y el niño puede utilizarlo como forma de llamar la atención o para evitar situaciones específicas (por ejemplo, en el colegio ante una tarea dificultosa). Por lo tanto, es fundamental que se haga un planteamiento inicial adecuado que evite generar sentimientos negativos.

Las pautas que proponemos están basadas, como gran parte de los métodos de aprendizaje de hábitos, en técnicas conductuales. Utilizamos la observación, el modelamiento, las aproximaciones sucesivas, el refuerzo de conductas alternativas, la práctica positiva y el encadenamiento, entre otras.

## FASES DEL PROGRAMA

**1. Detección de Prerrequisitos:** madurez fisiológica necesaria (factores orgánicos o ambientales). Antes de comenzar deben valorarse adecuadas las respuestas a las siguientes cuestiones:

- Edad del niño
- ¿Por qué queremos iniciar el control de esfínteres en este momento?
- ¿Manifiesta de alguna forma (gestos o con palabras) que tiene ganas?
- ¿Y cuándo lo ha hecho?
- ¿Comprende ordenas sencillas? (siéntate, espera, ven...)
- ¿Se desplaza autónomamente, tiene motricidad fina y coordinación suficiente?
- ¿Habrá colaboración por parte de todas las personas que están al cuidado del niño con respecto a las pautas a seguir?
- ¿Van a iniciar en el centro educativo el control de los esfínteres? Si no lo van a iniciar aún ¿por qué causas se lo han planteado así?



- ¿Ha tenido algún cambio importante en los últimos días? (inicio escolar, nacimiento de hermano, abandono de algún hábito, cambio de domicilio...)
- ¿Conoce dónde está situado el cuarto de baño y para qué sirven cada uno de los elementos que allí se encuentran?
- ¿Ha hecho algún intento en casa de enseñar el control de esfínteres?
- ¿Cómo lo ha realizado? ¿Cómo ha reaccionado el niño?
- ¿Da muestras de alguna manera el niño /a de sentirse incómodo /a cuando está mojado?
- ¿Tiene cierta autonomía para vestirse/desvestirse?
- ¿Tiene el niño un horario regular para hacer pipí o caca?
- ¿Permanece con el pañal seco durante unas horas?
- ¿Permanece sentado/a durante al menos 5 minutos?

### **Básicamente un programa de control de esfínteres se debe iniciar cuando:**

- ✓ El niño es capaz de estar “seco” al menos durante 50 minutos sin pañal.
- ✓ El niño puede permanecer tranquilo sentado en el inodoro u orinal durante un par de minutos.
- ✓ El niño muestra algunos signos de “notar” o ser consciente de que está mojado o sucio.
- ✓ El niño es capaz de seguir algunas órdenes sencillas.
- ✓ Existe acuerdo y colaboración entre la familia y la escuela para llevar a cabo el programa.

## **2. Decidir la fecha de inicio de forma conjunta entre el centro educativo y la familia**

FECHA: \_\_\_\_\_



### 3. Fase de preparación y registro de datos

**Consiste en** desarrollar el hábito de “hacer pipi” mediante el acceso controlado y regular (aunque no espontáneo) ir al WC de la misma manera una y otra vez, identificando las horas en las que el niño normalmente tiene necesidad. A medida que se avanza se podrá prescindir totalmente del horario y los registros.

1º. Tomar la decisión de cuándo es el momento adecuado para comenzar el entrenamiento (muestra cambio de actitud cuando tiene los pañales mojados, tiene conocimiento de lo que significa “utilizar el baño” y se encuentra familiarizado con los diferentes objetos y sanitarios del baño para evitar el rechazo a lo nuevo)

2º. Seguir un horario determinado de ingesta de comidas y bebidas durante los días que se esté desarrollando el programa para favorecer la eliminación durante estos días de entrenamiento.

#### Pasos a seguir:

- 1) Elaborar un horario de las actividades del día con claves visuales donde se incluya la “actividad del WC” como una más de la que se tiene conocimiento anticipado, evitando así la resistencia.
- 2) Elaborar otra *secuencia visual* a seguir dentro del baño y muéstrasela cada vez que el niño acuda al WC:

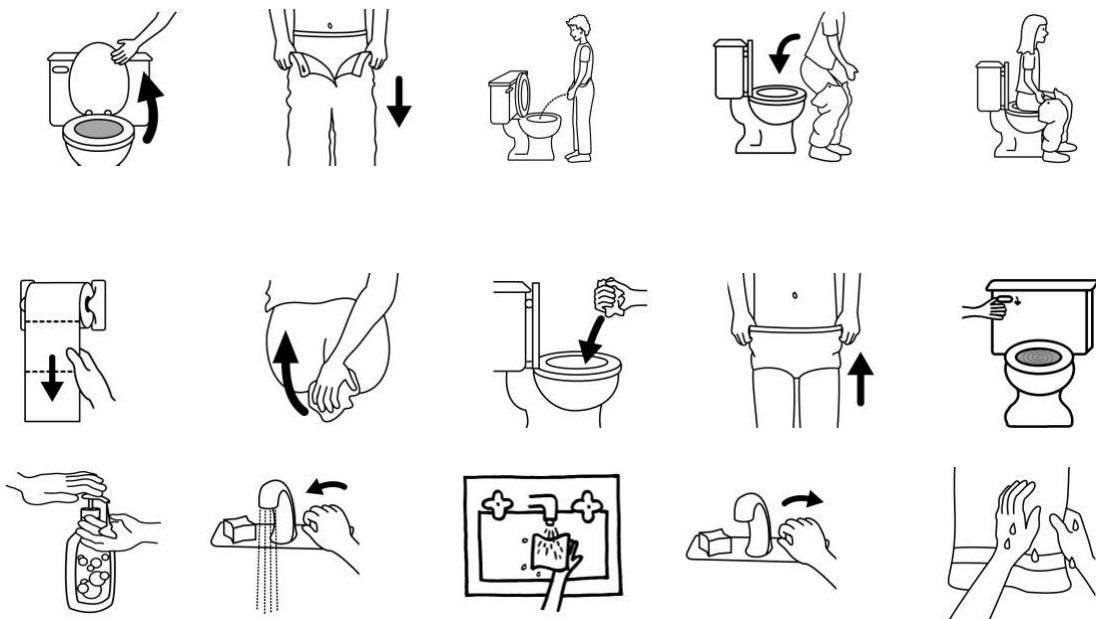
Desvestirse → sentarse en el WC → evacuar → limpiarse → tirar de la cadena → abrir grifo → mojar manos → frotar con jabón → cerrar grifo → secar con toalla → dejar toalla en su sitio

(Al terminar esta rutina acostumbra al niño a mirar en el “horario del día”, cuál es la próxima actividad)

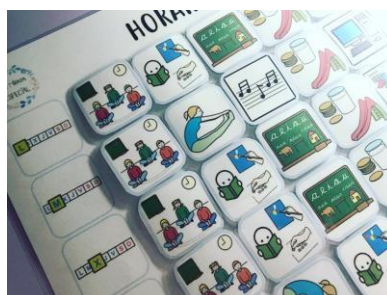
- Ir al baño (femenino-masculino)
  - [http://www.arasaac.org/materiales.php?id\\_material=778](http://www.arasaac.org/materiales.php?id_material=778)



- Lavado de manos
  - [http://arasaac.org/materiales.php?id\\_material=1354](http://arasaac.org/materiales.php?id_material=1354)



- 3) Elabora un horario de las actividades del día con claves visuales donde se incluya la “actividad del WC” como una más de la que se tiene conocimiento anticipado, evitando así la resistencia.





- 4) Elabora otra *secuencia visual* a seguir dentro del baño y muéstrasela cada vez que el niño acuda al WC:
- Vamos a empezar a **observar la frecuencia** con la que el niño hace pipí y caca. Para ello tenemos que:
- Quitar los pañales.
  - Debe llevar ropa que se pueda manipular con facilidad (un pantalón elástico o falda).
  - Debe estar cómodo/a cuando se siente en el WC (utilizar un adaptador o un taburete bajo para que pueda apoyar los pies).
  - Si decidimos utilizar un orinal **siempre debe estar** en el cuarto de baño.
  - Mientras más líquido beba más ganas tendrá de hacer pipí y más oportunidades tendremos de enseñarle dónde debe hacerlo.

## DESARROLLO DEL PROGRAMA

### 1. OBSERVACIÓN

- El primer paso es hallar su pauta de eliminación, es decir, las horas de cada día en las que es más probable que haga pipí o caca.
- Para ello se llevará un registro durante 2 semanas en el que quede reflejado el número de veces que él orina o defeca.
- Hay que comprobar cada hora si el niño lleva el pañal seco o mojado y se anota en una hoja de registro. P (pipí), P/C (pipí y caca), C (caca) y S (seco).
- Durante este período se observará también si manifiesta señales o indicadores que avise que quiere ir al baño, mediante gestos, lo pide, se sienta en cuclillas, se pone rojo o se queda quieto.

#### En casa:

- Cuando se levante por la mañana, compruebe si está seco, mojado o ha defecado.
- Una hora más tarde compruebe lo mismo y siga comprobándolo cada hora hasta que se vaya a la cama.
- Cada una de estas veces registre si está seco (S), pipí (P) o con caca (C).
- Si está mojado o ha hecho caca cámbielo, de esta forma se acostumbrará a estar limpio.
- Cuando lo cambie no le riña ni le castigue, ni incluso debe parecer que está enfadado. Préstele la menor cantidad de atención que usted sea capaz.



### **Cómo llevar su registro (ver ejemplo en anexo)**

- Cuélguela en algún sitio de la casa donde la tenga a mano.
- Registre cada hora la situación de su hijo en la columna correspondiente.
- Si en cualquier momento piensa que ha orinado o defecado, compruébelo y anótelo en la hoja de registro.
- Lleve el registro durante 2 semanas para saber cuál es la *pauta de eliminación* de su hijo.
- Recuerde que durante estas 2 semanas no se trata de una cuestión de éxito o fracaso; lo único que está intentando es ver cuál es la *pauta de eliminación* de su hijo, de tal forma que entonces pueda usted elaborar un horario para ir al lavabo que tenga sentido para él.

### **Determinación del horario**

Pasadas las dos semanas, con las anotaciones realizadas en las hojas de registro, averiguaremos las horas del día en las que es más probable que el niño orine o defeque. A partir de aquí llevaremos al niño unos minutos antes de cada una de las horas en que normalmente el niño hace pipí o caca, recompensándolo si hay “éxito” o ignorándolo en caso contrario. Este horario estará sujeto a modificaciones posteriores, según las necesidades del niño/a y la marcha del control.

### **Retirar el pañal**

Si durante la fase anterior, el número de éxitos es suficiente, pasaremos a la retirada del pañal. El niño debe ir al aseo siguiendo las pautas y el horario descrito anteriormente, y hemos de preguntarle y observar por si algún gesto o acción nos indica que pueda querer ir al baño. Además, anotaremos durante algún tiempo en las hojas de registro, hasta que el niño sea capaz de pedir orinar o defecar y vaya solo o con nuestra supervisión.

En algunos casos es posible pasar a esta fase, aunque los “éxitos” no sean bastantes, esto se valorará con la familia y otros profesionales.

## **2. METODOLOGÍA**

Aspectos a tener en cuenta para lograr un control adecuado:

- No se debe intentar ningún tipo de programa de control de esfínteres antes de los dos años de edad.
- Todo el proceso de aprendizaje de control de esfínteres será secuenciado, siguiendo la progresión descrita.
- Al comenzar la enseñanza del programa hay que aprovechar el momento que el niño llevé caca o pipí para establecer una asociación con el W.C.
- Antes del comenzar el programa es conveniente que el niño/a tenga dominadas ciertas destrezas como el vestido, comprensión de órdenes sencillas.
- Enseñanza de los términos como pipí, caca, mojado, seco...
- Evitar conductas hostiles y agresivas por parte del adulto/a, sino se logra el objetivo propuesto en el plazo previsto.





- No comparar con otros niños/as, evitando ridiculizarlo, así como ponerlo en evidencia públicamente, ya que fomenta sentimientos de angustia, perjudicando su relación con el adulto.
- En algunos casos es recomendable que vea a otros niños/as orinando o defecando para estimular su imitación.

Respecto a las **recompensas**, inmediatamente después de realizar la conducta deseada, deberá reforzar al niño. Las más efectivas suelen ser:

- Alabanza, sonrisas, abrazos, manifestaciones verbales de alegría, atención por parte de los adultos. La atención es una recompensa muy efectiva.
- Chuchería o comestibles favoritos.
- Juegos y juguetes favoritos.
- Asegúrese de que sus recompensas son gratificantes comprobando que el niño/a las querrá de verdad y que estará esperándolas con deseo.
- Entregue la recompensa en cuanto el niño realice la conducta deseada.
- Aprenda a no prestar atención a determinadas conductas, resérvela solo para aquellas conductas que usted quiere que ocurran en situación de aprendizaje. Haga que el niño/a aprenda que, si quiere conseguir su atención, no la conseguirá levantándose del WC o yéndose del cuarto de baño. Dentro de lo posible ignorará estas conductas, el niño solo debe conseguir la atención haciendo lo que se le ha pedido.
- Vaya eliminando de forma gradual estas recompensas aumentando la cantidad de tarea que usted le pide como condición para conseguir una de estas recompensas.
- Al final, el no hacerse caca o no orinarse será un comportamiento habitual y podrá ser mantenida por las alabanzas que usted le vaya proporcionando. La alabanza le debe acompañar siempre que esté intentando aprender cualquier habilidad.

### 3. EVALUACIÓN

Se realizará de forma continua, siguiendo unas hojas de registro que reflejen los cambios de horarios pertinentes, aumentando o disminuyendo las franjas horarias según proceda en función en cada caso. Este proceso se llevará a cabo en equipo, en el ámbito escolar, para valorarla conjuntamente con la familia, ya que es muy importante la coordinación con los padres.

### 4. COORDINACIÓN CON LA FAMILIA

Al inicio del programa se recogerá toda la información posible aportada por los padres, proporcionándonos del mayor número de datos para el inicio del programa. Una vez





diseñado el programa, se mantendrá informada a la familia continuamente, ya que de este modo se precisa de su colaboración.

Para la adquisición de estas habilidades, es necesario un compromiso por parte de padres y educadores, para el desarrollo del programa, creando un ambiente familiar y entorno social favorecedor.

Se realizará una entrevista con los padres para informar la planificación del control de esfínteres, que contendrá los siguientes ítems:

- Fases del programa.
- Establecimiento de pautas de micción y defecación.
- Registros personalizados, así como cumplimentación de los mismos.
- Reforzadores (tipos y elección de los más adecuados).
- Seguimiento del programa.
- Determinar fechas para reuniones y evaluación del programa.
- Ropa necesaria para los cambios.

## 5. RECURSOS

### Recursos humanos

En los centros donde se encuentre el alumno, esta tarea ha de plantearse desde una perspectiva globalizada, haciendo partícipes de esta tarea educativa a todos aquellos profesionales que intervienen con el alumno/a: tutores, maestros/as de pedagogía terapéutica, audición y lenguaje, así como, en el caso de que estén presentes, fisioterapeutas, orientadores, profesores técnicos de servicios a la comunidad, teniendo como primer responsable para llevar a cabo esta tarea al auxiliar técnico educativo. En esta tarea también se ha de contar con la colaboración y participación de la familia.

### Recursos materiales

Dentro de este apartado vamos a valorar distintos ítems:

- *Espacio físico*: es importante disponer de una zona adecuada, zona de aseos, lo suficientemente espaciosa para poder realizar las tareas propias de esta actividad.
- *Ubicación*: debería no estar muy alejada de las aulas para una mayor accesibilidad y premura en el trabajo.
- *Tamaño*: estará en función de las características del alumnado, según la edad precisan de diversos tamaños. Además, se tendrá en cuenta si el alumno se desplaza autónomamente o necesita algún tipo de ayuda. Se buscará la mayor comodidad y agilidad en los desplazamientos, así como el control y los cambios posturales.



- *Ambientación*: se puede adornar los aseos con complementos decorativos referentes a las diferentes secuencias de higiene, lavado de dientes, de manos, micción o defecación.
- *Mobiliario y ayudas técnicas*: siempre se tenderá a la normalización en todos los aspectos, de tal manera que las adaptaciones sean las menos posibles y se utilicen de forma transitoria, sólo para ese momento. Las adaptaciones serán individualizadas, se ajustarán a las características de cada niño. Podemos usar adaptadores de W.C., W.C. adaptados, suelos antideslizantes, grúas, grifos adaptados, entre otros.

## 6. EVALUACIÓN

Este proceso es muy importante, puesto que nos va a permitir modificar ciertos procedimientos o pasar a siguientes fases. Para ello realizamos una **evaluación continua** como elemento inseparable del proceso educativo que recoge información permanente del proceso de enseñanza - aprendizaje, observando los logros del niño y valorando la ayuda necesaria para la consecución de los objetivos.

La evaluación será global en los diferentes momentos de los aprendizajes, por ejemplo, en las hojas de registro contemplamos una **evaluación inicial**, en la que recogeremos la situación en la que se encuentra el alumno.

Por último, la **evaluación final** consistirá en una síntesis de todos los aspectos exitosos adquiridos por el niño durante el curso, así mismo elaboraremos un informe dirigido a las familias, a otros profesionales, entre otros.

Los instrumentos que usaremos serán la observación directa, sus respuestas, interacciones iniciales, actitud en general ante las diferentes propuestas, así como la contextualización de los entornos y al proceso de enseñanza aprendizaje, con la coordinación de todos los profesionales.

### BIBLIOGRAFÍA:

Verdejo, M<sup>a</sup>D. (2004): "*Diseño de intervención educativa en la adquisición de hábitos de la vida diaria*". Consejería de Educación y Cultura. Dirección General de Enseñanzas Escolares. Murcia.



## ANEXO: HOJA DE REGISTRO CONTROL DE ESFÍNTERES

Del \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:00					
10:00					
10:45					
11:40					
12:45					
13:50					
14:50					
15:50					

Del \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:00					
10:00					
10:45					
11:40					
12:45					
13:50					
14:50					
15:50					

### CLAVES:

- **PW:** Pipí en el WC.
- **CW:** Caca en el WC.
- **PE:** Pipí encima.
- **CE:** Caca encima