

Aprender a ir al baño

ETIQUETAS: [niño pequeño](#) [niño en edad preescolar](#) [salud física](#) [aprende a ir al baño](#)COMPARTIR ESTA PUBLICACIÓN: [COMPARTIR](#) 

Por lo general, los niños aprenden a ir al baño entre los 18 meses y los 3 años de edad. Aquí encontrarás consejos útiles sobre cuándo y cómo dar este paso con tus hijos.

Dejar los pañales y empezar a ir al baño es un paso muy importante para ti y tus hijos. Aprender a usar el inodoro es un enorme logro del desarrollo que requiere de tu ayuda... y tu paciencia. Los niños normalmente están preparados para aprender a ir al baño entre los 18 meses y los 3 años. Sin embargo, cada niño es diferente y puede necesitar más tiempo para acostumbrarse.



Antes de enseñarles a ir al baño, observa si tus hijos muestran los siguientes indicadores:

Curiosidad por ir al baño. Tu niño muestra interés por lo que sucede en el baño e incluso quiere imitar lo que ve.

Reconocimiento de las señales de su propio cuerpo. Tu niño te avisa que va a ir al baño o que siente ganas de ir al baño. Está aprendiendo a aguantarse las ganas.

Rechazo a los pañales. A tu niño no le gusta andar mucho tiempo con el pañal sucio y quiere que se lo cambies rápidamente.

Una vez que consideres que tu niño está listo para aprender a ir al baño, existen varios métodos para enseñarle. Más allá del que elijas, estas pautas generales te ayudará a que pueda lograrlo:



Establece una rutina. (enlace a la página 'Cómo establecer rutinas' dentro de la sección Disciplina) Lleva a tu niño al baño con cierta regularidad. Al principio, puede que necesites llevarlo cada una hora. Procura que parte de esta rutina incluya sentarse unos minutos en el inodoro cada vez que van al baño.

Haz que sea divertido. Cuando vayan al baño, jueguen o hagan actividades mientras tu niño está sentado en el inodoro. Esta es una excelente oportunidad para leer, cantar y contar historias cada día (o mejor, a cada hora).

Elogia sus logros y anímalos a mejorar. ¡Si tu niño logra usar el inodoro, hay que celebrar! Chocar los cinco, bailar y decirle cosas positivas son todas formas estupendas de demostrarle lo mucho que ha logrado. Si después de intentarlo algunos minutos tu niño no puede usar el inodoro, no te enfades ni te decepciones. Felicítalo por haberlo intentado y anímalos a intentarlo más tarde. Dile cosas como, “Esta vez no. Quizá puedas la próxima. ¡Gracias por intentarlo!”. Las recompensas especiales y las tablas de progreso puede ser muy útiles. Por ejemplo, puedes darle un sticker cada vez que va al baño y usa el inodoro.

Enséñales a reconocer las señales de su cuerpo. Aunque tú puedas darte cuenta si quieres ir al baño, los niños no siempre reconocen estas señales. Habla con ellos

acerca de lo que pueden sentir cuando su cuerpo les avisa que es momento de ir al baño. Puedes empezar por describirles lo que tú sientes. Cuando salen del baño pregúntales qué sintieron en el instante anterior para que puedan asociar y recordar esa sensación.

¡Los accidentes pueden suceder! Tus hijos probablemente tengan algún traspie durante el proceso de aprender a ir al baño. ¡Es normal! No te enojas con ellos. Hablen de lo que ha pasado y de lo que pueden hacer la próxima vez para llegar al baño a tiempo.

Algunos niños pueden tenerle miedo al inodoro. Es importante ser comprensivos durante el proceso de aprender a ir al baño, ya que algunos niños sienten un verdadero temor a los inodoros o a la idea de hacer sus necesidades allí. Sé paciente y presta atención a sus preocupaciones.

A veces, hacer “pipí” es más fácil de aprender que hacer “popó”. No obstante, la paciencia y el apoyo positivo son las mejores formas de ayudar a que tus pequeños aprendan.




Consejo para padres: Si tienes un niño varón, es posible que te preguntes cómo enseñarle. Lo mejor es que empiece sentado en el inodoro. Con el tiempo, puedes enseñarle a orinar parado.

Para más información sobre cómo establecer rutinas para aprender a ir al baño, haz clic [aquí](#).



APORTACIÓN DE:
First 5 California

¿HA SIDO ÚTIL? [COMPARTIR](#) 

Únete a nuestra familia First 5, ¡es gratis!

Disfruta de los servicios personalizados según la edad de tu hijo cada vez que visites nuestro sitio web.

Inicia sesión / Regístrate ▶

Mostrar fuentes

—

- <https://www.aota.org/~media/Corporate/Files/AboutOT/consumers/Youth/Establishing-Toileting-Routines-for-Children-Tip-Sheet.pdf>
- <https://www.aota.org/~media/Corporate/Files/AboutOT/consumers/Youth/Toileting-Routines-for-Children-Spanish.pdf>

Artículos recomendados