

## Aventuras y desventuras del control de esfínteres

Autoras:

Consuelo Escudero. Psicóloga clínica.

Carmen Martínez González. Pediatra de Atención Primaria.

**Palabras clave:** control, esfínteres, aprendizaje, normal.

A menudo el control de esfínteres se convierte en una etapa de difícil manejo para los padres. La negativa del niño a hacer deposiciones en varios días, la queja de que le duele al orinar o el "mojarse" la ropa porque espera hasta el último momento, son algunas de las quejas y preocupaciones que llegan a las consultas de pediatras y psicólogos. En ocasiones pueden desencadenar un rosario de pruebas médicas en busca de infecciones o el ensayo de diversas soluciones, enemas, adiestramientos penosos como la exigencia de que haga deposiciones en horas y tiempos marcados, con la idea de "educar" al niño en la limpieza, lo que se traduce en horas sentado en el orinal, regañinas, etc. En realidad esto no hace más que aumentar la preocupación de los padres e iniciar una batalla con el niño, que si es sano, se resistirá con todas sus fuerzas a hacer lo que se le exige.

### UNA ETAPA NORMAL

Ante todo hay que considerar que todos estos incidentes corresponden a una etapa normal en el crecimiento del niño. Entre los 2 y 3 años se inicia el control de esfínteres, primero el esfínter anal y a continuación el vesical. Cualquier niño sano consigue el control espontáneo del esfínter cuando está maduro neurológicamente, pero el control no es instantáneo ni está exento de avances y retrocesos, de incidentes y accidentes, como cualquier otro aprendizaje, andar, dormir, leer, etc. Sabemos que todo aprendizaje en los niños se produce normalmente por ensayo y error, en el caso del control de esfínteres ejercitando el control-expulsión de la orina ó materia fecal y comprobando el efecto que eso causa en el entorno. Es decir la reacción de los padres ante estos "ensayos". Normalmente esta reacción es la que complica enormemente el proceso. La preocupación de los padres, los enfados, las exigencias, incluso a veces los castigos y las consultas médicas, no hacen más que complicar y aumentar el problema.

En esta etapa se produce un aumento significativo de la sensibilidad y de la capacidad motora del niño, tanto fina como gruesa, siente con mayor precisión los movimientos intestinales que preceden las deposiciones, o el llenado de la vejiga. La percepción de estos movimientos puede producir satisfacción y en ocasiones inquietud porque

son sensaciones nuevas, tanto a nivel motriz como a nivel psíquico. Intentará prolongarlos probando el control del cuerpo y al tiempo del entorno, al percibir claramente las reacciones de los padres ante los resultados de tales ensayos. Muchas veces no saben expresar verbalmente lo que sienten de forma apropiada, originando equívocos; es frecuente que los más pequeños usen expresiones como "me duele" o "pupa", tocándose el abdomen o los genitales y haciendo gestos que confunden a los padres y a no pocos pediatras, cuando lo que están notando son los movimientos intestinales o la vejiga de la orina llena, sin saber cómo expresar esas nuevas sensaciones. Durante un periodo se dan a la vez una mayor capacidad motora con una inmadurez para anticipar en el tiempo cuando pueden aguantar: es un hecho comprobado por todos los padres, la necesidad inmediata del niño de orinar o defecar, cuando se le ha preguntado cinco minutos antes de salir de casa si tiene ganas de ir al baño y ha dicho que no.

Frecuentemente esto produce gran irritación en los padres que lo viven como un capricho o desobediencia del niño, cuando en realidad solo significa que no ha consolidado todavía el control y no puede anticipar el momento temporal de sus límites. Cualquier emoción fuerte puede desencadenar también la misma necesidad inmediata.

No hay que olvidar que en esta etapa se produce simultáneamente un avance en la autonomía y un aumento de la actividad y la curiosidad en el niño. Quiere ser "mayor" y hacerlo todo solo, necesita afirmar su identidad frente a las peticiones y órdenes de los padres, aparecen las rabietas, la obstinación y el negativismo. Dice "no" a todo aunque generalmente a continuación hace lo que se le pide. El control de esfínteres se envuelve también en esta actitud de afirmación y negativismo general. El niño necesita que los padres impongan límites y normas firmes y adecuadas a su edad para que aprenda las primeras nociones de lo que se puede o no hacer y para protegerle de sus propios impulsos. En esta tarea ayudará precisamente la curiosidad del niño por las cosas nuevas y las fuerzas del desarrollo que le empujan al crecimiento, a "ser mayor" y hacer como los "mayores". Sentirse protegido y querido le llevara a querer satisfacer a los padres para no perder su amor.

## ALGUNAS SUGERENCIAS

Ante todo y en primer lugar hay que pensar que todo lo que sucede en esta etapa en relación al control de esfínteres es completamente normal y transitorio. Es por tanto excepcional que existan problemas médicos o psicológicos detrás; cada niño tiene su ritmo, su tiempo y su "carácter".

No sirve para nada y con frecuencia es contraproducente iniciar un control antes de que el niño esté maduro física y psíquicamente. Es decir, forzar el control porque llega el verano, hace calor y parece adecuado ir sin pañal o porque inicie la escuela infantil y sea una necesidad, es tan inadecuado como pensar que tiene que andar solo cuando lo consideremos oportuno. Todos los niños inician por sí mismos el control de esfínteres, y es un aprendizaje como otro cualquiera

No hay que angustiarse ante las quejas, protestas o fallos del niño en la consolidación del control. Hay que pensar

que lo va a conseguir y hacérselo saber sin mayores preocupaciones.

Es importante no entrar en las provocaciones que a menudo inicia el niño con sus negativas, se consiguen mejores resultados si no se les da importancia o se ignoran. Los padres tienen que tener la seguridad interna de que la autoridad es de ellos y no del niño.

Los padres que entienden este proceso evitarán convertir un período normal en problemático, con consultas al pediatra e incluso visitas a urgencias, en donde a veces se toman medidas excepcionales como poner enemas, que pueden producir el efecto contrario al que se busca: mayor oposición y mayor retención.

El aumento de la capacidad motriz y de la curiosidad va a impulsar al niño a nuevos aprendizajes y juegos, apoyarle y compartir con él todas estas capacidades le ayudarán a renunciar a "ensuciarse" en cualquier momento a cambio de una satisfacción mayor "ser un niño grande"