

6156161



---

## **Entrenamiento para ir al Baño 101**

### **Cosas para Considerar Antes de Empezar el Entrenamiento para ir al Baño:**

- 1.** La capacidad de su hijo para comunicar sus necesidades de ir al baño.
- 2.** Conciencia sensorial.
- 3.** La sensibilidad a la estimulación.
- 4.** Capacidad de seguir las directivas relacionadas y de rutina simple relacionadas.
- 5.** La capacidad de su niño para auto iniciar la locomoción (se prefiere, pero no necesaria).
- 6.** La capacidad de sentarse y mantener su cuerpo en una posición básicamente vertical.
- 7.** Capacidad para imitar.
- 8.** Aprendizaje secuencial.
- 9.** Nivel de ansiedad.
- 10.** Capacidad para generalizar el comportamiento en nuevas situaciones.
- 11.** Su hijo ya no está bebiendo en botellas.

### **Guías generales para un Programa de Entrenamiento para ir al Baño:**

- 1.** Consistencia entre el hogar y la escuela y los que estén a cargo del cuidado del niño son esenciales.
- 2.** Todos los involucrados en el programa de entrenamiento para ir al baño deben seguir el mismo procedimiento.
- 3.** Todo- entrenamiento puede ser frustrante y requiere tiempo y paciencia para tener éxito.
- 4.** Utilice refuerzos comestibles y sociales. Refuerzos comestibles deben ser específicos para cada niño y de acuerdo a sus preferencias individuales. El refuerzo comestible seleccionado **SOLO** debe usarse para cuando va a ir al baño. Refuerzos sociales deben describir el comportamiento del niño e incluyen frases como: " ¡Hurra! - Pipí lo hiciste en el baño! "O muy BIEN te sentaste en el baño!" Refuerzos sociales también pueden incluir de 5, abrazos, besos, aplausos, etc.

### **Comenzando un Programa de Entrenamiento para ir al Baño:**

- 1.** Recolectar datos de referencia para determinar los patrones de eliminación de su hijo.
- 2.** Revise el pañal de su hijo cada media hora durante varias horas por tres (3) días. Indicar en una grafica si el pañal está mojado / seco / sucio. El programa puede ser iniciado cuando el pañal de su hijo este seco durante al menos una hora.
- 3.** Su hijo puede comenzar a demostrar el conocimiento de las funciones corporales verbalizando, escondiéndose en lo elimina o tirando / señalando el pañal cuando está mojado o sucio.

### **Materiales:**

- 1.** Una pequeña bacinilla que permitirá al niño a poner sus pies en el piso (asientos que se adjunten al baño son recomendables ) .
- 2.** Pantalones gruesos de entrenamiento de tela. Pull ups no son recomendados.
- 3.** Pantalones de plástico en el hogar y en el autobús son aceptables.
- 4.** Pantalones con cintura elástica (sudaderas) que su hijo pueda subirlo y quitárselos fácilmente.
- 5.** Un reloj de tiempo fijado con intervalos específicos para indicar cuando el niño tiene que ser llevado al baño.
- 6.** Refuerzos (comestibles, stickers, cintas de audio / vídeo) específicos a las preferencias de su hijo para recompensar a su niño por su comportamiento apropiado a la hora de ir al baño.
- 7.** Hacer graficas y recopilar datos para monitorear su progreso.

### **Introducir la bacinilla (potty):**

- 1.** Lleve a su niño al baño mientras le dice, " Vamos a ir al baño. "
- 2.** Quite el pañal de su niño y verbalmente indíquele si está húmedo o seco. Siente a su hijo en la bacinilla.
- 3.** Proporcione a su hijo con refuerzos comestibles y sociales por sentarse en la bacinilla.
- 4.** Aumente la cantidad de tiempo que su niño puede estar sentado en la bacinilla (1 minuto, 1 ½ minuto, 2 minutos, etc.) hasta un máximo de 5 minutos, usando refuerzos. Cuando su niño pueda sentarse constantemente en la bacinilla, continúe con el procedimiento de entrenamiento.

### **Procedimiento de entrenamiento para ir al baño:**

- 1.** Ajuste el reloj por 30 minutos. Cuando suena la campana, llevar a su hijo al baño con la frase designada para describir el comportamiento ("Vamos a hacer pipí")
- 2.** Haga que su hijo se quite los pantalones y los pañales con la menor ayuda posible. Si el pañal está seco, déle un reesfuerzo comestible mientras verbalmente reforzar el comportamiento ("su pañal está seco. Que bueno que estas seco!") . Si el pañal está mojado, decir: " Su pañal está mojado. " El panal esta mojado hacemos pipi en el baño".
- 3.** Coloque a su hijo en la bacinilla durante un minuto por cada año de edad. Asegúrese de que están seguros y que sus pies están en el suelo. Reforzar con reforzadores comestibles y sociales. Usted puede reforzarlos diciendo: " Que bueno estas sentado en la bacinilla".
- 4.** Mientras este sentado, haga juegos, lea libros, y cante canciones para ayudar a su hijo a relajarse.
- 5.** Preste atención cuando oiga que el niño empieza a orinar. Tan pronto como empiece a orinar, proporcionar inmediatamente refuerzo comestible y social ("Hooray que estás haciendo pipí en el bacinilla!")
- 6.** Haga una grafica de cada visita al baño.
- 7.** En medio de idas al baño, verifique que los pantalones estén secos. Si su hijo está seco, proporcionarles reforzadores comestibles y sociales. Si el pañal está mojado, diga " pañal está mojado! Ásenos pipí en el baño. "Lleve a su hijo al baño y repita el paso 2. Haga que el niño se siente durante un minuto.
- 8.** Cuando su hijo este orinando cada 30-45 minutos o este seco y tiene pocos accidentes en el medio, poco a poco aumentar el tiempo entre las idas al baño.
- 9.** Comience por aumentar el intervalo de 15 minutos y siga proporcionando refuerzos hasta que su hijo este entrenado para ir al baño por durante 2 ½ horas

### **Pantalones de entrenamiento:**

- 1.** El uso de pantalones de entrenamiento se debe iniciar cuando su hijo elimina en el baño del 25% de las veces.
- 2.** Pantalones de entrenamiento deben ser utilizados en todo momento, excepto cuando viaje, tome una siesta o es la hora de acostarse.
- 3.** Cuando su hijo esté seco el 75% de las veces, póngale a su hijo "ropa interior de "niño grande/niña grande". Ropa interior decorativa con los personajes favoritos proporcionar una motivación adicional para estar seco. Cuando usted este viajando o su niño está durmiendo póngale un panal "pull-up) debajo de la ropa interior. Una vez que lleguen al sitio o su niño(a) se despierte quítele el pull-up y llévelo directamente al baño

### **Auto- Iniciación:**

- 1.** Todos los intentos de iniciar el entrenamiento (por medio de señales, o verbalmente para ir al baño) debe ser reforzado socialmente.
- 2.** Mira el reloj. Si su hijo no ha auto-iniciado para ir al baño después de 2 a 2 horas y media, llévelo al baño.
- 3.** Inicialmente, la iniciación de ir al baño se producirá con poca frecuencia. Se aumentará con el tiempo.

### **Desaparición de los Refuerzos:**

- 1.** Reforzar con un reforzador comestible sólo cuando se produce la iniciación. Dale el refuerzo más pequeño menos frecuente, pero continúe dándole reforzamientos sociales.
- 2.** Elogios sociales y su presencia física en el baño deben disminuir en frecuencia y duración. Párese cada vez más lejos del cuarto de baño. Proporcionar refuerzos sociales, cuando su hijo haya completado la ida al baño.

### **Solución de problemas:**

#### **1. Negarse a ir al baño:**

- Proporcionar a su hijo con los reforzadores comestibles en lo que el se este mueven más cerca y más cerca del cuarto de baño / baño.

#### **2. "Saltos " fuera de la bacinilla:**

- Tiempo el tiempo que el niño puede sentarse en la bacinilla. . Aumente gradualmente en intervalos (por ejemplo, 10 segundos, 15 segundos, 1 minuto, 2 minutos, etc.) utilizando refuerzos sociales y comestibles. Cuando el niño es capaz de estar sentado en la bacinilla por 2-3 minutos, disminuya la cantidad y la frecuencia de refuerzo por estar sentado. Comienza el programa de entrenamiento para ir al baño.

**3. Cuando se le pregunta, su hijo indica que él / ella no tiene que ir al baño:**

- No pregunte. Diga en cambio, " Es hora de ir al baño. "

**4. Su niño está inquieto mientras está sentado en la bacinilla:**

- Háglele juegos, cántale canciones, hagan burbujas, etc. Haga que su niño participe en actividades que le gusten

**5. Su familia es muy activa y no está en casa para cumplir con el horario:**

- El uso de un bacinilla portátil puede ser de éxito!

**6. Su hijo tiene miedo de usar al baño de adultos:**

- Un pequeño baño de tamaño infantil es mejor cuando se introducen el entrenamiento para ir al baño. Esto animará a su niño al auto-iniciación, ya que su hijo no tendrá que subirse sanitario. También minimizará la inseguridad gravitacional.

**7. Pañal está mojado entre intervalos de tiempo:**

- Lleve a su hijo al baño y haga que le ayuden a quitarse la ropa sucia. Dígale, " No pipí en los pañales. Tienes que hacer pipí en el inodoro. "Evitar el castigo físico. Haga que su hijo se siente en el inodoro durante 1-3 minutos. Socialmente reforzar a su niño por sentarse en el inodoro y por orinar un poco mas Una vez re- vestido con ropa seca, recuérdale verbalmente de mantener los pantalones secos. Cuando sea apropiado puede dejar que su niño le ayude a limpiar el piso mojado.

**8. Alta frecuencia de estar mojado y baja frecuencia de la eliminación apropiada**

- Hacer revisiones de pañales secos cada 15 minutos. Si el pañal está seco, le puede decir muy bien están secos. "Dale refuerzos sociales y comestibles. Lleve a su hijo al baño en un horario de tiempo. Si no hay mejoría, reducir la cantidad de tiempo entre las idas al baño.

**9. Disminución de la orina poco frecuente:**

- Aumente la cantidad de líquido que su niño toma durante el día.

**10. Su hijo va a orinar en el inodoro, pero no defeca en el inodoro:**

- Cuando te das cuenta de que su hijo está teniendo un movimiento del intestino, llévelo al baño y dígame: " hacemos poo- poo en el baño ", y permítale terminar de hacer poo-poo en el panal en lo que esta de cuclillas / de pie en el cuarto de baño.

- Poco a poco trasladar a su hijo a que se sienta en el inodoro con un pañal para que termine de hacer poo-poo.

- Comenzar a poner a su hijo en el inodoro sin pañal durante los movimientos intestinales.

- Proporcionar refuerzos sociales para lograr evacuaciones intestinales hechas en el inodoro.

### **Libros de Interés:**

- 1.** "El tren para ir al baño " **"The Potty Train** por Hochman" , Kennison , and Anderson
- 2.** " **Once Upon A Potty** "por Alona Frankel
- 3.** "El Libro Potty " **" The Potty Book"** por Capucilli y Stott
- 4.** " entrenamiento para ir al baño para niños con Síndrome de Down" (Necesidades Especiales: Potencial Consciente ) : **"Toilet Training Children with Down Syndrome"** An article from Pediatría Noticias por Nancy Grace
- 5.** " Entrenamiento del Baño para personas con autismo u otros problemas del desarrollo ", **"Toilet Training for Individuals with Autism or other Developmental Issues"**2<sup>a</sup> edición, por Maria Wheeler
- 6.** " Entrenamiento de baño para Personas con Autismo y Trastornos Relacionados " **"Toilet Training for Individuals with Autism & Related Disorders"** por Maria Wheeler
- 7.** "No More Diapers for Ducky!" by Bernette Ford and Same Williams
- 8.** "Elmo's Potty Time"
- 9.** "Sesame Beginnings: Potty Time! Book"

### **IPad Apps:**

- 1.** "Potty Training Story - Learning With The Animals"
- 2.** "Potty Time"
- 3.** "The Potty Show"
- 4.** "Potty Baby"
- 5.** "Potty Time With Elmo"
- 6.** "I Have To Go!!!"
- 7.** "Going Potty With The Wonkidos"
- 8.** "The New Potty: A Little Critter Book"
- 9.** "Once Upon A Potty" (Girl/Boy)
- 10.** "Potty Training Time"
- 11.** "Time To Potty"

### **Other Resources:**

- 1.** Elmo's Potty Time DVD
- 2.** Bear in the Big Blue House – Potty Time With Bear
- 3.** Go Potty Go!: Potty Training for Tiny Toddlers

No dude en ponerse en contacto con nosotros con cualquier pregunta o preocupación adicional:

