

ALARMAS CONTRA LA ENURESIS

Las alarmas contra la enuresis son dispositivos que ayudan a los niños a superar la enuresis nocturna (mojar la cama) condicionando el despertar cuando comienza la micción y permitiendo acudir al baño.

Recomendaciones para padres

- Usar la alarma **todas las noches** durante **al menos 8-12 semanas**.
- Acompañar el uso con **registro de noches secas**.
- Requiere **implicación, motivación y supervisión** de los padres.
- Colocar el **sensor** en la zona donde es más probable que empiece la humedad.

Tipos

1. Alarma con cable.

- **Funcionamiento:** sensor que se coloca en la ropa interior y se conecta a una unidad de alarma (con sonido, vibración o luz).
- **Ventajas:** muy eficaces, costo moderado, fáciles de usar.
- **Ejemplos:** *Midzu, Wet-Stop 3, Pipistop, Chummie*.

2. Alarma inalámbrica

- **Funcionamiento:** sensor en la ropa interior o en un pañal especial; transmite la señal por Bluetooth a un receptor o alarma a distancia.
- **Ventajas:** más cómodas, sin cables, permiten que los padres tengan el receptor.
- **Ejemplos:** *DryEasy, Pjama/DryGuardians*.

3. Alarma con manta sensora

- **Funcionamiento:** el niño duerme sobre una manta o sábana con sensores que detectan humedad.
- **Ventajas:** no necesita colocar nada en el cuerpo del niño.
- **Inconvenientes:** menos precisas, más caras.
- **Ejemplo:** *Smart Bedwetting Alarm genérica*.

Características de algunas marcas disponibles en España.

Midzu

- Alarma con cable y sensor externo, modos sonido/vibración/luz.
- Precio competitivo (≈40 €), garantía de 3 años. www.midzu.es

Wet-Stop 3

- Con cable, sensor en pinza para ropa interior. Sonido y vibración.
- Precio≈ 60 €. <https://www.amazon.es>

Pipistop

- Con cable, sensor que va en salvaslip y avisador con 2 sonidos.
- Marca española, web, farmacias y ortopedias.
- Precio: ≈70-80 €. <https://www.pipistop.com/>

Chummie

- Con cable. Sensor más grande y flexible, sensible a la primera gota, sujeto por fuera de la ropa interior con cinta.
- Varias opciones de sonido (8 en **Premium** y 5 en **Élite**), control de volumen, vibración y luces. App gratuita.
- **Premium** (≈90-130 €) y **Elite** (≈72 €) <https://www.amazon.es>

DryEasy Pro o Plus inalámbrico

- Inalámbrica. Sensor compacto (**Pro**) o de pinza con transmisor en ropa interior (**Plus**). Receptor en mesilla o brazo del niño. Posibilidad de 2 receptores para la habitación del niño y de padres (**Plus**). Posible usar dos sistemas de alarma para dos niños al mismo tiempo (**Plus**).
- Varios sonidos, control de volumen, vibración.
- Precio: **Pro** (≈60€) **Plus** (≈70 €). <https://www.amazon.es>

Pjama / DryGuardians

- Inalámbrico. Sensor se coloca en ropa interior. Hay pantalones absorbentes, impermeables y lavables (opcionales) con hilos sensores incorporados. Receptor a distancia y en teléfono con app (alarma, calendario, seguimiento). <https://dryguardians.eu/es/>
- Varios sonidos, control de volumen, vibración.
- Precio de alarma sola: ≈90 €; pantalones para sensor, desde≈99 €.
- Opción local dentro de la UE, envío rápido en España. <https://pjama.es/>

Smart Bedwetting Alarm genérica

- Tapete con sensor para debajo de la sábana y unidad de alarma con cable. Uso infantil/adulto.
- Varios sonidos, control de volumen, vibración.
- Precio ≈100 €. <https://www.amazon.es>

Comentarios

Los dispositivos funcionan con baterías (pilas o carga por puerto usb) a través de conexiones de muy bajo voltaje, lo que elimina cualquier riesgo relacionado con la electricidad.

Se han elegido unos pocos dispositivos pero hay posibilidad de encontrar muchos más. Los precios pueden variar.

Para eficacia garantizada, las alarmas **Chummie** o **Pjama** son ideales: científicamente validadas, con seguimiento vía **app y tratamiento digital**. Permiten llevar un registro motivador y seguimiento familiar.

Si se busca una opción **tradicional y sencilla**, **Midzu** o **Pipi Stop** ofrecen dispositivos por debajo de 100 € con buena reputación.

Algunas alarmas se pueden encontrar a la venta en **webs de segunda mano**.

Carmen García Rebollar

Septiembre 2025