

Entrenamiento para ir al baño para niños con síndrome de Down

Cuestiones relacionadas con el control de esfínteres:

- Comunicación
- Conciencia sensorial
- Preferencia por rutinas y/o rituales
- Dificultades de Planificación Motora o Dificultades de Secuencia de Acciones
- Ansiedad
- Generalizar Comportamientos a Varias Situaciones

Consideraciones:

- El nivel de conciencia del niño sobre el uso del baño como una función
- Factores fisiológicos (seco durante 1 a 2 horas y durante las siestas, regularidad de las evacuaciones).

Enseñe a usar el baño como una rutina completa, NO SOLO EL CONTROL DE LA VEJIGA. Use un horario ilustrado de los pasos para ir al baño: 1) verifique el horario; 2) entrar al baño; 3) desvestirse; 4) sentarse en el inodoro; 5) limpiar; enjuagar; 6) vestido; 7) lavarse y secarse las manos; y 8) volver a consultar la siguiente actividad programada.

Observe y registre los hábitos de eliminación durante al menos 2 semanas. Lleve al niño al baño 5 a 15 minutos antes de los tiempos típicos de eliminación.

A los cuidadores menos estructurados les puede gustar un horario natural, un marco de tiempo determinado por eventos que ocurren naturalmente (comidas, baños, siestas o juegos más activos).

Consideraciones ambientales:

- Orinales que se ajustan
- Taburetes de paso
- Ofrecer la posibilidad de elegir entre una bacinica o un adulto
- Tenga orinales de fácil acceso

- ¿Puede el niño alcanzar el jabón y la toalla y abrir y cerrar el agua?
- Ropa que permite vestirse y desvestirse de forma independiente

El entrenamiento de hábitos/condicional puede ser una opción apropiada a considerar si:

- No hay conciencia de la necesidad de orinar o defecar
- El niño tiene más de 6 años y otras técnicas de entrenamiento no han sido efectivas
- No hay conciencia o cambio en el comportamiento cuando los pañales o la ropa están mojados o sucios

Con el entrenamiento de hábitos, el horario del niño es de vital importancia. Detener la eliminación regular en la ropa a través del entrenamiento constante de hábitos. Los pantalones secos pueden servir para sensibilizar a algunos niños a la sensación de ropa mojada o sucia. La continencia se puede lograr de esta manera en lugar de mediante el desarrollo de una conciencia de las sensaciones físicas que señalan la necesidad de eliminar. Se recomienda que la mayoría de los niños tengan el hábito o el uso condicional del baño a la edad de 5 o 6 años.

No le pregunte al niño si necesita usar el baño cuando el horario indica un horario para ir al baño; él/ella no ha desarrollado el control para que esto sea una opción en este momento.

NIÑOS: ¿De pie o sentados? ¿Distingue entre blanco y negro cuando necesita orinar versus defecar? ¿Hay un modelo a seguir masculino presente a quien pueda imitar? ¿Tiene la coordinación, el control, la estatura y el enfoque necesarios?

Cuando los niños tienen accidentes:

- Ayúdelos con calma a limpiar con una interacción social mínima
- No regañe, sermonee ni regañe.
- No actúe de manera emocional, hostil o alterada.
- Ayudar al niño a limpiar de manera digna y pasar a la siguiente actividad programada.
- Continúe llevando al niño al baño de acuerdo con el horario y no haga referencia al accidente.

Si el niño tiene dificultad para evacuar una vez en el inodoro:

- Abra el grifo
- Verter agua tibia en el pene del niño
- Usar distracción (juguetes, cantar canciones o hablar)
- Ayudar al niño a relajarse (música o libros).
- Puede usar una mesa pequeña para los niños que se sienten más seguros y para reducir la cantidad de juguetes que se caen.

Para los niños que son impulsivos y tienden a saltar del orinal demasiado pronto, anímelos a contar, cantar una canción completa, usar un cronómetro o tocar cada imagen en su secuencia de señales de imágenes.

Recompensar con refuerzo positivo es fundamental. Manténgalo individualizado, discreto y una parte natural del baño. Elogio genuino que no es 'exagerado'. Se debe proporcionar refuerzo después de que se complete toda la secuencia de ir al baño. El enrojecimiento puede ser gratificante o atemorizante.

Al enseñar la continencia nocturna:

- Limite la ingesta de líquidos antes de acostarse: no consuma líquidos 2 o 3 horas antes de acostarse
- Ir a la cama relativamente a la misma hora todas las noches
- Tenga una rutina consistente a la hora de acostarse
- Aseo inmediatamente antes de acostarse
- Inodoro en cualquier momento despierto durante la noche
- Ir al baño inmediatamente después de despertarse por la mañana

La transición a calzoncillos entrenadores o ropa interior puede ser difícil debido a la seguridad y comodidad de los pañales. Recomendaciones:

- Coloque los pañales sobre la ropa interior y retire gradualmente las partes del pañal.
- Haga que el niño use ropa interior en lugar de pañales por períodos cortos de tiempo y aumente gradualmente los períodos de tiempo
- Recompensa por llevar calzoncillos
- Utilice muñecos o animales de peluche como modelos.

Los niños típicamente experimentarán regresión o contratiempos en respuesta a: 1) enfermedad, hospitalización, cambios en la medicación, cambios en los patrones de sueño, cambios en el consumo de líquidos o alimentos, cambios en la estructura familiar o el entorno del hogar, cambios en la escuela o en las rutinas y mayores niveles de estrés o ansiedad.

Recuerde: cada niño es único: lo que funciona para uno puede no funcionar para otro!

ADQUISICIÓN MEDIA DE ENTRENAMIENTO PARA IR AL INO EN SÍNDROME DE DOWN

- Secado durante el día: promedio, 36 meses (rango 18-50 meses).
- Control intestinal: promedio, 36 meses (rango 20-60 meses; algunas fuentes informan de 2 a 7 años).
- Secado de noche: 60% entre 7-14 años.
- Usa el inodoro/bacinica de forma independiente: 4-5 años.
- Completamente continente día y noche: 98% a los 11-12 años.

La información anterior fue tomada de Down Syndrome Education Online, Desarrollo social para personas con síndrome de Down y el National Down Society del Síndrome.