



Guía Práctica

Control de esfínteres de niños/ñas Autistas

jose_autismoytea

Tips para las queridas Madres

jose_autismoytea

Ayudas para dejar el pañal



jose_autismoytea

¿Preocupada en casa sin saber que hacer?

Después de un tiempo decidí centrarme en las consultas que me han hecho muchas madres sobre éste tema tan importante. Como primera medida leí e investigue para así dar respuestas a todas sus dudas.

Sé que muchas de ustedes están preocupadas; no saben que hacer y se ponen muy ansiosas y frustradas, cuando las cosas no salen.

Es por eso que decidí hacer esta Guía para que puedan tener diferentes recursos , herramientas y así trabajar en sus hogares, pero ¡más tranquilas!!.

Éste es un regalo por el acompañamiento que me han dado en todo este tiempo.

*¡Envíos gratis para
todas*

José Cirelli

¿Que és el Control de esfínteres?

Se entiende como el proceso de aprendizaje de distintos hábitos higiénicos relacionados con la micción y la defecación que tiene lugar durante la infancia.

Éste se efectúa alrededor de los dos-tres años de edad, igual esta edad puede variar según la madurez del niño.

Este hábito tiene gran importancia tanto para la familia como para la correcta integración del niño en su entorno escolar y social



¿Es fácil este proceso?

Este aprendizaje es relativamente complejo, tanto para los adultos que lo enseñan como para el niño, puesto que implica un control muscular voluntario consciente e inconsciente (en la noche).

También debe haber en él; atención, conciencia del funcionamiento corporal, etc, por lo que hay que determinar el nivel madurativo y de prerequisites alcanzado por cada niño antes de iniciar el aprendizaje para que así garanticemos el éxito.

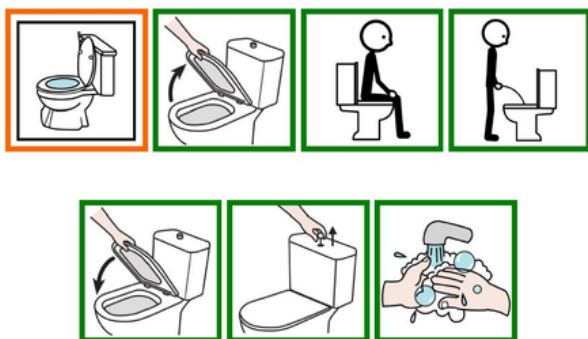


¿Sólo se hace en casa?

Es de vital importancia para alcanzar el éxito, la colaboración del centro educativo en el que se encuentra el niño y que se actúe de manera conjunta en todos los contextos.

A la hora de comenzar cualquier nuevo aprendizaje no podemos olvidar, las características psicopedagógicas de quien aprende.

La falta de habilidades comunicativas o las dificultades para generalizar lo aprendido a diferentes contextos (por ejemplo casa y colegio) tienen que ser tenidas en cuenta. Ofreciendo formas alternativas al lenguaje oral para comunicarse (mediante gestos o señalando imágenes)



¿Y en el autismo?

Si nos detenemos a pensar en las características básicas que definen a las personas autistas, es lógico plantearnos que nos podemos encontrar con algunas dificultades que seguramente van a condicionar el aprendizaje de esta habilidad básica de autonomía.

La inflexibilidad cognitiva, la alteración en la comunicación y el lenguaje, la hipersensibilidad sensorial o la dificultad para imitar modelos son algunos de los aspectos básicos que debemos considerar en el proceso de enseñanza-aprendizaje de esta habilidad.



¿Y qué sienten los padres o cuidadores?

Todas las familias han pasado por un momento muy delicado, tanto que a veces ha causado ansiedad y miedo: nos referimos a decidir cuál es el momento adecuado para realizar la retirada del pañal, en ocasiones puede resultar complicado, puesto que se trata de un hito muy importante del desarrollo.

En los niños con autismo podemos encontrar ciertas dificultades adicionales, que pueden condicionar la adquisición de este aprendizaje, como pueden ser: la alteración en la comunicación, las dificultades en el procesamiento de la información sensorial



¿Qué debemos saber antes de retirar el pañal?

Lo primero que debemos tener en cuenta son las características del niño/a y descartar cualquier problema físico asociado.

En el autismo hay ciertas comorbilidades con otras patologías y trastornos y es necesario analizar esto en primer lugar, como puede ser el estreñimiento, que también puede dificultar la evacuación y suponer más tensión o desagrado en estos momentos.

jose_autismoytea



Señales que hay que identificar

Es necesario identificar algunas señales que nos puedan indicar que el niño o niña está preparado, pueden ser:

- Capacidad de desplazarse al baño con autonomía: es capaz de realizar desplazamientos hacia el inodoro o al baño cada vez que sea necesario.
- El niño/a permanece seco al menos durante una hora. Esto permite posteriormente realizar registros y calcular periodos aproximados en los que debe ir al baño y anticiparnos a este momento.
- Seguimiento de órdenes sencillas.
Se muestra incómodo/a cuando está mojado o trata de retirarse el pañal.

jose_autismoytea



Prestar Atención

Comenzar el proceso antes de que esté preparado, puede suponer frustración para la persona autista como para la familia, y puede llegar a repercutir en el posterior aprendizaje.

Este momento, es recomendable que sea lo más tranquilo posible, reduciendo los niveles de ansiedad, para que el inodoro no se convierta en una experiencia negativa.

Cuando muestran una conducta de rechazo hacia el inodoro, se pueden realizar acciones de aproximación, como sentarse sobre este con la ropa puesta, ayudar a tirar de la cadena, realizar los cambios de pañal en el baño.

Dejar que vean a otros miembros de la familia al ir al baño, realizar juegos simbólicos con muñecos o llevar al baño objetos o juguetes que aporten tranquilidad y que les hagan entender lo que va a pasar.

¿Cuándo el niño/ña está preparado

No tiene miedo o inseguridad a sentarse en el inodoro.

Para ello también es importante la adaptación del ambiente. Poner un adaptador donde el niño/a pueda tocar el suelo con los pies y se sienta estable es fundamental.

Identifica y nota que va mojado (en general, aunque no siempre). Esto lo podemos observar porque se quiere quitar el pañal, se baja el pantalón, hace pipi cuando está desnudo y mira... los niños autistas pueden no tener todavía estrategias para comunicarlo.



Siempre se debe respetar el niño/ña

Debemos tratar con respeto y cuidado el cuerpo de los niños/as e informarles de qué va a pasar.

- Por ejemplo, «veo que quieres hacer caca. Voy a quitarte el pañal para que vayas al baño. ¿Quieres?
 - Tenemos que respetar el ritmo y deseo del niño/a
- NO decirle que qué asco o qué sucio cuando se le escapa, poner caras de asco o desaprobación y otros comentarios y gestos desagradables.

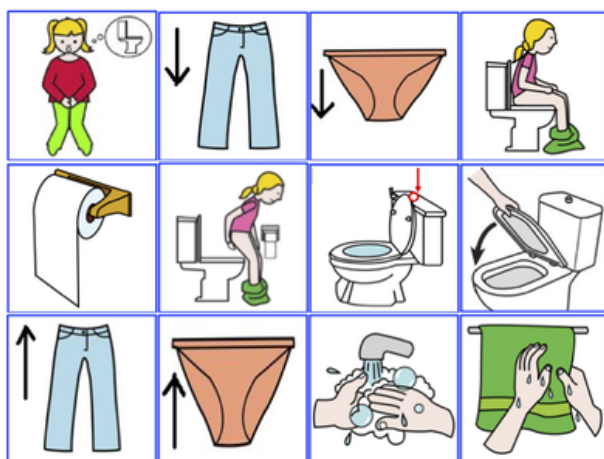
NO decirle que es un bebé por no controlar los esfínteres cuando a ti te parece que debería hacerlo



Ansiedad y estrés

Los periodos en los que las personas autistas están más nerviosas o se producen cambios de horarios, actividades o rutinas puede verse afectado no sólo el control de esfínteres sino otros aspectos vitales como el sueño o la alimentación.

Debemos ofrecer orden, calma, estructura y rutina. Centrémonos en atender el bienestar emocional de la persona ya que éste es fundamental para su regulación



jose_autismoytea

Tips para el control de esfínteres

jose_autismoytea

El miedo de ir al baño

Recomendamos 5 pasos para poder abordar este asunto

- Intentar que haga pipi o caca en el pañal, pero dentro del cuarto de baño
- Intentar luego sentarle en el inodoro con la tapa bajada, mientras sigue llevando el pañal
- Sentarlo después con la tapa levantada y sin vestir, pero con el pañal
- Ponerlo sin pañal primero unos segundos que se irán ampliando progresivamente.
- Llevarle algun juguete o elemento que le guste mucho

jose_autismoytea

¿Cómo empezar?

- Asegúrese de que el niño no tenga problemas médicos que impidan el control de esfínteres, tales como problemas de la vejiga o el estreñimiento.
- Establecer horarios para que el niño vaya al baño durante todo el día. Trate de colocar recordatorios en un calendario visual.
- Tranquilizar al niño, que él sepa que puede volver a su actividad una vez que ha ido al baño. Use una tarjeta de secuencia de actividades – “inodoro” y luego “los coches”.
- Coloque una secuencia de pasos para ir al baño al lado del inodoro.

jose_autismoytea

jose_autismoytea

Más tips

Hay dos cosas que cualquier padre necesita en abundancia:

1. Paciencia
2. Tolerancia

- Aceptar el hecho de que las cosas van a tomar más tiempo .
- Hay gente que puede ayudar. Si encuentra imposible resolver el problema, puede pedir ayuda a varias personas: el pediatra o médico general, un psicólogo clínico infantil .



Otras soluciones

- Mantener una actitud calmada y tranquila. No castigar ni forzar si observamos miedo o ansiedad.
- Utilizar ropa sencilla fácil de poner y quitar.
- Proporcionar un espacio tranquilo
- Hacer uso de apoyos visuales: facilita la comprensión de la acción
- Se puede dar agua o líquidos aproximadamente media hora antes de llevarle al baño, para facilitar el éxito de la micción o evacuación.

jose_autismoytea

Algunas recomendaciones más

- El papel higiénico a veces se presta a juego o a rechazo, por ello aconsejamos toallitas húmedas
- Cuando tenga “escapes” no debemos manifestar gran disgusto pues podría gustarle requerir esa atención sobre él continuamente (aunque sea negativa).

Lo mejor es limpiarlo en silencio y hacerle colaborar en la limpieza. Si alguna vez (en un accidente) juega con las heces actuar de la misma forma, sin aspavientos.

- Cuando los niños van estreñidos a veces les cuesta mucho defecar y se muestran muy rígidos, la novedad del Baño es además un impedimento, por esto aguanta hasta que le ponemos el pañal.

jose_autismoytea



Mensaje Final

Aquí llegamos al final de este documento que diseñe y armé con mucho Amor para ustedes Mamás , Papás y cuidadores de niños y niñas con Autismo.

Se que será de mucha utilidad ya que se esfuerzan día a día para darle lo mejor a sus hijos /jas, se que no será facil pero espero que con este pequeño aporte (que pensé específicamente para ustedes) puedan recibir de mi parte una colaboración a todo ese gran trabajo que hacen por sus pequeños.

Para despedirme quiero solicitarles con mucho respeto que éste E -Book es de mi propiedad es por eso que no puede ser vendido.

Ojalá que sea el primero de muchos y que realmente sea útil para ustedes

Abrazos

José Cirelli

PALABRAS FINALES

Finalmente, quisiera destacar que el autismo es una condición y debe ser tratado con compasión, entendimiento y amor. Estamos viviendo juntos una nueva era de relaciones basadas en el respeto, en la que todos los que necesitan ayuda y apoyo lo reciben sin juicio. El aprender a amar y aceptar a las personas autistas podrá transformar la vida de estas personas.

El evaluarlo de una manera constructiva, comprenderlo, ayudarlo a desarrollarse, mejorar su educación y su integración en la sociedad, va a ir cambiando progresivamente el mundo visto desde la perspectiva del autismo. Nuestra intención es impulsar la creatividad Y DARLES IDEAS Y APOYOS de modo de generar entornos tolerantes y educar a la comunidad para promover el autoconocimiento, el respeto a la diversidad y la inclusión social. Creemos firmemente en la ayuda mutua como la clave para abrir puertas al mañana autista.

Les agradezco que hayan llegado hasta el final y espero que podamos encontrarnos en algún otro libro o en mis CURSOS DE AUTISMO.

Para más información puedes observar:

INSTAGRAM: jose_autismoytea

WEB: www.joseautismoytea.com