






# No más pañales: ¿Está listo su hijo?



*“¡No más pañales!” Estas palabras tal vez parezcan maravillosas, pero ¿cómo se prepara para el entrenamiento en el uso del inodoro? He aquí unos consejos.*

-  **¡Asegure que esté listo usted mismo!** Se necesita tiempo y paciencia para ayudar a su hijo a aprender el uso del inodoro. Provea una silla pequeña con orinal, una silla de un tamaño apropiado para el niño que cabe al inodoro y un escabel fuerte. El entrenamiento puede durar 3 meses o más tiempo. Si se comienza durante el tiempo caliente, su hijo puede traer menos ropas—y ¡usted tendrá menos que lavar!
-  **¡Despierta el interés de su hijo!**
  - Deje que su hija conozca su silla con orinal o silla portátil para el inodoro. Deje que se sienta en ella con toda la ropa, si lo quiere hacer.
  - Busque libros infantiles sobre el uso del inodoro, y léalos con su hijo: el libro «Todos hacemos caca» por Taro Gomi (trad. al español en 1997) sirve bien.
  - Deje que su hijo observe a usted o a otros niños usando el inodoro (si están dispuestos).
  - Muéstrela cómo funciona el inodoro. Deje que tire de la cadena del inodoro si quiere hacerlo. (Nota: para evitar que se desordene el cuarto de baño, ¡prohíba a su hijo la entrada a este a menos que alguien lo acompañe!)
-  **Enséñele las palabras correctas.** Use los términos que usted quiere que su hijo use. Podría decir en tonos amigables, “Te estoy cambiando el pañal porque orinaste.” “Hiciste caca en tu pañal, y por eso te lo pongo uno nuevo.” Use términos que otra gente entenderá.
-  **Busque indicios de que su hijo está listo.** La mayoría de los niños aprenden el uso del inodoro entre los 2 y 3 años de edad, pero algunos lo aprenden más tarde. Es posible que los niños muestren algunos indicios de estar listos a como los 18 meses de edad. Las niñas muestran indicios de estar listas a un promedio de 3 meses antes de los varones. Puede que su hija esté lista a empezar el entrenamiento en el uso del inodoro si muestra cualquier de los siguientes indicios:
  - sabe cuando el pañal está mojado o sucio y quiere uno limpio
  - tiene movimientos del intestino a intervalos regulares
  - pasa 2 horas seguidas sin mojar el pañal
  - puede quitar su propio pañal o calzoncillos
  - usa expresiones de la cara, sonidos o palabras para mostrar que está lista para orinar o tener un movimiento del intestino
  - entiende los términos que usted usa para las funciones de la vejiga y el intestino
  - puede seguir instrucciones simples y le gusta poner las cosas en el lugar adecuado
-  **Esté consciente de indicios de que su hijo no esté listo.** Quizás sea necesario esperar un poco más tiempo si sencillamente no quiere sentarse sobre el inodoro o si está pasando por cualquiera de los siguientes:
  - una enfermedad
  - una fase de irritabilidad o de luchas con usted por el poder
  - cambios profundos en la vida como el nacimiento de un bebé nuevo o una mudanza a una casa nueva

**English Title: No More Diapers: Is Your Child Ready?**



29 Children's Research Center  
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469  
Teléfono: 217-333-1386 • Fax: 217-244-7732  
Gratis: 877-275-3227 (Voz/TTY)  
Email: iel@uiuc.edu  
Internet: <http://illinoisearlylearning.org>

Illinois State Board of Education

Para más páginas de consejos acerca de otros temas, favor de visitar el: <http://illinoisearlylearning.org>