



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 62 – NOVIEMBRE DE 2014

“ESTRATEGIAS PARA ABORDAR EL CONTROL DE ESFÍNTERES EN LOS NIÑOS CON TEA”

AUTORÍA M ^a DOLORES GARCÍA RUIZ
TEMÁTICA EL CONTROL DE ESFÍNTERES EN LOS NIÑOS CON TEA
ETAPA EI, EP

Resumen

El proceso de enseñanza-aprendizaje varía de unos niños a otros, pero existen una serie de indicadores que son válidos para todos ellos y que facilitan la adquisición de este hábito básico de autonomía. Esto nos va a permitir saber cuándo comenzar a llevar a cabo un programa de control de esfínteres, como implantarlo y actividades que podemos realizar en el programa.

También en la implantación del programa nos podemos encontrar una serie de problemas que los niños con Autismo presentan a los que debemos dar respuesta y cómo debemos abordar las situaciones más comunes que presentan estos niños una vez adquirido el control.

Palabras clave

Micción, defecación, control de esfínteres, programa, hábito, autonomía, obstáculos.

INTRODUCCIÓN

La adquisición en el control de esfínteres es un hito muy importante en el desarrollo. Es un objetivo que se plantea a todos los niños en torno a los 2 años.

Por **control de esfínteres** entendemos que es un proceso que conlleva el aprendizaje de los hábitos higiénicos relacionados con la micción y la defecación teniendo éste lugar durante la infancia. Atendiendo al desarrollo evolutivo del niño, el control de esfínteres se efectúa alrededor de los dos-tres años de edad, aunque 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, pero sobre todo para el alumno por el hecho de alcanzar un gran progreso en su autonomía personal.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 62 – NOVIEMBRE DE 2014

En el caso de los niños con TEA, nos encontramos con algunos problemas añadidos que hacen que su aprendizaje y adquisición estén condicionados, por la alteración que estos niños presentan en la capacidad de comunicación, la dificultad que tienen para imitar, la rigidez y la hipersensibilidad.

Los niños con trastorno del espectro autista (TEA) muestran las mismas señales de alerta que los niños con un desarrollo normal en cuanto al control de esfínteres, aunque en esto a veces el proceso sea más lento y costoso. 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 (durante la noche), atención, conciencia del funcionamiento corporal, etc, por lo que debemos tener en cuenta el desarrollo madurativo del niño antes de iniciar el proceso de aprendizaje para que así podamos garantizar el éxito. De no iniciarlo en el momento que el niño está preparado el esfuerzo no tendrá el resultado esperado y sí podrían darse posibles efectos adversos o rechazo por parte del niño.

CUÁNDO COMENZAR UN PROGRAMA DE CONTROL DE ESFÍNTERES

Debemos conocer las costumbres y hábitos de la familia antes de la puesta en práctica de un programa de control de esfínteres así como pedir su colaboración para llevar a cabo su ejecución.

Dicho programa se pondrá en práctica una vez que el niño haya alcanzado la suficiente madurez psicológica y biológica.

Entre los indicadores que nos hacen ver cuál es el momento más adecuado y por lo tanto el niño ya está preparado son:

- Cuando el niño es capaz de permanecer sentado en el orinal o inodoro durante unos minutos.

Es importante que el adulto no fuerce al niño a permanecer sentado.

Si el niño muestra rechazo o miedo a estar sentado en el orinal o en el wáter, antes de plantearnos un programa de entrenamiento en el control de esfínteres, es fundamental eliminar ese miedo o rechazo asociándolo con algo positivo como por ejemplo elegir un objeto o juguete que sea atractivo para el niño y llevarlo al baño, con el fin de que mientras esté sentado en el wáter se encuentre relajado.

- Es importante que el niños permanezca seco durante al menos una hora.
- Durante dos días se debe hacer un registro de la micción, quitar el pañal y anotar cuánto tiempo transcurre entre micción y micción.
- El niño debe ser consciente de que está mojado al mismo tiempo de mostrar algunos signos, como puedes ser quererse quitar el pañal una vez que se ha hecho pis.
- Debe ser capaz el niño poder seguir alguna que otra orden sencilla, como por ejemplo: siéntate, espera, etc.

Como estas condiciones ya están aseguradas por el niño nos podemos plantear el comienzo del programa.

Otra forma de preparar al niño es a través de actividades relacionadas con el uso del wáter como puede ser llevarle al baño cuando uno de los adultos vaya para que posteriormente pueda él mismo imitar la conducta de orinar en el wáter.



PROGRAMA DE CONTROL DE ESFÍNTERES

Para comenzar a poner en práctica un programa de control de esfínteres, en los niños autistas se llevará a cabo con la misma sistematización que con niños normales. A los retos que pueden presentar los niños debemos añadir estos otros retos que pueden presentar los niños con autismo:

- ❖ En los casos en los que el niño presenta problemas de aprendizaje el tiempo de adquisición de las habilidades básicas necesarias para ir al wáter de manera independiente será mayor. Puede llevar un año, o incluso más, el que los niños autistas consigan mantenerse secos y dos años o más el que se limpien por sí mismos.
- ❖ Pueden tener problemas a la hora de aprender y utilizar el lenguaje, para ello debemos atender otros signos que nos indiquen que quieren ir al baño diferente al de la palabra.
- ❖ Dificultades para adaptarse a diferentes situaciones, como puede ocurrir cuando el niño va al baño de casa pero por el contrario en el colegio no es capaz y necesita pañales y si alguien intenta llevarles al baño pueden manifestar su enfado a través de rabietas.
- ❖ No son capaces de adquirir varios hábitos de limpieza a la vez, como puede ser orinar sin ningún problema en el baño pero por el contrario no son capaces de sentarse para defecar.
- ❖ Pueden desarrollar patrones difíciles de comportamiento al ir al cuarto de baño, tales como desparramar heces por las paredes del baño, en algún otro lugar o sobre sí mismos.
- ❖ Puede que los niños orinen o hagan caca en otras partes, además de hacerlo en el baño. No son capaces de darse cuenta de que este comportamiento no es apropiado.
- ❖ Puede que se nieguen a limpiarse después de hacer caca, porque se alteran con la idea de ensuciarse en general. Para algunos niños autistas este miedo significa negarse a mover la tripa y se estriñen sufriendo dolor de tripa y otros síntomas.
- ❖ Algunas veces se auto-dañan tirando o hurgándose los genitales, tanto por la noche como al ir al lavabo.

Fases necesarias para llevar a cabo el entrenamiento.

La puesta en práctica de cualquier programa para la adquisición de un hábito consta de varias fases:

- En **primer lugar**, debemos establecer una pauta de micción o de defecación. Ésta consiste en realizar un registro diario durante al menos 15 días, de las horas en las que el niño es más probable manche. Registraremos el número de veces que el niño orina o defeca y a qué hora tomando como referencia las horas desde que el niño se levanta hasta que se acuesta. Para ello podemos utilizar el siguiente modelo :

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLE	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
7-8							
8-9	8:15		8:30	8:00			
9-10		9:00					
10-11							
11-12							
12-13							



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 62 – NOVIEMBRE DE 2014

13-14							
14-15							
15-16							
16-17							
17-18							
18-19							
19-20							
20-21							

- En **segundo lugar**, debemos establecer un horario para que el niño vaya al baño. Tomando como referencia el registro que estamos realizando, llevaremos al niño al baño aproximadamente 10 minutos antes de la hora probable de micción o defecación de acuerdo a lo registrado. Tenemos que observar y registrar lo que en cada momento ocurre.
- La **tercera fase** supone el entrenamiento en el control de la micción o la defecación, que se realiza de la siguiente manera:
 - Tenemos que estar atentos ante cualquier señal que el niño manifieste y que nos anticipe su intención de miccionar o defecar, como puede ser ponerse colorado, cruzar las piernas. Aunque no se den estas señales en las horas establecidas en la pauta de la micción o defecación se debe estar atentos.
 - Dentro de lo posible debemos evitar que en el baño existan situaciones o personas que pudieran distraer al niño en ese momento.
 - Debemos acompañar al niño al baño a la hora prevista o cuando dé señales, lo sentaremos en la tazase durante al menos 10 minutos y se lo premiaremos con recompensas que previamente hayamos elegido como reforzadores para el niño. Si pasado un tiempo el niño no orina o defeca, sacaremos al niño del cuarto de baño y no lo volveremos a llevar hasta que no emita una señal, o hasta su próxima hora según el registro.
 - De forma gradual la presencia del adulto en el baño la debemos ir reduciendo, en un principio quedándonos en la puerta y hasta que finalmente el adulto no entre en el baño.
- **Finalmente**, hay que entrenar al niño a que nos dé una señal que sea usada posteriormente por él mismo como medio de comunicación para poder ir al baño. Esto podemos hacerlo también desde el primer día en que ponemos en práctica el programa de control de esfínteres. La señal puede ser:
 - Una palabra o frase: “caca”, “baño”, “quiero caca”...
 - Un gesto: puede utilizar cualquier signo que utilice en el colegio.
 - Con claves visuales: un pictograma, foto o dibujo. Debemos disponer de fotos, dibujos o pictogramas a través de los cuales el niño identifique la situación de ir al baño con dichas tarjetas y nos lo pueda comunicar. Se puede colocar en la puerta del cuarto de baño la foto, dibujo o pictograma del orinal o wáter y tener la misma tarjeta disponible en casa para enseñarle al niño cuando dé señales de querer ir al cuarto de baño o para que él mismo la coja como medio de comunicación de lo que quiere hacer.

Cada vez que el niño sienta la necesidad de ir al baño, el adulto primero hará la señal convenida, a continuación el niño imitará dicha señal y finalmente le exigiremos que utilice la señal cada vez que vaya a orinar o defecar. De esta manera conseguiremos que la señal de entrenamiento sea utilizada de forma funcional por el niño en las situaciones que así lo requieren.

También se pueden utilizar claves visuales para seguir las secuencias en el baño: bajar el pantalón, el calzoncillo, sentarse, hacer pis o caca, tirar de la cadena, etc...

Uno de los ejemplos de claves visuales puede ser el siguiente:



ACTIVIDADES EN RELACIÓN CON EL USO DEL INODORO.

- ✚ Se debe recompensar al niño cada vez que consiga ir al baño y orinar o defecar en el wáter y cuando consiga ir al baño solo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 62 – NOVIEMBRE DE 2014

- + Cuando el niño quiera orinar o defecar en un lugar diferente al cuarto de baño, debemos decirle “NO” y acompañarlo al cuarto de baño, con el pictograma en la mano e tenemos que indicarle que orinar y defecar se hace solamente en el wáter.
- + Si el niño tiene miedo a sentarse en el wáter, el adulto puede sostenerle en un principio para que éste se sienta más seguro. Cuando el niño esté bien sentado y el adulto note que el niño empieza a estar más cómodo y seguro, el adulto debe retirar sus manos. Nunca se debe dejar al niño solo en el wáter si no tiene bien adquirido el hábito de usar el wáter.
- + Cuando el niño indica que tiene que ir al baño, el adulto debe animarle a que se baje los pantalones y se siente en el wáter sin ayuda.
- + Cuando haya terminado de evacuar, le mostramos el papel higiénico, cortamos un trozo de papel y le ayudamos a limpiarse intentando que él participe hasta lograrlo. Todas estas acciones las podemos poner en práctica con un muñeco. Gradualmente, se ha de practicar con el niño la acción de cortar el papel y la de limpiarse sin ayuda.
- + Tenemos que enseñar al niño cómo debe tirar el papel higiénico dentro de la taza del wáter, después de limpiarse sin ayuda.
- + Después de que el niño haya evacuado y se haya limpiado, el adulto debe ayudarle a tirar del mango de la cisterna para que salga el chorro del agua. Para ello el adulto debe poner la mano del niño en el mango de la cisterna, colocando la suya encima de la del niño y apretando hacia abajo para activar la cadena. Una vez que el niño haya adquirido la habilidad motora para accionar la cadena se le debe recordar al niño que únicamente la tiene que accionar en el momento preciso. Si completa la acción, ha de ser recompensado inmediatamente.
- + Después de que el niño haya orinado o defecado, se haya limpiado y se haya subido los pantalones, se ha de abrir el grifo del agua e indicar que debe lavarse las manos y coger la toalla para secarse. Se debe recompensar si así lo hace.

LO QUE NUNCA DEBE HACERSE CUANDO SE ESTÁ LLEVANDO A CABO UN PROGRAMA

Es conveniente recordar algunas situaciones o conductas que los adultos podemos tener y que hay que evitarlas cuando estamos llevando a cabo un programa de entrenamiento en el control de esfínteres:

- ✓ Ser poco sistemático.
La adquisición del control de esfínteres puede ser una tarea lenta y complicada en algunos niños. Por lo que los adultos también debemos ser más sistemáticos, regulares y consistentes en la implantación y puesta en práctica del programa. Los niños con Autismo aprenden mejor cuando cada uno de los pasos en la secuencia de aprendizajes son regulares y rutinarios. La falta de consistencia hace más lento el aprendizaje y además crea confusión en el niño.
- ✓ Tener prisa.
El tiempo que el niño va a permanecer sentado en el wáter va a venir marcado por unos indicadores visuales como puede ser un reloj de arena. Podemos colocar el reloj en el mismo momento en el que el niño se sienta en la taza y dar por finalizado el tiempo una vez que la arena del reloj se haya terminado.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 62 – NOVIEMBRE DE 2014

- ✓ Emplear ropa que sea difícil de poner y quitar.
Si el objetivo es que el niño adquiera autonomía para ir al baño, la ropa no debe suponer un obstáculo en su aprendizaje.
- ✓ No debemos castigar cuando se ha producido algún escape o se manche.
Si en algún momento el niño se hace pis en la ropa, le debemos indicar con calma que ese no es el lugar adecuado, y a continuación le llevamos al baño para que esté sentado unos minutos y se le cambiará de ropa en el mismo cuarto de baño. Debemos pedir su colaboración cuando lo estemos cambiando.
- ✓ No debemos forzar a sentarse al niño en el wáter cuando éste no manifieste ansiedad o miedo.
Antes de plantearnos quitarle el pañal al niño, y si hemos detectado rechazo o miedo a sentarse en el wáter, tendremos que ir llevando a cabo situaciones de aproximación para desensibilizar o eliminar ese miedo que el niño presenta.

PROBLEMAS HABITUALES EN EL CONTROL DE ESFÍNTERES.

- Si el niño con Autismo presenta dificultades con los cambios podemos considerar la posibilidad de no utilizar el orinal y pasar directamente al wáter ya que de esta manera no serán tanto los cambios por los que debe pasar el niño.
- Si el niño tiene problemas para saber cuándo es el momento en el que debe utilizar el wáter podemos utilizar calzoncillos reutilizables lavables o calzoncillos con un revestimiento protector que ayudan al niño a ser más consciente de la sensación de humedad.
- Debemos usar un lenguaje específico. Por ejemplo, decir: “Juan, se va a sentar en el wáter y así tendrá algo que sea de su gusto de premio”,
- Todas las personas que estemos en contacto con el niño, tanto en casa como en el colegio utilizaremos la misma palabra cuando nos refiramos al baño.
- Todos lo haremos de la misma forma cada vez que le pidamos al niño ir al baño; esta tampoco tiene que ser de forma verbal únicamente, podemos utilizar secuencias visuales o apoyarnos de gestos

➤ Sobrecarga sensorial

Cuando el niño con autismo le molestan los aspectos sensoriales o es sensible para ir al baño, debemos de adaptar el entorno y facilitárselos. Para ello:

Le enseñaremos todos los días, siempre al inicio del proceso, el wáter y que permanezca durante 1 ó 2 minutos, intentando conseguir que la estancia sea lo más placentera posible, como por ejemplo si el suelo está frío y el niño va descalzo le pondremos unos calcetines, también intentaremos que la temperatura de la casa sea igual en todas las dependencias.

- Si el niño necesita apoyo para los pies mientras está sentado en el wáter utilizaremos un taburete.
- Si tiene miedo del agujero del wáter usaremos un asiento de entrenamiento.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 62 – NOVIEMBRE DE 2014

- Le anticiparemos al mismo tiempo que le enseñaremos que oírás un ruido fuerte al caer el agua en la taza para que no se sobresalte.

➤ **Problemas de comportamiento**

Los niños diagnosticados de TEA pueden presentar otros **problemas de comportamiento** como puede ser el miedo a ir al baño en sitios diferentes a su casa por ser distintas las formas de la taza, ante estas situaciones pueden manifestar conductas tales como: negarse hacer caca, tener estreñimiento, tirar continuamente de la cadena, etc

✚ **¿Qué ocurre si el niño parece que siente miedo en el cuarto de baño?**

Este es un problema frecuente, sobre todo en los niños más verbales y con mayor nivel de funcionamiento. Trataremos de establecer etapas para superar este problema. Por ejemplo, si el niño usa normalmente pañal:

- Elaboraremos un registro de las veces que el niño se hace pis en el suelo durante una semana.
- Siempre dentro del baño intentaremos que el niño haga pis o caca en el pañal.
- A continuación intentaremos sentarlo en el wáter con la tapa bajada, con el pañal puesto.
- Posteriormente lo sentaremos con la tapa levantada y desvestido.
- Para finalizar lo sentaremos sin pañal y le daremos las instrucciones para que se limpie el sólo.

✚ **Miedo a ensuciarse.**

Hay niños que tienen miedo a ensuciarse, una de los métodos que podemos utilizar para reducir esos miedos es darle materiales tales como plastilina, arcilla, pintura de dedos para enseñarle que puede ensuciarse y luego limpiarse de nuevo.

✚ **Estreñimiento.**

Uno de los problemas comunes en estos niños es el estreñimiento ya que este puede ser debido a problemas de salud adyacentes, se puede decir que generalmente la causa es la insuficiencia de líquidos o que la dieta sea insuficiente en fibra. Esto suele suceder cuando el niño evita hacer caca.

Los hábitos intestinales normales varían de un niño a otro ya que nos podemos encontrar algunos niños que hacen caca 2-3 veces al día, pero otros sólo van cada 2 ó 3 días.

✚ **Si el control de esfínteres se convierte en una batalla sin signos de progreso.**

Cuando esto ocurra debemos considerar la posibilidad de volver a iniciar el entrenamiento en unos tres meses. Esto no quiere decir que sea un fracaso, lo que puede ocurrir es que el niño todavía no sea maduro para conseguirlo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 62 – NOVIEMBRE DE 2014

SITUACIONES COMUNES QUE SE PRODUCEN DESPUÉS DE ADQUIRIDO EL HÁBITO.

Algunas de las situaciones que nos podemos encontrar en los niños diagnosticados de TEA son las siguientes:

- ❖ El niño que tiene adquirido el control de esfínteres, pero suele salir de cualquier baño con los pantalones bajados.
Estos niños muestran comportamientos que son socialmente inadecuados o poco ajustados a los códigos de conducta establecidos.

Para evitar este tipo de conductas podemos tener en cuenta algunas estrategias que pueden mejorar esta conducta social:

- Aunque el niño sea pequeño, siempre que ponemos en práctica un programa de control de esfínteres debemos crear la rutina de vestirse dentro del baño y no dejarle salir hasta que este bien vestido.
- Utilizaremos claves visuales que colocaremos en un lugar visible para que al niño le recuerde lo que debe hacer.
- Puede ocurrir que el niño se despiste y salga sin vestir, con lo cual debemos recordarle que entre de nuevo al baño se vista y luego vuelva a salir.

- ❖ Hace un uso inadecuado del papel higiénico.

Puede ocurrir que algunos de los niños les guste tirar del rollo del papel higiénico hasta que este finaliza, otros cortan una cantidad insuficiente y a otros incluso les es molesto el tocarlo.

Para evitar que se produzcan estas situaciones podemos tener varias opciones:

- Utilizar toallitas húmedas individuales.
- Hacer marcas en el papel, para que el niño sepa por donde tiene que cortar.
- Que el adulto le corte la cantidad de papel adecuada y se lo deje preparado.

- ❖ El niño pide al adulto que le pongan el pañal, cuando quiere hacer pis o caca aún cuando ya no lo utiliza.

Hay niños que una vez que han adquirido el control de esfínteres continúan pidiendo que se le ponga el pañal para hacer pis o caca debido al miedo que tienen al ver que algo de su cuerpo cae en el wáter o porque se sienten incómodos al oír el sonido que se produce cuando hacen pis o caca.

Antes estos casos podemos llevar a cabo un programa de desensibilización.

- ❖ El niño evita hacer caca y se pone tenso y rígido.

El estreñimiento es uno de los problemas frecuentes en los niños con Autismo, que puede ser debido a la restricción en su dieta. También hay otros que intentan contener las ganas por el dolor que sienten al expulsarla.

Ante la resistencia de hacer caca provocada por el dolor que le produce debido al estreñimiento podemos hacerlo siguiente:

- Evitar darle alimentos que dificulten el tránsito intestinal y aumentar la cantidad de fibra en la dieta.
 - Crear la rutina en el niño de que permanezca sentado en el wáter durante unos minutos mientras está entretenido con algo.
 - Consultar con el pediatra si observamos que el estreñimiento persiste en el tiempo.
- ❖ Durante la noche continúa necesitando pañal, aunque por el día tiene adquirido el control.

Por lo general, la mayoría de los niños necesitan más tiempo para adquirir el control de esfínteres nocturnos. Hasta que el niño no ha adquirido bien una conducta y está preparado para aprender otra nueva no lo debemos hacer. Cuando el niño nos ha demostrado que es capaz de estar varias noches sin mojar el pañal, podemos comenzar teniendo en cuenta algunos puntos:

- Reducir la cantidad de líquidos unas horas antes de que el niño se vaya a la cama.
 - Antes de acostarse, crear la rutina en el niño de hacer pis.
- ❖ El niño únicamente es capaz de utilizar el wáter de casa.
En los niños con Autismo, es frecuente encontrarnos con niños que se niegan a utilizar un wáter diferente al de su casa. Pueden rechazar el del colegio porque se sienten incómodos por tener que ir todos juntos o porque es diferente al de casa.
Una vez que el control de esfínteres está totalmente adquirido en casa, debemos generalizarlo a otros baños diferentes. Esto lo podemos conseguir, permitiendo al niño que utilice los mismos accesorios que utiliza en casa como puede ser el adaptador, pero controlando las condiciones ambientales, y asegurándonos que es un entorno agradable para él.
En el proceso de generalización es fundamental que en los centros educativos utilicemos las mismas agendas y los mismos apoyos visuales que se utilizan en casa y que se establezca y se mantenga una rutina clara a la hora de ir al baño (antes de ir al patio, o después de la comida).
- ❖ El tirar de la cadena es un juego para el niño.

Algunos de los niños con Autismo asocian el tirar de la cadena a un juego. Este es un comportamiento muy común entre estos niños. Para evitar este tipo de comportamiento, los adultos debemos anticiparnos a esta conducta y proponerle actividades alternativas y que sean incompatibles con la conducta que queremos evitar que se lleve a cabo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 62 – NOVIEMBRE DE 2014

BIBLIOGRAFIA.

LUJANO, C. **Control de Esfínteres: Una Propuesta Para La Escuela Infantil.** Ed: Alertes Barcelona 1999.

MOLINA, L. **La Escuela Infantil: Acción y Participación.** Ed: Paidós Barcelona 1992.

RIVIERE, A; MARTOS, J. **El niño pequeño con autismo.** Ed: Autor- Editor, 2000

Autoría

- Nombre y Apellidos: M^a Dolores García Ruiz
- Centro, localidad, provincia: EOEP Parla Madrid
- E-mail: mdgarciruiotmail.com