



# ABC del entrenamiento para ir al baño

## Consejos y Recursos

Los niños aprenden repitiendo cosas. Una de las cosas que deben aprender es a cuidar su propio cuerpo. Los padres pueden ayudarlos creando rutinas agradables y enseñándoles con calma.

- A. Cuando su hijo tenga 18 meses o más, busque pistas que le ayuden a ver si está listo para aprender a ir al baño. Ejemplo: su hijo pide un pañal o una camisa secos
- B. En el juego y las rutinas diarias, ayude a su hijo a que aprenda a cooperar. Tomen turnos para decidir qué hacer a continuación. ¡Concéntrese en los desafíos o frustraciones del niño a lo largo del día y hágalos divertidos!
- C. Asegúrese de estar listo para ayudar a su hijo a que aprenda a ir al baño.
  - Prepárese leyendo acerca de este proceso.
  - Introduzca un orinalito o bacinica
  - Cree una rutina para guiarlo a usted y a su hijo.
  - Apoye el aprendizaje del orinal con sonrisas, canciones y rimas.
  - Use muchos elogios: "¡Llegaste al orinal antes de orinar! ¡Hurra!"



Mantenga la calma y no se rinda. Trate de ver los desafíos a través de los ojos de su hijo. Tenga presente que ocurrirán accidentes. Planifique cómo va a responder.

- Diga una frase tranquilizadora como "Está bien que ocurran accidentes".
- Maneje los accidentes como eventos normales: "Busquemos una toalla y limpiemos juntos".

### Para más información puede leer:

- Jamie Glowocki, Es hora de ir al baño: Guía para el temido momento de dejar los pañales
- Steve Herman, Enseña a Tu Dragón a Ir al Baño

