

# Estrategias para acompañar el proceso de control de esfínteres

El proceso de control de esfínteres es uno de los que más generan ansiedad en algunas familias. Por ello, queremos compartir algunas sugerencias para que acompañes asertivamente a tu hijo en este proceso.

Cuando sientas que tu hijo ya está preparado, ten en cuenta:

## 1

Haz del baño un espacio amable y accesible para tu hijo, en donde tenga a su alcance los elementos necesarios como un adaptador para el inodoro o en su defecto escaleras para alcanzar el inodoro, papel higiénico, jabón y toalla.



## 2

Ve al baño cuantas veces sea necesario, así tu hijo no logre hacer nada, y estímulo con frases motivadoras como, "la próxima vez, lo lograremos".



## 3

Involucra a tu hijo en la compra de ropa interior, y permítele escoger la que desee. Luego, enséñale la forma correcta de ponérsela y quitársela.



## 4

Comparte con tu hijo algunas lecturas de cuentos sobre ir al baño, con el fin de hacer de este momento una situación divertida e interesante.



## 5

Demuestra tranquilidad en este proceso, incluso cuando ocurran accidentes. Siempre ofrécele palabras de ánimo y de confianza que lo motiven a fortalecer su autonomía.