



Pensamientos Para Niños "L"

Red de Educación Para Padres 500 W. Lott St, Suite A Buffalo, WY 82834
Línea Gratis 1-877-900-9736 o (307) 684-7441; S Internet: www.wpen.net

Entendiendo y Manejando el Orinarse en la Cama

A través de los Estados Unidos cada noche, alrededor de 6 millones de niños van al baño, son arrojados en la cama, van a dormir, y algunas veces mientras duermen, ellos mojan sus camas. Mojar la cama es una condición muy común en los niños y algunos adolescentes. Los padres algunas veces se preocupan acerca del problema de orinarse en la cama en los niños después de la edad de 4 o 5 años, pero el simple orinar-durmiendo en niños menores de 6 años de edad es tan común que no llama una acción especial. El nombre medico para orinarse en la cama es "enuresis". Enuresis no tiene nada que ver de como a un niño se le enseña a usar el baño, tampoco es una indicación de problemas físicos o emocionales. Los padres deben de entender que los niños raramente se orinan a propósito y usualmente se avergüenzan cuando despiertan en una cama mojada.



Hechos que los padres deben saber acerca de orinarse en la cama:

- ✓ Los niños no orinan la cama a propósito.
- ✓ Aproximadamente el 15 % de los niños mojan la cama después de los 3 años de edad.
- ✓ Muchos mas niños que niñas orinan su cama.
- ✓ Orinar la cama se da en familias.
- ✓ Usualmente orinarse en la cama se para cerca de la pubertad.
- ✓ la mayoría de los que orinan la cama no tienen problemas emocionales.
- ✓ Es normal que haya espacios entre el control de la vejiga del día y la noche.
- ✓ Muchos niños dejan de orinar en la cama para el momento en que van a la escuela.

Cosas que los padres pueden hacer para ayudar a los que orinan en la cama:

- Entender que los niños no mojan la cama a propósito.
- Sea paciente y sensitivo; los cuerpos de los niños tienen que desarrollarse antes de que ellos tengan el control de la vejiga toda la noche.
- Limitar los líquidos antes de la hora de acostarse para que la vejiga no este muy llena.
- Animar a su hijo a ir al baño antes de la hora de dormir.
- Despertar a su niño durante la noche para ir al baño.
- Proporcionar pañales que los niños se los puedan subir u otro calzón que absorba la humedad o protectivo.
- Ponga un hule para protección en la cama.
- Elogie a su niño cuando el despierte seco.
- No castigar o burlarse de el cuando el despierte orinado.

“Mojar la cama no se para mágicamente a la edad de cuatro o seis, y algunas cuentas indican que 25% de 7 a 10 años de edad todavía se mojan en la noche. Es común, aunque es vergonzoso y a menudo no lo discuten abiertamente. Esto pasa con los 2 niños y niñas, y el género no altera la manera recomendada. Discutir esta preocupación con el pediatra de su familia en un examen físico anual de su niño. El [o ella] le asegurará a usted y a su niño que el mojar la cama es común.

Fuente: Karen Renshaw Joslin, Como ser padres positivos de la A a la Z 1994.

¿Porque los niños orinan la cama?

- ✚ La razón más común es la falta de desarrollo físico. Los cuerpos de los niños se desarrollan en diferentes tiempos. Algunos niños tienen vejiga pequeña y necesitan vaciarla con más frecuencia, y hasta que ellos desarrollen más control en esos músculos, accidentes mojando la cama pasarán — en ambos en el día y en la noche.
- ✚ Algunos niños se duermen profundamente y simplemente no se despiertan cuando su vejiga esta llena. A menudo, orinarse en la cama despierta a los niños, pero es demasiado tarde para parar el flujo de la orina.
- ✚ Mojar la cama puede ser un problema hereditario. si uno o ambos padres mojaron la cama de niños, entonces es probable que sus niños mojen la cama. Ellos, también, crecerán de esta condición.
- ✚ Es posible que el niño tenga problemas con la vejiga o riñón, alergias, o cualquier otro problema físico menor que necesite atención médica. Para que su mente descanse y para ayudar a su niño, sería una buena idea hacer una cita con su doctor familiar para explorar el problema.



Puntos Importantes para Recordar:

- Mojar la cama es una condición común para niños que puede no tener accidentes durante el día.
- Padres y otros miembros de la familia necesitan tener calma sobre tales accidentes que son una parte natural del desarrollo de la niñez.
- Mojar la cama no debe ser una causa para enojarse en la parte de los padres o vergüenza en la parte del niño.
- No ridiculizar, burlarse, o castigar a su niña cuando ella moja la cama. esto solo hará la situación peor y reducirá sus sentimientos de autoestima.
- Tenga fe que con el tiempo, el será capaz de dormir toda la noche sin mojar la cama — todo es parte del crecimiento.
- Proporcionar pañales entrenadores, calzones impermeables, y un colchón impermeable para proteger el colchón.