

Sugerencias para **La Capacitación en el Uso del Inodoro**

(Suggestions for Toilet Training)

- 1. Entrenar a un niño/a a usar el inodoro puede ser frustrante. Tome la decisión de realizar esta actividad de una manera positiva y relajada.*
- 2. La coordinación también parece ser importante. Se tiene mayor éxito cuando los padres esperan ver señales tempranas de que los niños están listos. Éstas podrían incluir estar seco durante la noche, expresar un interés en "el inodoro", la conciencia de que ellos tuvieron una defecación u orinaron (normalmente entre los dos y los tres años de edad).*
- 3. Piense por adelantado y reúna el equipo correcto (un pequeño inodoro infantil, pañales apropiados, "pull-ups" y libros para niños, etc.).*
- 4. Al principio, ayuda que se lleve al niño el inodoro frecuentemente, pero no por mucho tiempo. Trate de llevarlo al inodoro como la primera actividad en la mañana, antes y después de la siesta, después de las comidas, después de los bocadillos, y antes de las salidas.*
- 5. Cada intento debe ser planeado y conviértalo en una actividad divertida, con muchos elogios por cada cosa que ellos hagan, por ejemplo, "Oh, tú te sientas allí como una niña grande, ¿no es así?".*
- 6. Decida por adelantado que usted aceptará todos los accidentes como si ellos no fueran absolutamente un problema. Usted puede decir cosas como, "Oh, está bien, apuesto que tú aprenderás a usar el inodoro pronto, ¡tú eres tan inteligente!".*
- 7. Si ellos tienen éxito usando el inodoro, ofrezca una pequeña recompensa que vaya con el elogio.*
- 8. Recuerde que este aprendizaje es a largo plazo. Esto puede tomar varios meses y puede tener algunos "accidentes" a lo largo del camino.*
- 9. Si usted se encuentra perdiendo su temperamento y no está siguiendo su plan, hable con un profesional acerca de eso (como con una especialista en la salud, trabajador social, consejero) y obtenga ayuda más detallada.*