

Control de esfínteres: ¿Un tema de mamá o mío?

La cultura occidental ha impuesto la exigencia del control de esfínteres alrededor de los dos años de edad, con lo que este tema se ha convertido en TODO UN PROBLEMA.

Si la referencia cultural hubiese decidido que el ser humano debe comenzar la marcha alrededor de los 9 meses, el caminar se hubiese constituido también en un problema, y se hubieran generado discusiones y teorías varias sobre cómo favorecer el aprendizaje de la marcha en los niños, con la inevitable preocupación de los padres de niños de un año o de 14 meses que no estuviesen aún maduros para caminar. Sabemos, por simple contemplación, que la edad media del ser humano para el inicio de la marcha es alrededor del año.

Si contempláramos, sin prejuicios, el proceso natural del control de esfínteres, estaríamos ante la evidencia de que los niños la realizan después de los tres años, algunos incluso después de los tres años y medio, sobre todo si se trata de varones.

Sin embargo, los adultos estamos muy ansiosos con este tema y no queremos perder el tiempo!. Dice pis y ya suponemos que está listo. Dice caca e interpretamos que es tiempo de sacar definitivamente los pañales!!!. Esto significa que le arrebatamos el sostén, la contención, la seguridad, el contacto, el olor, en fin, una parte de sí mismo y para colmo...¿¡¡consideramos que les estamos ayudando a crecer!??.

El niño no tomó ninguna decisión, apenas nombró algo que empieza a tener existencia para él. Las sensaciones de placer en la evacuación tienen un nombre específico que aprendió de la mamá y simplemente las dice. Avisa. Se da cuenta. Retiene. Expulsa. Goza.

Entre el reconocimiento de un funcionamiento específico de su cuerpo, y la madurez neurobiológica para controlarlo hay un tiempo adecuado, a veces de uno o dos años!!!

Sacar los pañales porque “llegó el verano”, decidir que ya tiene que aprender porque cumplió dos años, son comportamientos violentos que responden a la incomprensión de la especificidad del niño pequeño y de la evolución esperable de su crecimiento.

Cabe preguntarnos: ¿por qué los adultos estamos tan ansiosos y preocupados por la adquisición de esta habilidad, que como otros aspectos del desarrollo normal de los niños, llegará a su debido tiempo, es decir cuando el niño esté maduro?.

Controlar esfínteres no se aprende por repetición como leer y escribir. Se adquiere naturalmente cuando se está listo, como la marcha o el lenguaje verbal.

Digámoslo claramente: las mamás lucharán contra el pis que se escapa, las bombachas y calzoncillos mojados, las sábanas y colchones al sol, los pantalones interminables para lavar si creen que sus hijos “deben aprender” esta habilidad y que son capaces a los dos años de llevarla a cabo.

En cambio, si dejamos a los niños en paz, después de los tres años e incluso cerca de los cuatro años (sin olvidar que cada niño es diferente), simplemente un día estarán en condiciones de reconocer, retener, esperar, hacerse cargo de sus ganas de ir al baño, sin más trauma y sin más vueltas que lo que es: controlar con autonomía sus esfínteres.

A mi consultorio llegan constantemente casos de niños con problemas de enuresis de 5, 6, 7, 8 años y todavía más. Invariablemente les han sacado los pañales alrededor de los dos años. Los casos de enuresis son MUY FRECUENTES, pero habitualmente no nos enteramos PORQUE DE ESTO NO SE HABLA, quedan como secretos de familia.

He comprobado a lo largo de los años, que cuando las mamás aceptan mi sugerencia de volver a poner los pañales (caras de horror), los niños los usan el lapso que hubiesen necesitado desde el momento en que se los sacaron hasta que hubiesen podido controlar esfínteres naturalmente. Como si recuperaran el tiempo que les fue quitado. Y luego, sencillamente se acaba el “problema”.

Podemos comparar esta situación a la de un adulto que toma 10 clases de inglés. Viaja a EE.UU., y siente que se puede comunicar fácilmente. Está entusiasmado. El tercer día está un poco cansado, extraña su cama, perdió un ómnibus de excursión...y entonces no consigue pronunciar correctamente ni dos palabras en inglés para hacerse entender. Apenas la situación emocional se fragilizó, esa habilidad sostenida por un hilo se desarma.

Esto mismo ocurre con los niños, que frente a la demanda de los adultos hacen grandes esfuerzos para controlar sus esfínteres, pero ante cualquier dificultad emocional -por pequeña que sea- se derrumba el esfuerzo desmesurado y se escapa el pis. Luego vienen las interpretaciones: “me tomó el tiempo”, “me lo hace a propósito”, “él sabe controlar pero no quiere”; aseveraciones que acrecientan la frustración de todos.

Entiendo la presión social que sufren las mamás. Hay jardines de infantes que no aceptan niños en salas de tres años sin pañales. Hay pediatras, psicólogos y otros profesionales de la

salud, además de suegras, vecinas, amigos bienintencionados que opinan y se escandalizan. Yo espero humildemente que alguna vez nos demos cuenta del grado de violencia que ejercemos contra los niños, envueltos en exigencias que no pueden satisfacer y que se transforman luego en otros síntomas (angustias, terrores nocturnos, llantos desmedidos, enfermedades, falta de interés) que hemos generado los adultos sin darnos cuenta. Acompañar a nuestros hijos es aceptar los procesos reales de maduración y crecimiento. Y si sentimos rechazo por algún aspecto, entonces preguntémonos qué nos pasa a nosotros con nuestros excrementos, nuestros genitales y nuestras zonas bajas que nos producen tanto enojo. Dejémoslos crecer en paz. Alguna vez cuando sea el momento adecuado, controlarán sus esfínteres, así como una vez pudieron reptar, gatear, caminar, saltar, trepar, ser hábiles con sus manos, etc.

No hay nada que modificar, salvo nuestra propia visión.

Laura Gutman (Terapeuta familiar, autora de "La maternidad y el encuentro con la propia sombra" y "Puerperios")