



## **EL CONTROL D'ESFÍNTERS- LA RETIRADA DEL BOLQUER**

En la relació entre dos individus, independentment de l'edat, s'hauria de vetllar pel respecte. Quan parlem de la retirada del bolquer serà bàsic no forçar els ritmes, tenir presents les inquietuds, les preferències, la voluntat dels infants. Els protagonistes del procés són ells, i per tant, han de poder decidir. Quan ens donen l'oportunitat de decidir, se'ns permet gestionar els propis passos i així, sentir-nos molts més segurs.

La retirada del bolquer i el control d'esfínters no és el mateix. El primer fa referència a l'acció decidida (més o menys conscient) de no posar el bolquer, en canvi el segon va vinculat al desenvolupament maduratiu de cada infant. Controlar el pipi/caca no és un procés d'ensenyament-aprenentatge on l'adult hagi d'ensenyar a l'infant dit control. El paper dels pares es basa en observar, acompanyar, proporcionar seguretat i facilitar l'ambient, tot des del respecte.

Algunes consideracions prèvies que podem tenir presents i que ens facilitaran el procés són les següents. Els infants cap als 12-18 mesos comencen a adquirir la consciència entorn el pipi i la caca, però no és fins als 2 anys i mig 3 que la gran majoria comencen a presentar les dues senyals bàsiques necessàries per iniciar el procés de la retirada, explicades més endavant. En referència al canvi de bolquer, quan són nadons els posem en posició horitzontal, però és molt possible que quan ells ja es desplacin amb seguretat vulguin estar drets, tenint un paper més actiu. Cal respectar-ho. De la mateixa manera, cal permetre que entrin i surtin del bany quan nosaltres hi som.

I un cop tenim tots aquests factors clars, com ho fem? D'inici cal que es compleixin dos criteris: tenir consciència d'haver mullat el bolquer i ser conscient de que es mullarà (anticipar). Quan observem que l'infant ja nota que es farà pipi, podem transmetre-li que ens hem adonat d'aquest fet i que pensem que pot ser un bon moment per iniciar la retirada. Evidentment cal plantejar-li en un context tranquil i segur. Si la seva resposta és negativa, vol dir que existeixen resistències, ja siguin per por, inseguretat, dubtes,... Seria convenient respectar-li i per tant, esperar. En cas contrari, quan hi està d'acord, és important que l'impliquem en el procés: la selecció de l'orinal/adaptador que li agrada, la roba interior que el pugui motivar (colors, dibuixos,...), pantalons que siguin fàcils de baixar i pujar,... I que a més a més facilitem al màxim la seva autonomia: alçadors, dispensadors de sabó, tovallola, adaptadors,... Un cop estigui tot preparat, a casa li plantejem que no li posem bolquer i que si necessita que l'acompanyem fins al bany ens ho digui. Si en algun moment s'escapa el pipi, no hem de renyar, humiliar, castigar,... És un pas summament important en el desenvolupament mental, emocional i social de l'infant, i les nostres actituds tendiran a fomentar o no que aquest sigui harmònic. Hi ha autors que plantegen que un cop s'ha retirat el bolquer ha de ser al llarg de tot el dia, mentre d'altres proposen començar durant una estona i quan ja controla i se sent segur, ampliar (ja sigui



temporalment com a nivell d'espais). Sí que és un denominador comú iniciar de dia i no incorporar la nit fins que el control no està adquirit totalment. Òbviament avisarem a l'infant de que aquella nit ja no li posarem bolquer (ell/a ha d'estar-hi d'acord) i que si té ganes de fer pipi, estem segurs que es despertarà i ens avisarà.

Com dèiem d'inici, es tracta d'un procés maduratiu i aquests mai són lineals. Per tant, és possible que hi hagi moments de control i d'altres que no. Davant de determinades situacions (arribada d'un germà, pèrdues, inici escola,...) pot haver-hi "un retrocés". Si és així, no hi ha cap problema en tornar a posar el bolquer i esperar un temps més fins que es torni a sentir segur i preparat.

Per acabar, és important remarcar dos qüestions. La primera és que cal tenir present que tot i aquestes recomanacions generals cada infant i família haurà de trobar en el seu sí l'equilibri al llarg del procés. La segona, plantejar que davant de qualsevol problema com per exemple la retenció de femtes, cal consultar a un professional.

Sara Navarro Arnabat  
Psicòloga (col. 17266) i psicopedagoga.  
Directora d'"Astrolabi, centre de teràpies i autoconeixement"

**Plaça Europa, 1 baixos 1**  
**08730 Santa Margarida i els Monjos**  
**93.186.82.68 / 600.34.30.42**  
**astrolabi.elsmonjos@gmail.com**