



TREURE EL BOLQUER? ÉS EL MOMENT? SÍ? SOM-HI DONCS, SENSE PRESSES!



Treure els bolquers és un gran pas en el creixement dels infants, que depèn més del seu procés maduratiu que de la decisió dels adults. Implica fer-se una mica més grans, controlar més el propi cos i créixer en autonomia i en autoestima. Acompanyar els infants en aquest moment és acceptar i confiar en el seu procés real de maduració i creixement.

Procés evolutiu

El control d' esfínters és una adquisició madurativa que l'infant assoleix quan el seu sistema neuromuscular és prou madur i quan el seu desenvolupament intel·lectual i afectiu li ho permet. Sovint pensem que el millor moment per a fer-ho és quan comença el bon temps. Però en realitat, si cada nena i nen són diferents i cadascú té el seu propi ritme de desenvolupament, deixaran el bolquer quan sigui el seu moment, faci fred o calor.

En general, el procés s'inicia a partir de l' any i mig quan l' infant s' adona que embruta el bolquer. Això no significa que sigui el moment de retirar-lo. Entre els dos anys i mig i els tres anys, molts nens i nenes ja poden controlar esfínters i són ells mateixos qui volen utilitzar l' orinal o el vàter.

Alguns indicadors que ens poden fer pensar que l'infant ja està preparat són, en primer lloc, que sigui ell mateix qui ho demana i manifesta que no vol el bolquer. D'altres senyals són que ja tingui assolida la capacitat de caminar amb seguretat, de seure sol, que accepti una alimentació més variada i sobretot la capacitat de comunicar-se verbalment, fent ús de la paraula, expressant els seus desitjos i fent preguntes...

Es considera que hi ha tres aptituds necessàries perquè els infants facin el pas del bolquer a anar al lavabo:

- 1- Física: Maduració i control de la bufeta, de l'esfínter i la seva musculatura
- 2- Cognitiva: saber quan tenen necessitat de fer pipí i caca.
- 3- Emocional: estar motivat per deixar enrere una situació que els resulta còmoda, és a dir, deixar de portar bolquers i estar preparats per assumir que el pipí i la caca formen part del seu propi cos i percebre'ls com a propis.



Quan s'intenta treure el bolquer abans que l'infant estigui preparat, som els adults els qui hem de controlar els esfínters: corrent darrera seu amb l' orinal a la mà, preguntant-li constantment si en té ganes, tocant-li els pantalons per veure si va moll, i canviant la seva roba un munt de vegades al dia. Aquesta situació resulta molt cansada i estressant i a la llarga podem acabar perdent els nervis i fent-li-ho pagar a la criatura cada vegada que "se li escapa".

És important, doncs, observar si l'infant ja està preparat per fer aquest pas de la forma més natural possible. Sobretot confiar en les seves capacitats, mantenir la calma i la paciència, sabent que s'haurà de canviar i rentar la roba més sovint durant uns dies.

Com fer-ho?

- Quan arriba l' hora de deixar el bolquer, sigui perquè l'infant ho ha demanat o perquè li ho hem proposat nosaltres, podem anar plegats a comprar l' orinal, triar-lo i decidir junts on el deixarem normalment. Hi ha infants que prefereixen l'orinal perquè els permet tenir els peus a terra, d'altres prefereixen el vàter.
- Durant un temps l' anirem usant, traient-li i posant-li el bolquer cada vegada que l' utilitza. Si ja està familiaritzat amb l' ús de l' orinal, li podem proposar de no portar bolquer durant el dia, excepte per dormir (migdiada i nit).
- Podem anar preguntant-li si té ganes de treure's el bolquer i fer pipí al vàter o a l'orinal. Anticipar-nos dient: *"Quan tinguis ganes de fer pipí o caca, m'avisas. Pots seure al vàter o a l'orinal."*
- Evitar preguntar sovint, no fer-nos pesats: *"No tens pipí? Vols que fem un pipí? Tens pipí, tens caca?, Vinga, fes un pipí!"* Donem temps perquè l'infant vagi descobrint les seves pròpies sensacions de la bufeta plena o de la necessitat de fer caca. Ells mateixos aniran regulant-se i veuran quin és el millor moment.
- Si es fa pipí o caca a sobre, evitar renyar i enfadar-nos. Podem demanar-li que col·labori a canviar-se de roba, que la deixi per rentar, netejar el terra si fos el cas. Està aprenent! Hi ha infants que necessiten sentir-se mullats i bruts per comprendre que el pipí i la caca surt del seu propi cos i que és seu. Recordem que els infants tenen sentiments i poden sentir vergonya i que estan descobrint i prenent consciència del seu propi cos.
- És important viure aquest pas amb naturalitat i normalitat i que la vida de la família més propera no giri amb intensitat al voltant del vàter o l'orinal.



- Podem felicitar-lo pels seus avanços, però tampoc de forma desmesurada. Quan més exagerada sigui la felicitació més dolorós és el fracàs quan se li escapi el pipí. I en aquest procés les "escapades" son freqüents i inevitables.

Per a alguns infants, sobretot quan no estan del tot preparats i hi ha molta exigència per part dels adults, treure el bolquer suposa una situació estressant, de por al fracàs, d'ansietat, de negar-se rotundament a anar al vàter... Pot ser que se li escapi el pipí o la caca. De manera que hi pot haver-hi canvis en el caràcter i en la seva actitud. Enrabiades, tristors, poca relació amb els altres, deixar d'estar content o contenta, canvis d'humor, dificultats en el menjar i en la son...

En aquest cas, ens hem de plantejar tornar a posar el bolquer. A l'escola tenim experiències d'infants i famílies preocupades i estressades perquè no s'aconsegueix el control d'esfínters. La nostra recomanació és mantenir la calma, potser no és el millor moment, potser ha nascut un germà, canvis de casa, potser hi ha massa pressió i tensió familiar que fa que l'infant es bloquegi.



El més important és que aquest procés sigui viscut amb tranquil·litat i alegria. Tornar a posar el bolquer no significa anar enrere. Vol dir que no és el millor moment, que ens hem equivocat i que cal rectificar per aconseguir la confiança i la motivació necessària per reprendre més endavant aquest pas. Tenim experiència d'infants que tornant a posar el bolquer han canviat d'actitud, estant contents, tornant a jugar amb els companys, a mostrar-se més participatius, a tenir un millor estat d'ànim i millor autoestima. Una àvia ens deia: "*Des que li hem tornat a posar el bolquer, tots estem més tranquils i li ha canviat fins i tot el caràcter!*" I és que és així. A poc a poc van recuperant la confiança en ells mateixos i quan se senten preparats són capaços de deixar el bolquer per decisió pròpia.

Algunes situacions que ens poden cridar l'atenció

Hi ha infants que durant aquest procés poden fer coses que ens cridin l'atenció. És important no renyar-lo i molt menys riure o fer mofa del que fan. Estan aprenent i descobrint què fa el seu cos.

- Alguns nens i nenes avisen just després de fer-s'ho a sobre.
- Altres ho fan al terra, al darrera d'una porta, en un racó, al costat del WC o l'orinal. Normalment ho fan per veure les seves produccions (o fins i tot tocar-les i jugar-hi)



- A vegades hi ha infants que encara que no portin bolquer durant el dia, el demanen per fer pipí o caca. Pot formar part del seu sentit de pudor, vergonya i intimitat, sobretot si estan en un lloc o amb gent que desconeixen o, per exemple, a la platja.
- Pot passar que durant un temps hi hagi un cert restrenyiment. S'aguanten les ganes de fer caca i no en volen fer. Pot tenir a veure amb la por, la incertesa d'allò que surt del propi cos i a on va a parar quan la tirem al WC. Normalment és una situació transitòria, que dura poc temps i després ja es normalitza. Si no fos així, és convenient consultar-ho amb el pediatre.

El dret a la intimitat

Una de les coses que hem observat a l'escola, és que els infants, igual que els adults, també necessiten de la seva pròpia intimitat. Ja sabeu que a les escoles bressol els WC estan a la vista. Permet a les educadores tenir una visió general de tots els infants i observar amb més facilitat les dinàmiques del grup per ajustar la seva intervenció.

Quan els infants comencen a fer el control d'esfínters i van assolint les seves conquestes, n'hi ha que busquen una roba per tapar-se, o es posen la caixa de fusta que protegeix els vàters. D'altres demanen d'anar a fer pipí o caca quan estem al pati, així poden estar sols a la classe i se senten més tranquils. D'altres ho demanen a l'estona de la migdiada, estem a les fosques, en silenci i no els veu ningú.

Pensem que és un aspecte important a tenir present. Tenir cura de la pròpia intimitat de l'infant, del seu cos, de les seves produccions, fins i tot del temps que s'hi pot estar assegut, que ha de ser prudencial. A l'escola, n'hi ha que aprofiten per jugar a tirar l'aigua, xerrar i jugar amb un company/a, mirar un conte, jugar amb el paper... o simplement per a sentir-se ells mateixos, sentir i explorar el seu propi cos. És un moment de descoberta de les parts del cos més íntimes. De descobrir que les nenes tenen vulva i els nens penis. En parlen, es toquen, riuen, juguen, es descobreixen mentre descobreixen a l'altre.

A casa, també hem de poder respectar i acceptar la necessitat d'intimitat, de poder tancar la porta o ajustar-la, respectar si demana que no el miri ningú. També acceptar que es toqui i descobreixi el seu cos. És des de la confiança i el respecte a les seves capacitats que els infants creixen i descobreixen el món que els envolta.

Abril 2020

[#joemquedoacasa](#)