

Dal pannolino al bagno

Ogni cosa ha il suo tempo. Occorre perciò aspettare il momento giusto. Soprattutto con i bambini. Ecco alcuni consigli che ci aiutano a capire quando è il momento di dire addio al pannolino.

in collaborazione con
www.bravibimbi.it



Non forzatevi a intraprendere questo cammino finché tu e il tuo bambino non vi sentirete davvero pronti. Potrete farlo quando avrai abbastanza tempo da dedicare a questo importante risultato, le energie per seguire i suoi progressi e continuare ad incoraggiarlo quotidianamente.

Come capisco se il mio bambino è pronto?

Ecco qualche segnale:

- Il tuo bambino ti comunica che il suo pannolino è umido o bagnato.
- Il tuo bambino sembra mostrare interesse per il vasino o la tazza del gabinetto.
- Il tuo bambino ti dice che vorrebbe fare i suoi bisogni nel vasino.
- Il tuo bambino comprende e sa seguire delle istru-

zioni semplici.

- Il tuo bambino sembra fortemente a disagio quando il pannolino è umido o bagnato.
- Il tuo bambino riesce a rimanere asciutto per periodi di due o più ore durante il giorno.
- Il tuo bambino si sveglia dai sonnellini con il pannolino asciutto.
- Il tuo bambino riesce ad abbassare e rialzare le mutandine da solo.

Potresti notare questi segni dai 18 ai 24 mesi d'età, ma non è così raro che un bambino arrivi oltre i 2 o 3 anni con il pannolino. Se il tuo bambino va al nido, questo potrebbe essere di grande aiuto. Vedendo e osservando bambini più grandi andare in bagno vorrà fare la stessa cosa.

Come preparo il mio bambino a questo cambiamento?

Anzitutto cerca di rendere il bagno una stanza confortevole. Portalo con te quando vai a fare pipì e cerca di comunicargli serenità e sicurezza nei tuoi gesti. Lascia che veda la pipì e i bisogni nel gabinetto e fagli tirare lo sciacquone. Può sembrare assurdo, ma è da questi semplici gesti che puoi comunicargli la normalità di questo processo. Prima di introdurlo al gabinetto, fagli conoscere il vasino. Mettine uno nella stanza dove passa più tempo (se abiti in una casa su più piani è meglio comprare un vasino per ogni piano della casa) e lascialgli prendere confidenza con l'oggetto.

Spiega al tuo bambino che il vasino è solamente suo, è la sua sedia speciale. Fallo sedere tranquillamente come se fosse una normalissima sedia e non forzarlo a rimanerci: non deve assolutamente considerarlo una costrizione.

Quando il bambino avrà preso confidenza con il vasino, sedendosi regolarmente sopra con i vestiti, prova a farlo sedere senza vestiti e pannolino. Questa seconda fase può far sembrare inutile quella precedente: sbagliato. È essenziale che il bambino stesso abbia lo stimolo e la confidenza adatta a "fidarsi" di questo nuovo compagno, perché anche se un adulto può non capirlo, passare dal pannolino al gabinetto è un cambiamento molto forte nella vita di un bimbo.

Il passo successivo è mostrare al tuo bimbo come funziona il vasino. Prendi dei bisogni da un suo pannolino sporco e mettili nel vasino, poi mostra al bambino come i bisogni vengono portati al gabinetto e gettati via. Lasciagli tirare lo sciacquone e fagli osservare l'intero processo con serenità.

Come si passa dal vasino al gabinetto?

Dopo che il tuo bambino ha preso completa confidenza con l'utilizzo del vasino e dello sciacquone, puoi cominciare a introdurre il passo successivo. Cerca di fargli indossare dei pantaloni larghi e facili da abbassare. Porta il tuo bambino sul vasino non ap-



pena noti il segnale di un bisogno; potresti notarlo dalle sue espressioni facciali o dal fatto che smette improvvisamente l'attività in corso restando fermo.

La maggior parte dei bambini ha movimenti intestinali circa una volta al giorno, normalmente entro un'ora dal pasto, mentre il bisogno di urinare si avverte entro un'ora dall'assunzione di una buona quantità di liquidi.

Resta insieme al tuo bambino mentre è sul vasino. Leggere o parlargli può aiutarlo a rilassarsi e prendere il tutto con serenità. Dimostrati felice e fagli i complimenti quando riesce a fare i suoi bisogni nel vasino, ma non esprimere disappunto e soprattutto non sgridarlo se non ci è riuscito. Sii paziente, sarà un percorso lungo ma pieno di soddisfazioni per entrambi.

Quando il tuo bambino ha imparato ad usare il vasino, puoi cominciare a piazzare un sedile apposito sul gabinetto come tappa successiva.

Le mutandine usa e getta

I medici non sempre approvano l'uso di queste mutandine. Alcuni pensano che il bambino potrebbe confondersi e pensare che tutto sommato va bene bagnare le mutandine, come fossero pannolini. Potrebbe rendere più lento e difficoltoso il raggiungimento dell'obiettivo "gabinetto". Altri pensano che queste mutandine possano rendere il bambino più sereno al cambiamento.

Molti genitori usano queste mutandine soprattutto la notte, quando non è possibile seguire il bambino di continuo e lui stesso ha maggiori difficoltà a controllare la propria vescica.

Che cosa fare se il mio bambino ha comunque dei piccoli incidenti?

Il tuo bambino potrebbe avere un piccolo incidente anche dopo aver imparato ad usare il gabinetto. A volte capita che il bambino sia troppo coinvolto nell'attività alla quale si sta dedicando e perda del tutto la cognizione del resto. Prova a ricordarglielo di tanto in tanto per prevenire questo tipo di problema. Se il tuo bambino ha avuto un piccolo e spiacevole episodio, resta calma e serena. Non punirlo e non sgridarlo: cambialo e continua a incoraggiarlo nell'utilizzo del vasino o del gabinetto.

Quanto ci vorrà per insegnargli ad usare il gabinetto?

Lo diciamo sempre: ogni bambino è differente. Possono volerci dai 3 ai 6 mesi in media per insegnargli l'uso del gabinetto durante il giorno, ma ci vorrà più tempo per riuscire a controllare la vescica durante le ore notturne. È essenziale che tu e il tuo compagno siate pazienti, positivi e di sostegno durante tutto il suo percorso. Se dopo alcuni mesi noti ancora delle persistenti difficoltà, parlane con il tuo medico. Molto probabilmente significa solo che il tuo bambino non è ancora pronto a questo importante cambiamento.

Se il tuo bambino va al nido potrebbe essere di grande aiuto perchè, vedendo e osservando bambini più grandi andare in bagno, vorrà fare la stessa cosa.