

## **Esfínteres: control y autoritarismo**

Si estuviéramos en una isla desierta con nuestros niños, y contempláramos al bebé humano, con la misma celeridad con la que observamos a los animales, constataríamos que el control de esfínteres real se produce mucho más tardíamente de lo que nuestra sociedad occidental tiene ganas de esperar. Lamentablemente, en lugar de examinar cuidadosamente cómo suceden las cosas, elaboramos teorías que luego pretendemos imponer esperando que funcionen.

Hemos impuesto a los niños el control de esfínteres alrededor de los dos años de edad, con lo que este tema se ha convertido en todo un problema. Si observáramos sin prejuicios el proceso natural, estaríamos ante la evidencia de que los niños humanos la realizan después de los tres años, algunos después de los tres años y medio, o incluso después de los cuatro años. ¡Qué importa!

Sin embargo los adultos -sin pedir permiso a los niños- ¡Les sacamos los pañales mucho antes! Esto significa que les arrebatamos el sostén, la contención, la seguridad, el contacto, el olor, agregándoles la exigencia de una habilidad para la cual no están aún maduros. Que el niño nombre "pis" o caca" no significa que cuente con la madurez neurobiológica para controlar dicha función.

Sacar los pañales porque "llegó el verano", decidir que ya tiene dos años y tiene que aprender, responde a la incompreensión de la especificidad del niño pequeño y de la evolución esperable de su crecimiento. Cabe preguntarnos porqué los adultos estamos tan ansiosos y preocupados por la adquisición de esta habilidad, que como otros aspectos en el 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.

Ahora bien, si no estamos dispuestas a rendirnos ante la sabiduría del tiempo interno de cada niño, las mamás lucharemos contra los pis que se escapan, las bombachas y calzoncillos mojados, las sábanas y colchones al sol, los pantalones interminables para lavar, mientras acumulamos rencor, hastío y mal humor en la medida que creamos que nuestros hijos "deberían haber ya aprendido". En cambio, si dejamos a los niños en paz, después de los tres años, o cerca de los cuatro años, (sin olvidar que cada niño es diferente) simplemente un día estará en condiciones de reconocer, retener, esperar, ir al baño, sin más trauma y sin más vueltas que lo que es: controlar con autonomía los esfínteres.

A mi consultorio llegaron durante años niños con problemas de enuresis de 5, 6, 7, 8 años e incluso de mayor edad. La mayoría de ellos, se hacen pis sólo de noche, mientras duermen. 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 eso no se habla. Total quedan como secretos de familia. He comprobado que cuando las mamás aceptan mi sugerencia de volver a ponerles pañales (caras de horror), los niños los usan el mismo lapso de tiempo que hubiesen necesitado desde el momento en que se los sacaron hasta que hubiesen podido controlar esfínteres naturalmente. Como si recuperaran exactamente el mismo tiempo que les fue quitado. Y luego, sencillamente se acaba el "problema". Hay padres que opinan que "es contradictorio volver a poner un pañal una vez que se tomó la decisión de sacarlo". En realidad en la vida probamos, y damos marcha

atrás si es necesario y saludable. Simplemente diremos: "creí que estabas listo para controlar los esfínteres, pero obviamente me equivoqué. Te voy a poner el pañal para que estés cómodo, y cuando seas un poco mayor, estarás en mejores condiciones para lograrlo". Es sólo sentido común. Se alivian las tensiones y finalmente el control de esfínteres se encausa.

Los niños -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".

Entiendo la presión social que sufrimos las mamás. Hay jardines de infantes que no aceptan niños en salas de tres años con pañales. Hay pediatras, psicólogos, y otros profesionales de la salud, además de suegras, vecinas y amigos bienintencionados que opinan y se escandalizan. Pero es posible sortearla con un poquito de imaginación: los pañales son descartables, baratos y anatómicos, lo que les permite a los niños ir a jugar, ir a un cumpleaños, al jardín, sin tener que pasar por la humillación de mojarse en todos lados. Hay quienes no quieren ir al jardín a causa de la probabilidad de hacerse pis. Otros se vuelven tímidos, otros especialmente agresivos mojando cuanto alfombra encuentran a su paso.

Por otra parte, hacer "pis" no es lo mismo que desprenderse de la "caca". Muchos niños que controlan perfectamente el pis, piden el pañal para hacer caca. Es importante que les ofrezcamos lo que están pidiendo, porque nadie pide lo que no necesita. ¿Cuál es el motivo para negárselo?

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 preguntémosnos 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 naturalmente, así como una vez pudieron reptar, gatear, caminar, saltar, trepar y ser hábiles con sus manos. No hay nada que modificar, salvo nuestra propia visión.

**Laura Gutman**