



GUIA PARA PADRES: ENURESIS

La enuresis nocturna es la emisión incontrolada e involuntaria de orina durante el sueño en niños a partir de 5 años (edad en que se considera que el niño debería controlar sus esfínteres). Es un problema muy frecuente y tiene solución

La enuresis se denomina comúnmente con el nombre de: **enuresis, mojar la cama, "hacerse pis", incontinencia infantil, pis nocturno, etc .**

La mayoría de los niños que presentan enuresis nocturna controlan la micción durante el día, pero se hacen pis durante el sueño.

Se distinguen dos tipos de **enuresis nocturna** :

ENURESIS PRIMARIA	Niños a partir de 5 años, que nunca han aprendido a controlar la micción.
ENURESIS SECUNDARIA	Niños que tras un período de control (superior a 6 meses) , vuelven de nuevo a hacerse pis por la noche.



CLÍNICA PSICOLÓGICA
JUAN DE BORBÓN
Avda. D. Juan de Borbón nº28 4ºd
30007 MURCIA

La mayoría de los niños consigue el control diurno entre los dos y tres años; el nocturno puede tardar bastante más: uno de cada diez no lo logra antes de los seis años de edad. A partir de esta edad, si el niño sigue orinando en la cama, busque orientación profesional.

CONSEJOS

- **La enuresis no depende de la voluntad del niño**, sino que se trata de un retardo para alcanzar el control de la micción. Evite cualquier tipo de reproche, burla o castigo.
- **No ponga pañales a su hijo**. El niño al no sentirse mojado se "acomodará" al problema y la enuresis se mantendrá por más tiempo..
- **No restrinja al niño la ingestión de agua**. Además de ser molesto para el niño, le privará de las sensaciones y mecanismos necesarios para conseguir un control total de esfínteres.
- **No levante a su hijo por la noche** para hacer pis, ya que el momento en que el niño despierte no coincidirá con la sensación de vejiga llena por el niño. Será un esfuerzo inútil y no lograrán que el niño aprenda el reflejo de la micción.
- **No realice usted todas las labores cotidianas asociadas a mojar la cama. Haga que el niño coopere** retirando las sábanas mojadas, cambiándose de ropa...
- **No transmita al niño su preocupación** por el problema. En vez de ello, **póngale solución**.
- Una vez que el niño tenga la edad apropiada para **iniciar el tratamiento de la enuresis, no lo demore y evite que se instaure el problema** de la enuresis.