

Enuresis nocturna

La continencia de esfínteres de un niño es un proceso que toma tiempo y requiere paciencia y comprensión. La mayoría de los niños no son capaces de contener voluntariamente sus esfínteres hasta que tienen entre 2 y 4 años. Algunos de ellos son capaces de estar secos durante el día. Otros pueden no estar secos durante la noche hasta que son algo mayorcitos. Orinarse en la cama durante el sueño se denomina enuresis, lo cual es normal y muy común entre preescolares. Afecta alrededor del 40% de los niños de 3 años. Las causas de la enuresis no están completamente definidas pero se considera que las razones podrían ser dos principales:

- La vejiga del niño no está suficientemente desarrollada para mantener la orina por una noche completa.
- No es capaz de reconocer cuando su vejiga está llena, levantarse y orinar en el baño.

A menudo un niño que ha estado controlando sus esfínteres durante la noche, súbitamente empieza a orinarse en la cama por las noches. Cuando esto ocurre es usualmente debido a estrés en la vida del niño (ej.: un nuevo bebé, una mudanza o un divorcio). Algunos niños que han sido abusados sexualmente pueden presentar enuresis. En caso de que su niño empezara a tener enuresis después de haber controlado sus esfínteres, su pediatra realizaría una evaluación para identificar el elemento estresante o alguna enfermedad que cause el problema. Actualmente muchos padres temen que su niño con enuresis pudiera tener alguna enfermedad en su aparato urinario. En la práctica menos del 1% de los niños tienen un problema como infecciones renales o vesicales, diabetes y defectos mayores en el aparato urinario como causas de enuresis.

Consejos para enfrentar la enuresis. Un pequeño número de niños que mojan la cama no responden a ningún tratamiento. Afortunadamente cada año que pasa la enuresis disminuye a medida que el niño madura. Mientras esto ocurre es importante que los padres le transmitan confianza y comprensión. Asegúrese que su niño entienda que mojar la cama no es culpa suya y que va a mejorar con el tiempo. No se lo debe presionar hasta que su cuerpo esté preparado. No importa cuanto lo intente su niño, este problema está más allá de su voluntad y lo único que conseguirá es frustración al observar que no lo puede evitar. Explique a otros miembros de la familia sobre todo hermanos que no deben burlarse del niño con enuresis porque no lo hace a propósito.

Estrategias de tratamiento.

- Llevar al niño/a al baño antes de acostarse y evitar consumir muchos líquidos antes de acostarse.
- Usar dispositivo de alarma para enuresis si el niño tiene de 7 a 8 años.
- Proteja el colchón de la cama del niño con una cubierta plástica o impermeable.
- Permítale a su niño/a que ayude a cambiar y limpiar las sábanas.
- Otros tratamientos como medicamentos o cirugía, los debe discutir con el pediatra o el especialista en urología pediátrica.