

## ORIENTACIONES PARA INTERVENIR ANTE LA ENCOPRESIS

### Consideraciones:

Si un niño/a, con más de tres-cuatro años, no hace caca con un horario regular o en el sitio adecuado, se le considera encoprético. La encopresis puede consistir en la deposición completa o, simplemente, manchar la ropa interior.

### Apunte de programa:

#### *Normas generales :*

- **No castigarle, ni reñirle** por hacerse caca encima.
- **No compararlo** con hermanos o amigos, y mucho menos si son más pequeños
- Controlar que **nadie lo ridiculice** ni se burle de él.
- **No exteriorizar preocupación** por el problema del niño: decirle abierta y sinceramente que ese es un problema suyo, pero que los demás están dispuestos a ayudarlo si él quiere.
- Explicarle de forma clara y sencilla el **mecanismo** de la defecación y la forma de contener la caca.
- **Alabarlo cuando retenga** durante un periodo considerable e irlo aumentando progresivamente.
- El niño debe conocer los resultados continuos de su tratamiento, de sus avances y consecuciones. **Llevar diariamente** la HOJA DE CONTROL.
- Si el niño es **estreñido** se le puede ayudar mediante una dieta rica en **fibras y remedios naturales** (semillas, salvado, etc), y con **ejercicios físicos** que favorezcan los movimientos intestinales.
- Es conveniente llevar a cabo un sistema de reforzamiento de la conducta adecuada mediante la anotación en la hoja control de los puntos conseguidos y cual es la recompensa que se obtiene.

#### *Procedimiento para enseñar a controlar la defecación:*

- Inicialmente **seguir utilizando pañales**. **Quitarlos** desde el momento que haya el **mínimo control**.
- Anotar el “**horario** “**para** ir al water: el horario ideal será 10 ó 15 minutos antes de las horas más frecuentes de eliminación.
- Llevarlo al water cumpliendo el horario, o cada vez que el niño lo pida o lo manifieste; aprender a reconocer **los signos** de tener ganas de hacer caca: quedarse quieto, ponerse colorado, en cuclillas, etc.
- Para favorecer **la creación del hábito**, se debe usar, en la medida de lo posible, el mismo lugar, la misma hora, las mismas palabras, etc.

- Es aconsejable usar el **water normal** desde el principio. Si el niño es pequeño, utilizar una "adaptación" para la taza del water y un taburete para los pies.
- **No distraer su atención** con juguetes, ni hablándole. En los casos en que el niño tenga asociada una **fuerte ansiedad** al water, si será conveniente "**hacerle agradable "ese lugar** mediante tebeos, cuentos, juguetes, etc.
- En el water permanecerá sentado durante **cinco minutos**.
- Si hace caca, alabarlo y **RECOMPENSARLO** inmediatamente.
- Asociar siempre la palabra "CACA" al hecho de defecar.
- **Si no** hace caca, **sacarlo** del cuarto de baño durante **diez minutos**.
- Volverlo a sentar en el water durante otros **5 minutos**.
- Si tampoco hace caca, sacarlo definitivamente **sin reñirle** y sin comentarios.
- No volverlo a llevar hasta la segunda hora programada o hasta que haga "**señales**".
- A medida que se vayan produciendo éxitos, **ir disminuyendo la presencia del adulto** en el cuarto de baño: empezar por salirse cuando sea capaz de estar sentado durante 5 minutos sin ayuda ni advertencias. Volver para alabarlo y **RECOMPENSARLO** por hacer caca en el sitio adecuado.

### ***Tratamiento específico del trastorno***

Este tratamiento se aplicará única y exclusivamente cuando el trastorno encopréptico persista.

- Dar un **laxante** por la noche.
- La mañana siguiente, al levantarse, antes de desayunar, el niño **irá al water**.
- Si pasado un tiempo prudencial, 10 minutos, no hay defecación, se le pone un **enema** (de agua tibia) para asegurar que ésta ocurra antes de ir al colegio.
- En el momento de hacer caca, el niño es **recompensado** con algún objeto de su interés y es **alabado** por haber defecado. La recompensa será mayor si no es necesario el enema.
- Al volver del colegio, se le examina la ropa, si está limpio será recompensado, si está sucio, se le "castigará" con 15 minutos de **aislamiento** sin más comentarios ni riñas.
- Una de las recompensas más efectivas para la inmensa mayoría de los niños es la que llamamos "**TIEMPO CON LOS PADRES**", que consiste en un periodo de tiempo de 15 o 20 minutos, en el que los padres harán lo que diga el niño: jugar, contar cuentos, dar un paseo, etc.
- Como sistemas de reforzamiento se puede usar un **GRÁFICO DE ESTRELLAS**, las estrellas se canjearán por " TIEMPO CON LOS PADRES".
- Después de **DOS SEMANAS** sin encopresis, se inicia una retirada progresiva del programa comenzado con los laxantes.