

Fraldas nunca mais

Com 1 ano e meio a criança está pronta para fazer xixi no penico. Mas vai precisar da orientação e, claro, muita paciência dos pais

Quer tirar a fralda do seu bebê? Pois saiba que não basta deixar a criança pelada, fazendo xixi à vontade. “Ela só conseguirá se livrar das fraldas se for preparada para isso”, avisa o pediatra Renato Lopes de Souza, da Universidade Federal de São Paulo. O sucesso depende da maturidade do pequeno e da paciência dos pais. Fisiologicamente a criança está pronta para abandonar as fraldas a partir de 1 ano e 6 meses. “É quando adquire o controle dos músculos e nervos do ânus e da uretra”, justifica Souza. Até os 4 anos, no entanto, acidentes ainda são normais.

Para botar em prática essa habilidade, a cabeça do seu filho precisa ser treinada — e aí entram os pais. Mostre a ele as questões que envolvem o troninho. O xixi na fralda, o cocô que vai embora na descarga e a importância dos hábitos de higiene são algumas lições. É importante perguntar se ele gostaria de experimentar o banheiro. Aqueles que já estão no ponto costumam mostrar a fralda molhada ou avisam que vão fazer cocô. Também não suportam ficar sujos e pedem para ser trocados. A fralda diurna é a primeira a ser abolida. Uma tática boa é colocar a criança, assim que acordar, no penico ou no vaso sanitário. Nesse caso não se esqueça do redutor de assento, peça fundamental para deixar o baixinho mais seguro diante daquele baita buracão. No início pode ser que ele faça apenas um pinguinho de xixi, mas tudo bem. A partir daí é só levá-lo a cada duas horas ao banheiro. Com o cocô é mais fácil, porque a criança já está habituada a fazer sempre no mesmo horário. Quando o pequeno conseguir controlar o xixi e o cocô e aprender a usar o penico ou vaso sanitário (o que pode levar até quatro meses), é hora de abandonar a fralda noturna. Para isso ele deve dormir em cama, pois pode dar vontade de correr para o banheiro durante a noite. Também é essencial abolir a última mamada. São 250 ml de líquido a menos na bexiga. E a regra principal: antes de dormir a criança precisa fazer xixi. Não é aconselhável deixar passar da época certa para desfraldar. A criança pode se acomodar e, depois, o processo fica mais complicado. Também é péssimo forçar a barra. Quando não está preparado, o pequeno acaba segurando demais

o xixi. Daí, o conselho para os pais é abandonar o processo por uns 15 dias e, então, tentar novamente.