

MéToDo FeRReRóS

M.<sup>a</sup> Luisa Ferrerós

# Adiós al pañal

Cómo quitar los pañales en diez días



# Índice

<b>Introducción</b>	11
<b>Requisitos biológicos previos al aprendizaje del control de esfínteres</b>	13
¿Cómo se aprende el mecanismo del control del pipí?	19
<b>Cómo dejar el pañal de día</b>	23
Preparativos	27
Método para dejar los pañales diurnos en diez días	30
<i>Caso práctico. Lucía deja el pañal en     diez días</i>	37

<b>Cómo dejar el pañal de noche</b>	41
Preparativos	44
Método para dejar los pañales de noche en quince días	46
<i>Caso práctico. A Adrián le cuesta dejar         el pañal de noche</i>	52
<b>Surgen problemas. Cómo saber si el niño     necesita ayuda</b>	57
<b>¿Cómo debemos reaccionar los padres?</b>	65
<i>Caso práctico. Nacho sigue haciéndose pipí         y sus padres han perdido la esperanza</i>	72
<b>¿Por qué no funciona el sistema de control     de esfínteres de nuestro hijo?</b>	75
<b>Qué es la enuresis infantil</b>	81
<b>Causas de la enuresis infantil</b>	89
<b>Factores genéticos y hereditarios de la     enuresis</b>	103
Señales de alerta	107

<i>Caso práctico. Lucas no se despierta por la noche para hacer pipí</i>	110
<b>Cómo ayudarlo. Los métodos más eficaces</b>	115
Método Ferrerós para evitar los escapes nocturnos	119
<i>Caso práctico. El gran éxito de Javi. Nuestro método aplicado</i>	145
Otros métodos contra la enuresis	153
<i>Caso práctico. María lo ha probado todo, pero a sus doce años sigue teniendo escapes</i>	156
<b>Mejor prevenir que curar. Lo que debemos evitar</b>	163
Espacito y buena letra. Creando buenos hábitos desde el principio	168
<b>Respuestas clave a las preguntas más frecuentes</b>	173
<b>Conclusión</b>	185

El método que presentamos tiene una eficacia demostrada del 96 por ciento de los casos en los que se ha utilizado. Nos avalan diez años de experiencia y miles de niños contentos. Es ciento por ciento natural; no se utilizan fármacos, ni medicación alternativa. No son necesarios los aparatos antienuréticos (sensores de humedad). Y, porque cada niño es diferente, es personalizado, adaptado a las necesidades de su personalidad y características.

*Este libro va dirigido a los padres,  
profesores y educadores infantiles que  
diariamente se encuentran frente a esta  
situación, con la intención de ofrecerles  
una solución válida y contrastada*

## **Introducción**

En el camino hacia la autonomía del niño, uno de los momentos clave es el del control de esfínteres.

El pequeño primero empieza a andar, luego aprende a decir sus primeras palabras y enseguida nos encontramos con que ha de olvidarse de los pañales. Surgen entonces algunas preguntas: ¿Qué edad es la más adecuada para empezar? ¿Cuál es la mejor manera de hacerlo?

Existen muchas opiniones diferentes, y en estas páginas queremos ayudar y transmitir nuestra experiencia mediante el método personalizado que hemos creado en estos años de práctica profesional en consulta, colaborando con pediatras y guarderías.

Decir adiós al pañal es un proceso de aprendizaje; hay que enseñar al niño cómo hacerlo y ponerlo en práctica en la edad adecuada. Si no lo hacemos así, favorecemos la adquisición de hábitos incorrectos que luego pueden ocasionar problemas.

El nuestro es un método revolucionario con una eficacia demostrada, tanto en niños con problemas de hábitos incorrectos como con niños que después de un tiempo vuelven a mojar la cama, aunque hayan aprendido correctamente a controlar sus esfínteres.

Aunque el procedimiento a seguir en ambos casos sea diferente, dada la naturaleza específica de las causas que originan que al niño se le escape el pipí, los resultados son igualmente exitosos.

Debemos recordar que este problema afecta a un 20 por ciento de los niños y que si no se interviene a tiempo, suele persistir hasta la adolescencia, con las dificultades que eso acarrea, tanto a los padres como a los pequeños. En España hay alrededor de siete millones de familias que conviven con este problema.