

¡Qué rabia!... tendría que quedarme despierto toda la noche... Todavía esta noche... Me desperté todo mojado, y ya era muy tarde... Mi hermano se queja de que huelo mal, pero no es culpa mía. Mamá no dice nada, pero yo bien veo que no está contenta. Y además ¿por qué se lo ha contado a mi profe?

¿Seré un día como papá?

Me gustaría que mamá me cogiese en sus brazos y me riñese, pero nada...

Sin embargo, lo han ensayado todo: primero, mamá me hacía levantar todas las noches para hacer pi-pi. Lo mismo hace cuando va a casa de los amigos, me hace levantar, pero como estoy medio dormido, no soy capaz de hacer nada. Luego me duermo otra vez y entonces viene la inundación...

Papá ha decidido que tengo que lavar las sábanas por la mañana, antes de salir para la escuela, para que vea lo que he hecho. Yo pongo el pijama a secar en el patio, y todo el mundo lo ve. Una idea de nuestra vecina: por la noche, que no beba nada. Pero agua la hay en todo lo que se come, lo he oído en la Tele.

Mamá me ha prometido un tren eléctrico. Es una buena idea, pero lo tendré tan sólo cuando sea mayor: es decir, cuando no moje ya la cama. ¡Tengo la sospecha de que mi tren no va a llegar nunca a la estación!

El tío Pedro le ha explicado a papá que, si cuelga una pizarra cerca de mi cama, yo podré marcar con una cruz los días que no hago pi-pi, que eso me ayudaría a hacer un esfuerzo y que desaparecería la costumbre; pero nada.

Un día, la chica de servicio me enrolló la sábana mojada en la cabeza, pero mamá le riñó, porque eso me puede traumatizar. En su casa me acuesto sobre caucho; eso no me deja dormir, y no quiero volver allí.

Excuso decir que me han llevado a un montón de médicos y que «pis-cólogos», me han hecho dibujar y me han dado montones de medicinas. ¿Es que entonces estoy enfermo? Pero ¿de qué? Es mi pi-pi lo que no funciona. Confío en que no hagan como en las enfermedades del corazón; sacarlo y poner en su lugar uno de plástico...».

PABLO

Dejar que funcione la naturaleza... y el sentido común

¿Sois vosotros de esas personas que lo han «ensayado todo»? Pero, no probar con nada, diréis ¿no es señal de indiferencia? ¿Señal de que no se quiere a ese niño?

La enuresis, para algunos padres, es una realidad banal: la han sufrido ellos mismos o la han visto en sus hermanos pequeños. Saben que un día u otro pasa, sin saber incluso por qué. Saben que sólo se trata de un síntoma: es algo así como una mancha que se trata de sacar de una uña: cuanto más se intenta hacerla desaparecer, más crece.

Si no eres una persona ansiosa, tu niño tendrá menos miedo al acostarse, y los «accidentes» se irán espaciando cada vez más.

Pero si sois unos padres bien informados, y queréis ser tolerantes, aunque os quede algo de preocupación, un buen día el inconsciente os traicionará: una palabra, una mirada, un suspiro, revelarán al niño que no estáis tan tranquilos como aparentáis. O incluso un gesto de impaciencia: ¿vais a lavar las sábanas cantando?

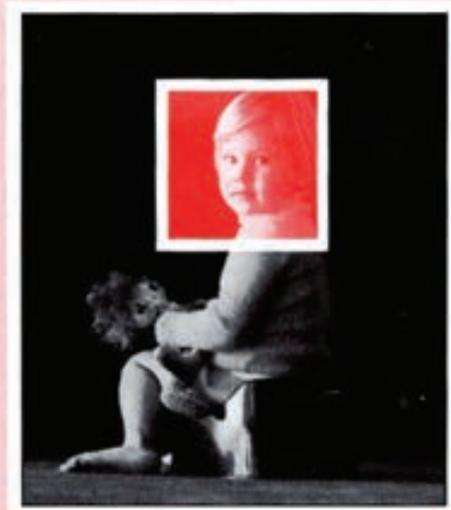
Si se confía en la maduración del niño, es necesario confiar totalmente, de modo coherente: ni amenazas, ni castigos, ni recompensas, ni siquiera felicitaciones. Hacer o no hacer pi-pi en la cama no está ni «mal» ni «bien», desde un punto de vista moral: es un estado en el desarrollo del niño.

No es tan fácil como parece deshacerse de nuestros prejuicios. Además, aunque se consiga, por la cabecita del niño pasan muchas cosas. Tal vez se siente desdichado por ser diferente de los demás, por no poder ir a la nieve... La actitud de sus camaradas o de sus padres puede herirles ¿tal vez se burlan de él?

Ciertos detalles pueden ayudarnos a tener paciencia y, además de tranquilizar al niño, contribuyen a que se mantenga limpio. Estas ayudas sirven también para simplificar la vida práctica: ¿una cama bajita, de la que pueda salir el niño con

facilidad? ¿Una lámpara pequeña de cabecera, comprada por él, para que no tenga miedo por la noche? ¿Un vaso de noche agradable y estable? ¿Una alfombra muy suave, para que no sienta frío en los pies cuando se levante? ¿Una instalación práctica para el secado rápido y discreto de los objetos y las ropas mojadas? De todos modos, una enuresis «sin dolor»...

¿Hablar con el niño? Ciertamente, el silencio dramatizaría las cosas; pero hablar de un modo sencillo, con acento tranquilizador y con verdad.



IDEAS Y RECETAS, UN POCO DE TODO

«**HACER GIMNASIA**»: Aprender a dominar los esfínteres. Entrenarse. «Dejar que salga la orina. Detenerse. Suavemente. ¡Ya!». Ensayad vosotros mismos; no es tan fácil como parece, sobre todo durmiendo. Para tener éxito, hay que tener un sistema muscular bien sólido. Tanto el niño pequeño como el viejo que no tiene continencia son incapaces. Si estos ejercicios divierten al pequeño ¿por qué no? Si se hace a disgusto, no se consigue ningún provecho.

«**UN CONDICIONAMIENTO**»: Se ha inventado el «PIPI-STOP» a partir del aprendizaje de ratas de laboratorio: una gota de orina provoca una ligera sacudida eléctrica o una campanilla que despierta al niño. El interés consiste en que el niño mismo desconecta el aparato y cae en la cuenta de su problema. Pero este proceso también puede resultarle al niño muy desagradable; si este sistema os evoca una pequeña silla eléctrica, hay que hacerle otro regalo diferente al niño...

«**HIDROTERAPIA**»: (Terapia por medio del agua): Se le dice al niño que patalee durante 5 ó 10 minutos sobre un fondo de agua fría, por la mañana. Al mediodía, un baño de asiento de tres minutos, con el agua a 15 grados. Brrr... Que el niño juegue con el agua, si quiere.

«**DESPERTAR AL NIÑO REGULARMENTE**»: Se vigila con atención la hora en que el niño moja la cama. Esto sucede en el momento en que se pasa de un sueño ligero a un sueño profundo, lo que sucede varias veces durante la noche. Se cae en la cuenta de cuando sucede esto, mojando la mano del niño en un vaso de agua: si el sueño es profundo, no hay reacción alguna. Si se despierta, se le pone rápidamente en el orinal antes de que suceda la inundación. Si ya está mojado, se avanza el cronómetro. Esto se hace de dos en dos o de tres en tres horas...

Ahora bien ¿vale la pena este sacrificio? Tal vez, pero se turbará el sueño, el trabajo y la vida conyugal de los padres, y el niño se pondrá cada vez más nervioso. ¡Es el precio de una victoria... que no aseguramos! Buenas noches, de todas formas.

«**NO BEBER**»: Que el niño no beba después de las cinco de la tarde... ¿pero si la sed se convierte en una obsesión? ¿Es el niño un tonel que se llena y se vacía? Ciertos especialistas aconsejan, por el contrario, ponerle un vaso de agua sobre la mesilla de noche. El beberá a su gusto. Confianza. El agua simboliza esa presencia húmeda de la que tiene necesidad.

«**MASAJES**»: Por la noche, al acostarse, dar masaje suavemente, durante diez minutos, en la parte interna de las dos piernas, entre el tobillo y la rodilla. Se trata de un mimo original que, si se tiene paciencia, puede dar muy buenos resultados.

«**LOS PAÑALES**»: Se le deben poner al niño, o no? Si se le ponen, es como mantenerle en su status de bebé. No ponérselos, es permitirle un mejor control de sus deseos, se siente mojado, tiene frío; pero tal vez, lo que él busca, es este tipo de castigo —...y además, si moja las sábanas, el colchón, ¡qué esclavitud para los padres; qué prueba para sus compañeros de habitación! Las compresas de celulosa, que absorben la humedad, garantizan la comodidad del niño, pues no se siente mojado ni irritado. Por esta causa pueden retardar ligeramente sus progresos, pero simplifican la vida familiar. Pero de todos modos, pasada una cierta edad, son totalmente insuficientes.

«**UN JUGUETE**»: Hay muñecas que hacen pi-pi. El niño puede utilizar su muñeca para enseñarle a estar limpio. Y aprende también para sí mismo, sólo o con la ayuda del adulto, que mide las palabras, los gestos...

«**LA MAGIA**»: Se coge una hoja de papel. Y se escribe en él, con letras muy gruesas la palabra PIPI. Se dobla el papel, se quema en el lavabo y se repite esta fórmula: «Yo no quiero hacer pipi en cama». El papel se ennegrece, y desaparece de la vista en un torbellino de agua. A veces, esto da resultado.

«**LIBROS**»: Se le pueden proponer al niño varios libros sobre el tema: «Yo hago pipi en cama» (Biblioteca de Trabajo, n.º 209 BTJ) y «Yo hago pipi en cama» de Rafi Rosen (Ed. Pierrot, colección Secret): éste es un modo de hablarle del tema.

«**PHYTOTERAPIA**»: (Terapia por medio de las plantas). La mayor parte de los médicos han renunciado a las anfetaminas, que se le daban al niño enurético para impedirle dormir con profundidad. No debemos lamentar que hayan desaparecido. Los amigos de las medicaciones suaves aconsejan las tisanas por la noche, al irse a dormir; por ejemplo, una cocción de aquiles y ánica para beber caliente. Otro remedio: una cucharada sopera de polen mezclado con miel.

Comprender para ayudar

Un padre advertido vale por dos, y una enuresia de la que se conoce la causa podríamos perdonarla a medias. Si se trata de una falta, de una enfermedad, podríamos opinar así; pero lo malo es que no se trata de una falta, ni de una enfermedad, ni de un microbio al que haya que matar.

Los orígenes o causas de la enuresia son complejas, como las fuentes de un gran río. Lo físico, lo psíquico, el ambiente, los condicionamientos se suelen reforzar mutuamente. Si nos fijamos tan sólo en las razones psicológicas, suele decirse que el niño hace pipi en cama porque no quiere hacerse mayor. Esto, normalmente, es verdad, pero la falta de madurez no lo explica todo. A veces, solemos decirle a otra persona: «¡Deja de hacer el niño!» y esa persona, sin embargo, no hace pipi en cama.

Quiero que se ocupen de mí

El niño que moja su cama podría actuar así porque soporta mal el nacimiento de un hermanito: pierde sus privilegios, y por eso quiere estar en lugar del bebé. De este modo trataría de castigar a sus padres, por haberle impuesto un concurrente. Por medio de su «pis», el niño expresaría su agresividad, su deseo de ser el más fuerte. Pero todos los primogénitos celosos no siempre actúan del mismo modo.

Puede suceder también que un pequeño enurético no tolere en absoluto la ausencia de su madre. Se siente abandonado por ella, y no quiere compartirla con su padre. La querría toda para sí. Para otros, la ausencia que echan en falta es la de su padre. O bien echan en falta a los dos, siempre fuera a causa del trabajo, de las diversiones, la intimidad... Mojar la cama significa llamar la atención, obligar a los padres a ocuparse de uno. Pero se da la coincidencia de que un niño demasiado mimado también expresa su malestar, a veces, de la misma manera.

Un síntoma suple al otro

Un mismo contexto educativo, los mismos acontecimientos familiares (cambio de casa, cambio de nodriza, segundas nupcias, etc.) pueden provocar la enuresia en un niño... y detenerla en otro. O bien el niño reacciona por medio de otros síntomas. ¿Por qué el vuestro, cuando la vida le presenta un problema, moja su cama? Cada niño tiene su punto débil, que le sirve para expresar su insatisfacción. Sucede así que, si se le riñe o castiga, renuncia a hacer pi-pi en cama, pero la insatisfacción continúa. Entonces no come, le sale un eczema o se pone a mentir. El problema permanece, sólo ha cambiado el síntoma.

¿Interpretar?

Las explicaciones de este fenómeno, normalmente, se dan en términos sabios, psicoanalíticos: fijación a la madre, complejo de castración, autopunición... Abundan las interpretaciones, que a los no iniciados les parecen ininteligibles. Sin embargo, por muy exactas que sean, el pis sigue su curso...

Además, ¿qué hacer de esas explicaciones? Para detener esa enuresia, los padres no van a dejar de trabajar, de cambiar de casa, de divorciarse... no van tampoco a tirar al recién nacido al cubo de la basura. Y si, por escrúpulos, le dedican más tiempo al mayor, el bebé puede acusar el golpe.

Lo importante es saber que el niño enurético tiene un mundo secreto de sentimientos que dominan sus sueños, y trastornan su conducta. Se le puede influenciar modificando algo en su vida cotidiana, en su entorno, cambiando el modo de estar con él. Se puede acceder a su mundo participando de sus juegos, dibujando con él, contándole historias, escuchando cómo describe sus sueños. Lo que importa es que algo nuevo suceda en el mundo de su efectividad, que pueda tener intere-

ses nuevos, algo que le proporcione ganas de vivir y de hacerse mayor.

Esto puede realizarlo también un psicoterapeuta: una persona gracias a la cual el niño va a encontrar una relación diferente, que se llama «transferencia» y que le ayudará a liberarse de sus dificultades.

Ser de otra manera

¿No hacer nada? ¿Tratar de ser eficaces? ¿Tratar de comprender? Sin duda. Pero tal vez sería mejor que nos esforzásemos en adoptar otra actitud frente al hecho del pi-pi de nuestros hijos. El pi-pi de los niños, pero también el nuestro. Relajar los esfínteres es un medio de expresar las emociones contenidas de miedo, de tristeza, de alegría explosiva... En el cementerio tienen lugar estos «accidentes», así como en el lecho del amor... Una niña pequeña, en el circo, colgada a las espaldas de su padre, las inundaba a cada nueva excitación. Una emoción intensa, que no se ha podido expresar de otra manera, reaparece en sueños, a veces: hay un relajamiento de nuestras tensiones psicológicas, y nuestra coraza muscular cede: adultos, nosotros, hace tiempo, hemos aprendido a descubrir la señal y levantarnos, pero en el niño, que todavía se controla mal, la emoción se libera y viene el diluvio.

Dejemos que nuestro niño exprese sus emociones con ruido, con vehemencia: tiene necesidad de ello; un niño que se expresa con espontaneidad no es necesariamente un niño mal educado.

«Hacer pis» es también un placer: ¿lo saboreamos nosotros, todavía? Eso nos ayudaría a comprender mejor al niño. Recordemos nuestro (¿antiguo?) gusto por las historias de Pi-pi-Caca, nuestra curiosidad por ver orinar a otras personas, nuestra fascinación ante las cataratas que deja el elefante en el zoo, cuando orina. Gustar las sensaciones que provoca la orina: reencontrar su calor húmedo, su dulce contacto, su olor ácido cuando baña las nalgas, la espalda... Los niños, más aún que las niñas, descubren su poder orinando lejos y con fuerza. Y hacen concursos.

A veces sucede que el niño se libera de su enuresia la noche en que descubre la masturbación ¿reemplazará un placer a otro? ¿Nuestra buena educación ha descubierto ya tan al límite todos los placeres que no queda ninguno por descubrir? ¿Hemos transmitido la prohibición a nuestro hijos? ¿Por qué ridiculizamos el orinal? ¿Por qué somos tan púdicos y no somos capaces de transformar los W.C. en verdaderos lugares de comocidades y de satisfacción? ¿Por qué no vemos en lo que sale de nuestro cuerpo más que una cosa sucia, clandestina, de la que uno se desprende con vergüenza? Aliviarse ¿no es acaso una función natural, como comer o respirar? La educación de la limpieza comienza por la aceptación del placer de la suciedad. Antes de educar, liberemos.

Re-encontremos primero en nosotros mismos la alegría permitida de hacer pis, y la expresión espontánea de toda clase de emociones. La incontinencia del niño, entonces, no será ya un misterio para vosotros y, intuitivamente, reaccionaréis con eficacia. ¡Buena suerte!

Si os gustan las precisiones...

A cada uno su enuresia. De cada diez enuresias, ocho son las llamadas «primarias». Siempre han existido. Las otras dos, «secundarias» aparecen por razones de tipo misterioso. Algunas son regulares (todas las noches), otras intermitentes (dos o tres veces por semana) renovadas por la estación, la fatiga, las diversas preocupaciones, los cambios.

La edad más «sensible» es la comprendida entre los 6-10 años. La enuresia desaparece generalmente en la adolescencia, a veces el mismo día en que se ha decidido no volverlo a hacer. Si se mantiene después de esta edad, es conveniente visitar a un médico. Si el chequeo sanitario es negativo, no queda otra solución que ir al psicoanalista.