

10 consigli per lo spannolinamento

L' **eliminazione del pannolino** o fase dello **spannolinamento** è molto delicata e complessa, coincide con la capacità del bambino di controllare gli sfinteri, capacità che **il bambino di solito acquisisce tra i 24 e i 36 mesi**; va specificato che tale riferimento temporale non è rigido, perché i bambini sono diversi tra loro per acquisizioni di competenze, storie di vita e tempistiche personali.

Per comodità elencherò i **segnali utili a riconoscere se un bambino è pronto** a togliere il pannolino:

- **il bambino osserva con interesse i genitori o i fratelli** e sorelle quando vanno in bagno o altri bambini quando usano il vasino o fanno la pipì all'aperto;
- tra un cambio e l'altro il **pannolino è asciutto**;
- il bambino **chiede di usare il wc**, il vasino o il riduttore.

Consigli per un corretto spannolinamento:

1. **iniziare** questa importante fase di cambiamento **quando la mamma** (o il suo sostituto), **si sente serena e tranquilla**, così che possa armarsi di pazienza ed evitare di trasmettere ansia al bambino in questo processo così delicato;
2. **è meglio intraprendere** questa nuova avventura **nella tarda primavera o in estate**, a meno che sia il bambino stesso a farne richiesta implicita od esplicita in un periodo diverso; in tal caso, è importante che la richiesta venga assecondata. È bene educare il bambino alle funzioni fisiologiche urinaria e fecale nel periodo tardo primaverile e estivo, perché fa caldo e il bambino evita di raffreddarsi se non si ha la possibilità di cambiarlo immediatamente, perché è più comodo gestire il cambio degli indumenti e il bambino, a seconda degli ambienti, può girare nudo o quasi (pensiamo alla spiaggia) e rendersi conto di cosa succede quando si avverte lo stimolo;
3. **coinvolgere il bambino nell'acquisto del vasino e delle mutandine** del colore e modello da lui preferite;
4. **introdurre il vasino in bagno intorno ai 18 mesi**, così che il bambino possa prenderci confidenza, anche attraverso il gioco. Per fargli comprendere la funzionalità del vasino, potete utilizzare un suo pupazzo e, sempre sotto forma di gioco, togliere il pannolino al suo amichetto e metterlo seduto sul vasino per fare la pipì. Vanno bene anche quei bambolotti che fanno la pipì, se già ne avete uno, non è il caso di acquistarlo. Quando inizierete la fase dello spannolinamento, direte al bambino che dovrà sedersi sul vasino e fare la pipì, proprio come ha visto fare al suo pupazzo;
5. **preparare la zona del bagno dedicata al bambino**: se usa il riduttore è importante procurarsi un piccolo sgabello, affinché il piccolo sia agevolato nel salire con l'aiuto di un adulto e per appoggiarvi i piedi quando fa la pipì, ma soprattutto la cacca per aiutarsi a spingere: in questo modo le ginocchia rimangono piegate, il bambino è più comodo e si possono prevenire eventuali stitichezze; **lasciare qualche libro sull'argomento** (trovo molto indicato "Chi la fa nel posto giusto?" di A.W. von Konigslow, Ed. Il Castoro) e **qualche giochino** da utilizzare solo quando il bambino è seduto sul water o vasino, per prevenire

- la noia, evitare che si stanchi e stimolarlo ad andare in bagno poiché proprio lì ci sono “quei libri e quei giochi”;
6. alcuni professionisti consigliano di portare il bimbo in bagno a cadenza regolare (ogni 30/60 minuti circa): ritengo che questa pratica possa essere controproducente e provocare un rifiuto per questa nuova fase di apprendimento; utilizzate questo metodo, solo se vedete che il bambino lo accetta di buon grado. **Consiglio l'utilizzo di orari prestabiliti**, che danno sicurezza al bambino: per esempio la mattina appena sveglio, a metà mattina, dopo pranzo, a metà pomeriggio e la sera prima di andare a dormire; chiaramente, accompagnate il vostro bambino in bagno tutte le volte che lo richiede e che avverte lo stimolo;
 7. è preferibile **dire con enfasi** e tono propositivo **“andiamo a fare la pipì?”** e non “devi fare la pipì?”, perché la risposta frequente a quest’ultima domanda sarà “no”;
 8. **fare vedere in modo chiaro al bambino che siamo contente**; complimentiamoci con lui quando usa il vasino o water, **gratifichiamolo spesso**, ma non con oggetti materiali: **le gratificazioni più importanti sono il nostro sorriso e i nostri abbracci**; è contento se battiamo le mani insieme a lui e gli diciamo quanto è bravo e quanto siamo fiere di lui. La gratificazione servirà da stimolo per continuare a provarci e a controllare l'emissione dell'urina.
 9. **Stabilire con il bimbo un regalo speciale** da andare ad **acquistare insieme** se riesce a fare la pipì nel vasino o water per tutto il giorno, senza bagnarsi;
 10. **se al bambino scappa la pipì addosso, non scoraggiatevi, non umiliate e non sgridate il bambino, ma rassicuratelo.**

Quando il bambino riesce a stare tutto il giorno senza pannolino, senza bagnarsi, si può iniziare a togliere il pannolino durante il **riposino pomeridiano**.

Il pannolino di notte va tolto quando lo trovate asciutto per alcune notti di seguito **e non dimenticate di festeggiare le prime notti senza pannolino**, affinché il bambino si senta orgoglioso e sicuro di sé.

Bibliografia

E. Canestrari (1990), [Psicologia generale dello sviluppo](#), Il vol., Ed. C.L.U.E.B., Bologna;
I.M. Josselyn (1976), [Lo sviluppo psico-sociale del fanciullo](#) (Rivista Bimestrale “Psicologia Contemporanea n° 13, Ed. Giunti Barbera, Firenze);
G Trombini (1998), [Introduzione alla clinica psicologica](#), Ed Zanichelli, Bologna.



Cristina Montanaro

La dott.ssa Cristina Montanaro, psicologa e psicoterapeuta, svolge interventi di psicodiagnosi, sostegno, psicoterapia per disagi del bambino, dell'adolescente, dell'adulto e dei genitori. Riceve su appuntamento a Torino (zona Crocetta), a Chivasso (vicino alla stazione ferroviaria) e a Monteu Da Po, tel. 339/2566087. Si può richiedere una consulenza privata tramite skype o telefono