

La incontinencia urinaria diurna

¿Qué es la incontinencia urinaria diurna?

La incontinencia urinaria diurna es cuando un niño se hace pipí por accidente durante el día aunque sabe ir al baño solo.

¿Qué causa estos accidentes durante el día?

Hábitos

Algunos hábitos pueden llevar a la incontinencia diurna:

- Esperar hasta el último minuto para ir al baño.
- Orinar con poca frecuencia (le hará pensar que “se puede aguantar todo el día”).
- No vaciar la vejiga por completo, lo que se llama micción disfuncional.
- Los niños pueden ponerse en cuclillas, cruzar las piernas o ponerse las manos entre las piernas para no orinarse. Otros niños orinan pequeñas cantidades con mucha frecuencia. Estos hábitos hacen que la vejiga no se vacíe bien, tengan incontinencia e infecciones en la vejiga.

Problemas médicos

Algunos problemas médicos pueden contribuir a tener estos accidentes:

- Estreñimiento: puede causar que la vejiga tenga menos capacidad, problemas para vaciarla por completo y espasmos.
- Orinarse puede ser síntoma de infección urinaria.
- Hay afecciones que pueden contribuir a la incontinencia diurna: parálisis cerebral, trastorno por déficit de atención e hiperactividad (ADHD) y otras afecciones neurológicas.

Más información

- Urología
206-987-2509
- Consulte con el proveedor de atención médica de su niño
- seattlechildrens.org

Servicio gratuito de intérprete

- En el hospital solicítelo a la enfermera.
- Fuera del hospital, llame a la línea gratuita de interpretación: 1-866-583-1527. Menciónele al intérprete el nombre de la persona o extensión que necesita.

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo?

- Su hijo debe orinar cada 2 o 3 horas durante el día (micción programada). Deben ir al baño con frecuencia y seguir un horario en casa, en la escuela, en la guardería y cuando estén fuera. Es importante vaciar la vejiga, aunque no sienta ganas de orinar.
- Los niños más pequeños (3 a 8 años) necesitarán que un adulto les recuerde ir al baño cuando les toca. Dejar que vaya al baño cada vez que tienen ganas no da buen resultado a niños con micción disfuncional.
- El niño no debe esperar hasta sentir muchas ganas de orinar para ir al baño.
- Durante 2 días, anotar en un cuaderno la hora cada vez que su niño orina. Así tendremos un registro de sus hábitos que servirá de guía para empezar a hacer cambios.
- Puede usar un reloj con vibrador para recordar a los niños mayores que tienen que ir al baño cada 2 o 3 horas. En pottymd.com y en [bedwettingstore](http://bedwettingstore.com) encontrará varios estilos y colores.

Juntos, con usted y los maestros, podremos crear un horario para seguir en casa y en la escuela. Ir al baño a orinar se debe convertir en un hábito para toda la vida si su niño tiene infecciones de vejiga. La idea es que se acostumbre a orinar cada cierto tiempo, sin necesidad de recordárselo.

Más información:

Para que la vejiga de su niño esté siempre sana y sin infecciones, consulte nuestro folleto PE177S titulado “Ideas para el baño: cómo enseñarle a su niño buenos hábitos para el baño”.

Daytime Wetting

What is daytime wetting?

If your child is having wetting accidents even though they are toilet trained, this is called daytime wetting.

What causes daytime wetting?

Habits

There are some habits that your child may have that can lead to daytime wetting. These include:

- Waiting until the last minute before going to the bathroom.
 - Not going pee often enough (you may find yourself saying: “It seems like they can hold their pee all day”).
 - Not emptying their bladder all the way. This is called dysfunctional voiding.
 - Children may squat down on their heels, cross their legs, or hold between their legs to keep from wetting. Other children may urinate (pee) small amounts often. These habits lead to incomplete urination, wetting and bladder infection.
-

Health conditions

There are health conditions that can contribute to daytime wetting. These include:

- Constipation can lead to decreased bladder capacity, problems emptying the bladder completely, and bladder spasms.
 - UTI's. Wetting can be a symptom of a urinary tract infection.
 - There are medical conditions that can contribute to daytime wetting like cerebral palsy, ADHD, and other neurologic conditions.
-

What can I do to help my child?

- Have your child go pee every 2 to 3 hours during the day. This is called “timed voiding.” They should go to the bathroom often and on a regular schedule at home, school, childcare and when out. It is important that they empty their bladder whether they feel like they need to pee or not.
- Children ages 3 to 8 need an adult to remind them to go to the bathroom on schedule at school. Letting them go to the bathroom “whenever they need to” does not work for children with dysfunctional voiding.
- Your child should not wait until they feel the urge to pee to go to the bathroom.
- Keep a diary of how often your child goes pee for the next two days. This shows your child’s current habits. It can also be a starting point from which to make improvements.

1 of 2

To Learn More

- Urology
206-987-2509
- Ask your child’s healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.



Daytime Wetting

- It can help to buy a vibrating watch to help remind older children to go to the bathroom every 2 to 3 hours. You can find many styles and colors at pottymd.com or bedwettingstore.com. Other options include using a timer on your cellphone.

We can work with you and your child's teacher to set up a schedule for school as well as at home. Urinating every 2 to 3 hours needs to become a lifetime habit for your child if they have bladder infections. The goal of the timed voiding schedule is to train your child to pee often without reminders.

Other resources:

To learn more about how to keep your child's bladder healthy and free from infection, see our handout: PE177 Toileting Tips: How to Teach Your Child Good Potty Habits