

IVÁN SOMOZA ARGIBAY CIRUJANO PEDIÁTRICO DEL CHUAC

«Dejar el pañal es como hablar: unos lo hacen antes de los 2 años y otros a los 4»

Saber esperar, no forzar y motivar son las recetas del experto con los niños

R. DOMÍNGUEZ

A CORUÑA / LA VOZ

Iván Somoza Argibay (Lugo, 1974) lleva 26 años en el materno. Es cirujano pediátrico e investigador del Inibic. En el 2007, impulsó la creación de la Unidad de Urodinámica infantil, de referencia en Galicia. Al año, solo del área coruñesa ven a 150 niños con disfunción vésico-intestinal.

—**¿Qué es?**

—Es un término que conjuga sintomatología intestinal y urinaria sin una patología o malformación orgánica. Es uno de los motivos de consulta más frecuentes por escapes de orina o heces, infecciones, estreñimiento... Más de la mitad de los niños que vemos en urología es por esto, y en pediatría también.

—**¿Por qué sucede?**

—Siempre ha habido disfunciones, pero ahora se aborda conjuntamente porque están implicadas alteraciones de la vejiga con las intestinales. Hay muchas causas, de ahí que participen tantos especialistas diferentes. Sobre todo detrás hay un mal aprendizaje miccional en la retirada del pañal, malos hábitos en el cole y en casa, y alimentación deficiente. Y después, que cada niño es diferente y madura a su ritmo.

—**¿Cuál es la edad para que un niño controle el pis y la caca?**

—Desde que nace hasta los 5 años sufre muchos cambios fisiológicos. En los primeros años tiene que desarrollar la continencia, pero no es homogéneo. Es como empezar a caminar o a hablar, unos lo hacen antes de los 2 años y otros a los 4. Se tiene que ha-

cer sin estrés ni presión al niño, y controlado. Sumado a buenos hábitos dietéticos y miccionales. Hay muchos que van al baño y no hacen pis, van corriendo, les cuelgan las piernas, no se sientan porque está sucio... Y luego están los hábitos. Percibimos que hay un aumento de estreñimiento por comidas más procesadas, y bebidas gaseosas no adecuadas.

—**¿Por qué muchos niños se aguantan las ganas?**

—Unos lo hacen porque quieren jugar, a otros les da vergüenza, otros no quieren porque son baños que no están como el suyo... No les gusta y esperan hasta 8 horas. Eso acaba generando problemas. La mayoría de estos síntomas son banales, pero no controlados o mal manejados pueden llevar a trastornos graves, a infecciones, incluso con riesgo de daño renal. Y sobre todo está el tema psicológico: hay temas de bullying incluso.

—**Los niños empiezan en el cole con 3 años, algunos con 2, y tienen que ir sin pañal.**

—Es cierto. El período entre los 2 y los 3 años es crucial en el desarrollo del mecanismo miccional. Desde el punto de vista clínico, la recomendación es que la retirada de pañal tiene que ser sin forzar al niño, con motivación. No hay que castigar ni reñirle.

—**Igual el sistema no está pre-**

parado para esperar...



El cirujano pediátrico Iván Somoza es también especialista en Urología infantil. MARCOS MÍGUEZ

—No diría que el sistema no está preparado, pero es cierto que el primer año de escolarización es importante. Se debe atender a las necesidades del niño, tanto en casa, como en aquellos sitios donde esté, en el cole, en las actividades. Hay que saber cómo hace esa retirada de pañal. Creo que en las guarderías se hace muy bien.

—**¿Su consejo, entonces...?**

—Estar pendientes y no agobiarse. Ni reñir. Puede haber un hermano que con poco más de año y medio esté sin pañal y su hermano no lo haga hasta los 4, pero es un proceso fisiológico. No hay que forzarlo, porque puede que acabe haciendo un patrón anormal para forzar la micción. Es cierto que eso implica participación, sobre todo de los padres.

—**¿Suben estos problemas?**

—Creo que sí, pero por muchos aspectos. Quizá un proceso de aprendizaje menos controlado influya, la dieta, y el estrés de la sociedad, en la que todo va más deprisa y estresa al niño. Ha aumentado la disfunción vesical, pero también el estreñimiento por las dietas. Hasta el 40 % de los niños no toman la cantidad de agua y fruta adecuada, cuatro vasos y dos piezas.

«La dieta importa: menos procesados y menos chucherías»

Por experiencia, el especialista sabe que la mayoría de los casos se resuelven con tiempo, pero también ayudan los hábitos.

—**Y ante este apuro constante, ¿qué se puede hacer?**

—Hay que establecer una alimentación adecuada, menos procesados, menos chucherías. Y coordinar la dieta de casa con la del comedor, no tiene sentido que tome plátano en el recreo, a la comida y a la merienda. Y luego trabajar los hábitos miccionales para una reiterada atendiendo a sus señales

—**¿Cuáles son esas señales?**

—Hay que estar atento. Por ejemplo, si está dos horas seco el pañal y empieza a tener interés por ir al baño, por ver dónde y cómo lo hace papá, si es capaz de atender órdenes, si muestra preocupación... Es bueno que acompañe a sus padres, por ejemplo. Entonces, se puede empezar a probar. Si no funciona la primera vez, no hay que traumarse, es cuestión de esperar dos o tres meses y volver a intentarlo.

—**¿Cuándo empieza a ser un problema clínico?**

—Se considera que si con 5 años

se le sigue escapando pis en la cama, tienen enuresis. A partir de esa edad, le pasa al 15 % de los niños por la noche. Y empieza a preocupar a los padres. Pero sin hacer nada, a los 14 ya solo son un 1 %. Es un proceso madurativo, por profundidad del sueño casi siempre. Pero si genera estrés, se puede tratar.

—**¿Cómo?**

—Están las recomendaciones miccionales, pero también hay dispositivos y medicación.

—**Y debe tratarse?**

—No es obligatorio porque es un proceso que casi siempre va a resolverse solo, pero a partir de los 6-7 años puede acomplejar al niño, que no pide ni quiere ir a casa de un amigo, tampo-co a un campamento...

—**Entonces, la clave, en general, ¿es saber esperar?**

—En la mayoría de los casos sí, sin más. Lo más importante es la prevención, la mayoría de los problemas son secundarios, por malos hábitos. Y en casos que se necesite, en el tratamiento ha habido grandes avances. Hoy tenemos neuromodulación, rehabilitación del suelo pélvico...

FUNDACIÓN LUIS SEOANE Presentación del libro de Javier Álvarez Vizoso sobre Rogelio Groba

La Fundación Rogelio Groba presenta esta tarde, a partir de las 19.00 horas en el auditorio de la Fundación Luis Seoane, el libro *El sueño inmortal de Rogelio Groba*, escrito por el periodista Javier Álvarez Vizoso. La obra rinde homenaje a la figura y el legado del maestro, referente de la música contemporánea. La presentación correrá a cargo de Rogelio Groba Otero, presidente de la fundación.

ALVEDRO

Desvían un avión a Madrid tras recibir el impacto de un rayo

El vuelo UX7237 de Air Europa, procedente de Madrid y con destino A Coruña, regresó ayer a la capital tras recibir el impacto de un rayo en la aproximación final a Alvedro. Aunque podía aterrizar, la aeronave necesitaba una revisión técnica, por lo que fue desviada a su base. Desde Vuela Más Alto recordaron que los aviones están diseñados para soportar múltiples impactos de rayo sin sufrir daños.

CULTURA

Gran acogida entre el público infantil del nuevo «show» de Luli Pampín

El Palacio de la Ópera acogió ayer el espectáculo familiar *Luli Pampín - El libro musical*, con una gran acogida del público infantil y familiar. En esta nueva propuesta, Luli Pampín, acompañada de su inseparable La Radio Mágica, se adentró en una biblioteca donde los libros permanecen cerrados y amenazados por un misterioso personaje, Polvoso, que borra poco a poco sus historias.



Pampín, en el escenario. A. MANSO

MOVILIDAD

El Ayuntamiento expande BiciCoruña con siete nuevas bases

El Ayuntamiento encara la recta final de la segunda fase de expansión de BiciCoruña, con el objetivo de reforzar el servicio en los barrios. El sistema cuenta ya con 79 estaciones operativas tras la puesta en marcha de siete nuevas bases en Os Mallos, Ensanche, Monte Alto, Pescadería, Agra do Orzán-Ventorrillo y Os Castros. Además, avanza la instalación de otra estación junto a la intermodal.