



Enseñar a usar el baño a un niño con autismo: cómo ayudarle a reconocer cuándo necesita ir

Por Dr. Peter Beddow, BCBA-D



Cómo ayudar a los niños a relacionar lo que su cuerpo les está diciendo con las habilidades que necesitan para usar el baño de forma independiente.

El entrenamiento para usar el baño puede ser una de las habilidades más difíciles que enseñamos a los niños con autismo. Hay varias cosas distintas que un niño necesita aprender y, a veces, cometemos el error de pensar que, porque puede hacer una de ellas, puede hacerlas todas. Pero hay una gran diferencia entre poder usar el inodoro cuando un adulto te lleva al baño y reconocer, en primer lugar, que necesitas ir.

Hace poco hablaba con una terapeuta sobre una estudiante que estaba aprendiendo a pedir ir al baño mediante un sistema de comunicación con imágenes. La estudiante podía formar la oración “Quiero baño” y cada vez era más independiente con esa habilidad. Pero la terapeuta notó algo importante: la niña no necesariamente pedía el baño porque necesitara ir.

A veces la terapeuta le entregaba la carpeta de comunicación y la niña formaba la oración simplemente porque entendía que eso era lo que el adulto esperaba. Había aprendido la rutina, pero eso no significaba necesariamente que hubiera aprendido a reconocer la sensación física de necesitar orinar. Esa distinción

es importante.

Usar el inodoro y saber cuándo ir son habilidades diferentes

Piensa en lo que ocurre cuando necesitas usar el baño. Experimentas una sensación física, reconoces lo que significa esa sensación, decides que necesitas ir y luego das los pasos necesarios para llegar a un inodoro. Para la mayoría de los adultos, esto ocurre de manera tan natural que ni siquiera lo pensamos.

Pero para un niño que está aprendiendo a usar el baño de forma independiente, se trata de varias habilidades distintas. El niño puede ser perfectamente capaz de sentarse en el inodoro y orinar, pero aun así tener dificultades para reconocer cuándo tiene la vejiga llena. Puede reconocer la sensación pero no saber cómo comunicarla, o puede saber cómo comunicarla pero no iniciar esa comunicación sin que alguien se lo indique.

Algunos niños con autismo también presentan diferencias en la interocepción, que es nuestra capacidad para notar e interpretar las sensaciones dentro de nuestro cuerpo. Un niño podría no reconocer la sensación de tener la vejiga llena hasta que la necesidad se vuelve urgente, o podría experimentar la sensación pero tener dificultades para entender lo que significa. Esta es una de las razones por las que el entrenamiento para usar el baño debe ir más allá de simplemente llevar al niño al baño según un horario.

Por qué son útiles los horarios para ir al baño

Una de las primeras cosas que solemos hacer al enseñar a usar el baño es establecer un horario para ir al baño. Podríamos llevar al niño cada hora, cada 90 minutos o a otros intervalos según sus necesidades y patrones individuales. La idea es ofrecer oportunidades regulares para usar el inodoro y aumentar la probabilidad de que el niño tenga éxito.

Las visitas programadas al baño pueden ser muy útiles, especialmente durante las primeras etapas del entrenamiento. Nos dan oportunidades para enseñar la rutina del baño, practicar el manejo de la ropa y reforzar el uso exitoso del inodoro. También pueden ayudar a reducir los accidentes mientras el niño desarrolla mayor independencia.

Pero un horario para ir al baño no es necesariamente el objetivo final. En última instancia, queremos que el niño reconozca cuándo necesita ir y comunique esa necesidad o acceda al baño de forma independiente. Si solo le enseñamos a usar el inodoro cuando un adulto anuncia que es hora de ir al baño, podríamos terminar con un niño que tiene éxito siguiendo un horario, pero que aun así tiene accidentes cuando ese horario no está disponible.

Presta atención a lo que te dice el cuerpo del niño

Una de las cosas más útiles que puede hacer un terapeuta durante el entrenamiento para usar el baño es aprender a reconocer las señales individuales que indican que el niño necesita ir al baño. Algunos niños se inquietan, dejan de hacer lo que estaban haciendo, se agarran, cambian de postura o se dirigen a un lugar en particular. Otros pueden quedarse inusualmente callados, sujetarse el estómago o mostrar alguna otra conducta que ocurre de manera fiable antes de orinar o defecar.

Estas señales no son iguales en todos los niños y no siempre son fiables. Pero cuando notamos patrones, podemos usar esas observaciones para ayudar al niño a empezar a relacionar las sensaciones físicas con lo que ocurre después. En lugar de simplemente anunciar que es hora de ir al baño, podemos reconocer lo que estamos notando y ayudar al niño a entenderlo.

Por ejemplo, podría decir: “Oye, veo que te estás sujetando la barriga. ¿Crees que necesitas ir al baño?”. Si el niño indica que sí, podemos ayudarlo a comunicar esa necesidad y a llegar al baño. Con el tiempo, queremos que el niño empiece a reconocer esas sensaciones sin depender de que un adulto se las señale.

La observación debe apoyar al niño, no convertir cada movimiento en una exigencia de usar el inodoro. Buscamos patrones a lo largo del tiempo y en distintas situaciones, sin suponer que una conducta siempre significa lo mismo.

Enseñar al niño a pedir ir al baño

Imaginemos que trabajamos con un niño que usa un sistema de comunicación con imágenes. El niño ha aprendido a formar “Quiero” y “baño”, pero generalmente solo lo hace después de que un adulto le pregunta: “¿Qué quieres?”. Es un comienzo útil, pero no es lo mismo que pedir ir al baño de forma independiente.

Durante las visitas programadas al baño, podemos practicar el uso del sistema de comunicación. Podríamos anunciar que es hora de ir al baño, modelar el mensaje adecuado y darle al niño la oportunidad de comunicarse. Esto ayuda al niño a familiarizarse con el vocabulario y con el proceso de usar el sistema de comunicación.

Pero también necesitamos crear oportunidades para que el niño inicie la petición. Cuando notamos señales de que el niño podría necesitar ir, podemos tener el sistema de comunicación a su alcance, hacer una breve pausa cuando sea apropiado y ofrecer solo la ayuda que sea necesaria. Si el niño comunica de forma independiente la necesidad de usar el baño, debemos responder con prontitud.

Es importante distinguir entre practicar una respuesta comunicativa y expresar una necesidad real. Un niño que forma “Quiero baño” porque un adulto le dijo que lo hiciera está demostrando una habilidad diferente a la de un niño que pide el baño de forma independiente porque reconoce que necesita ir. Ambas habilidades pueden ser útiles, pero no deben confundirse.

La diferencia entre “querer” y “necesitar”

Hay otra cuestión de lenguaje interesante que surge durante el entrenamiento para usar el baño. A menudo enseñamos a los niños a pedir cosas con la frase “Quiero”, incluso cuando lo que comunican es en realidad una necesidad. Un niño podría decir “Quiero baño” cuando lo que quiere decir es “Necesito usar el baño”.

Al principio del entrenamiento en comunicación, esa distinción puede no ser especialmente importante. Si el niño ha aprendido una forma funcional de comunicarse y las personas entienden el mensaje, se trata de un logro significativo. Pero a medida que el lenguaje se desarrolla, podemos empezar a enseñar formas más precisas de comunicar distintos tipos de información.



Por ejemplo, con el tiempo un niño podría aprender a decir “Necesito el baño”, “Tengo que hacer pipí” o “¿Puedo ir al baño?”. Estas frases comunican algo ligeramente diferente de querer un juguete o pedir un refrigerio. A medida que el lenguaje del niño se vuelve más complejo, podemos ayudarle a expresar esas distinciones.

El método de comunicación que el niño ya utiliza debe seguir disponible durante todo este proceso. La precisión es útil, pero tener acceso a un mensaje fiable importa más que exigir una frase en particular.

¿Qué pasa con la ropa interior y los pañales?

Una pregunta que surge con frecuencia durante el entrenamiento para usar el baño es si el niño debería usar pañales, pañales de entrenamiento tipo calzón o ropa interior. No existe una única respuesta adecuada para todos los niños o familias. La decisión depende de la preparación del niño, sus necesidades sensoriales, las consideraciones médicas, el entorno escolar y las circunstancias prácticas de las personas que lo cuidan.

Los productos absorbentes están diseñados para controlar la humedad, lo que puede hacer que los accidentes resulten menos disruptivos. La ropa interior común puede hacer que la humedad sea más perceptible para algunos niños, pero la incomodidad no debe tratarse como una herramienta de enseñanza necesaria. Algunos niños tienen sensibilidades sensoriales importantes y otros tienen necesidades médicas o del desarrollo que hacen apropiado seguir usando productos absorbentes.

Es importante reconocer las exigencias que el entrenamiento para usar el baño impone a las familias. Una madre o un padre puede estar ocupándose de varios hijos, trabajando muchas horas o lidiando con arreglos de transporte y cuidado infantil que dificultan los cambios frecuentes de ropa. Podemos tener ideas firmes sobre lo que podría ayudar a un niño a aprender y, al mismo tiempo, respetar las realidades de la vida de esa familia.

El objetivo no es hacerle la vida innecesariamente difícil al niño ni a sus padres. El objetivo es desarrollar un plan práctico e individualizado que ayude al niño a ser lo más independiente posible.

Haz que las visitas al baño sean cómodas y predecibles

Otra situación que encuentran los terapeutas es la del niño que se sienta en el inodoro pero quiere levantarse de inmediato. A veces el niño simplemente no necesita ir. Otras veces, puede estar distraído, incómodo o ansioso por volver a una actividad preferida.

Una oportunidad breve y cómoda de sentarse en el inodoro puede ser útil, sobre todo cuando el niño está aprendiendo la rutina. Podemos usar instrucciones predecibles, ofrecer el apoyo adecuado y dar tiempo suficiente para que el niño se relaje. Pero no debemos convertir el uso del baño en una lucha ni exigir que permanezca sentado mucho tiempo cuando el niño está angustiado o no necesita ir.

También debemos reconocer que orinar no es algo que siempre se pueda hacer a voluntad. Un niño puede sentarse de forma adecuada y aun así no orinar, y eso no significa que haya fracasado. Participar con éxito en la rutina, comunicarse y tener una conciencia cada vez mayor de las sensaciones corporales son partes significativas del aprendizaje.



Si un niño tiene dificultades constantes para orinar, siente dolor, tiene estreñimiento o muestra patrones inusuales al usar el baño, esas inquietudes deben consultarse con un profesional de la salud adecuado. La enseñanza conductual funciona mejor cuando se han tenido en cuenta los factores médicos en lugar de pasarlos por alto.

Celebra el progreso, no solo el éxito perfecto

El entrenamiento para usar el baño implica muchos pequeños logros. Quizá el niño reconoció que necesitaba ir, pero no llegó al baño a tiempo. Quizá pidió el baño de forma independiente por primera vez, aunque ya había empezado a tener un accidente.

Esas siguen siendo oportunidades de aprendizaje importantes. En lugar de centrarnos solo en el accidente, podemos reconocer la habilidad que demostró el niño y ayudarlo a seguir desarrollándola. “¡Me dijiste que necesitabas el baño! Muy bien por decírmelo. Vamos”.

Con el tiempo, queremos que esas habilidades se integren. El niño nota la sensación, reconoce lo que significa, comunica la necesidad y llega al baño con éxito. Eso es un logro mucho mayor que simplemente mantenerse seco porque un adulto lo lleva al inodoro cada hora.

El verdadero objetivo es la independencia

Cuando pienso en el entrenamiento para usar el baño, intento pensar más allá del aula o del entorno terapéutico. Imagino al niño en la comunidad con su familia, quizá comprando en una tienda o visitando un parque. Quiero que ese niño pueda reconocer que necesita ir al baño y comunicar esa necesidad antes de que ocurra un accidente.

Por eso es tan importante enseñar a los niños a reconocer las señales de su cuerpo. Los horarios para ir al baño, el entrenamiento en comunicación y las rutinas exitosas en el baño son útiles, pero forman parte de un proceso más amplio. Estamos ayudando a los niños a desarrollar una habilidad que puede marcar una enorme diferencia en su comodidad, su confianza y su independencia.

Cuando recordamos esto, podemos tomar mejores decisiones sobre qué enseñamos y por qué. El objetivo no es simplemente un horario para mantenerse seco. Se trata de ayudar al niño a entender su cuerpo, comunicar lo que necesita, participar cómodamente en la rutina y volverse más independiente con el tiempo.

Referencias

- [1] Kroeger, K. A., & Sorensen, R. (2010). A parent training model for toilet training children with autism. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 43(2), 413–416. [<https://doi.org/10.1901/jaba.2010.43-413>] [2] National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. (n.d.). Constipation in children. [<https://www.niddk.nih.gov/health-information/digestive-diseases/constipation-children>]
-



Seguir aprendiendo

Open the companion resource and choose the next practical step.

<https://accessiblebehavior.com/go/potty-training-a-child-with-autism-teaching-them-to-recognize-when-they-need-to-go-es>

Sobre el autor

Teacher at heart, behavior analyst, and writer, Dr. Peter Beddow has spent more than two decades helping children, families, and school teams navigate autism, behavior, trauma, and learning differences with clarity, structure, and hope. He studied English Literature and Creative Writing at Middlebury College and earned a PhD in Special Education from Vanderbilt University's Peabody College, where his work focused on fairness, learning, and access in assessment. Peter has worked as a teacher, special educator, clinical director, consultant, and board certified behavior analyst in homes, schools, and clinics. He founded Accessible Hope, a Nashville-area practice supporting diverse families, and writes and teaches practical, humane approaches to behavior and learning.

Alcance y seguridad

This article provides general educational information. It is not individualized medical, behavioral, mental-health, legal, or emergency advice. Individual support should consider the learner's communication, health, safety, disability-related needs, culture, and context.

Cómo citar este recurso

Beddow, P. (2026). Enseñar a usar el baño a un niño con autismo: cómo ayudarlo a reconocer cuándo necesita ir. Accessible Behavior. <https://accessiblebehavior.com/go/potty-training-a-child-with-autism-teaching-them-to-recognize-when-they-need-to-go-es>

Copyright © 2026 Accessible Behavior. Todos los derechos reservados.

Artículo publicado:

<https://accessiblebehavior.com/resources/potty-training-a-child-with-autism-teaching-them-to-recognize-when-they-need-to-go-es/>