



Desfralde

Idade ideal para o desfralde

Como as separações vão se sucedendo de forma progressiva durante o desenvolvimento infantil, é importante respeitar a maturidade da criança, estar presente e se manter atento aos sinais que ela dá de que está pronta para iniciar o desfralde. Fisiologicamente, a partir de 1 ano e meio ou 2 anos, a criança começa o processo de adquirir controle sobre os esfíncteres (estruturas responsáveis pela expulsão das fezes e da urina) e se torna capaz de liberar suas excreções no momento em que desejar.

Assim, os pediatras costumam recomendar que as famílias iniciem o processo de desfralde quando a criança tiver por volta de 2 a 3 anos, período em que a criança já é capaz de obedecer alguns comandos. No entanto, mais do que focar na idade, vale lembrar que o momento ideal é quando o bebê se mostrar preparado - e isso pode variar muito de criança para criança. Para saber se seu filho já está pronto repare no comportamento: se ele indicar que a fralda suja o

incomoda, se transparecer nojo ou estranhamento por conta da fralda, se informar que está fazendo xixi ou cocô, ele pode estar começando a se desprender da excreção.

Desfralde para meninos e para meninas: tem diferença?

Ainda que não haja nenhuma explicação científica, o desfralde costuma ser mais rápido para as meninas. Isso porque elas costumam ter um amadurecimento psicológico mais precoce. Os meninos demoram um pouco mais para abandonar as fraldas e neles a incidência de enurese noturna, o famoso xixi na cama durante a noite, é também mais frequente.

Desfralde diurno x desfralde noturno

Deve-se reconhecer que o desfralde diurno e o noturno exigem diferentes disciplinas da criança. Como o diurno acontece no período em que o bebê está acordado e, portanto, consciente, costuma levar menos tempo. O noturno, por sua vez, tende a ser um pouco mais difícil porque ocorre no período em que o bebê está dormindo, condição que exige maior condicionamento e preparo neurológico.

Outro fator que facilita o desfralde diurno é a rotina de ir ao banheiro na escola. Como todas as crianças vão juntas, em um momento determinado do dia, isso colabora para o aprendizado. Além disso, estar cercado por outros colegas que já largaram a fralda influencia, já que usá-la em um ambiente onde não há outras crianças que fazem o mesmo pode até criar um constrangimento.

Por essas razões, o desfralde diurno quando a criança já deu os sinais de que está preparada pode durar, em média, de um a dois meses na maioria das crianças, sendo completamente natural ter alguns escapes de vez em quando, mesmo depois desse período. O noturno, por sua vez, é mais demorado e exige mais paciência, perdurando, na maioria dos casos, de seis meses até um ano, contando a partir do momento em que a criança começa a acordar com a fralda seca. Em casos de crianças hiperativas, o desfralde pode levar ainda mais tempo. <https://revistacrescer.globo.com/Bebes/Desenvolvimento/noticia/2017/02/desfralde-tudo-o-que-voce-precisa-saber.html>