

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN: Bienvenidos al M.O.P. 1

- Unas pocas palabras acerca de los productos

GLOSARIO 6

PARTE 1: ¿Qué es el M.O.P.? 9

- Cómo la constipación o estreñimiento provoca la enuresis y la encopresis
- La hoja de información útil sobre el **M.O.P.**
- Las cuatro fases del **M.O.P.**
- ¿Qué esperar del **M.O.P.**?
- Orígenes del **M.O.P.** El misterioso caso del niño de cinco años que se orinaba en la cama
- Sueño profundo, estrés y otras causas míticas del orinarse en la cama
- Cinco estrategias que hacen más daño que bien
- “Dependencia”, “daño” y otros mitos acerca de los enemas
- Por qué algunos niños dejan de orinarse en la cama con el tiempo y otros no

PARTE 2: Implementando el M.O.P. 35

- Reuniendo sus provisiones para el **M.O.P.**
- Escogiendo un enema
- Eligiendo y dosificando los laxantes osmóticos
- Cuándo usar laxantes estimulantes
- Cómo aplicar un enema en cinco pasos fáciles
- Para niños mayores: cómo aplicarse uno mismo un enema
- Diez maneras para atenuar el temor de su hijo a los enemas
- Logrando la “evacuación espontánea”

PARTE 3: Opciones avanzadas: M.O.P.+ y más 49

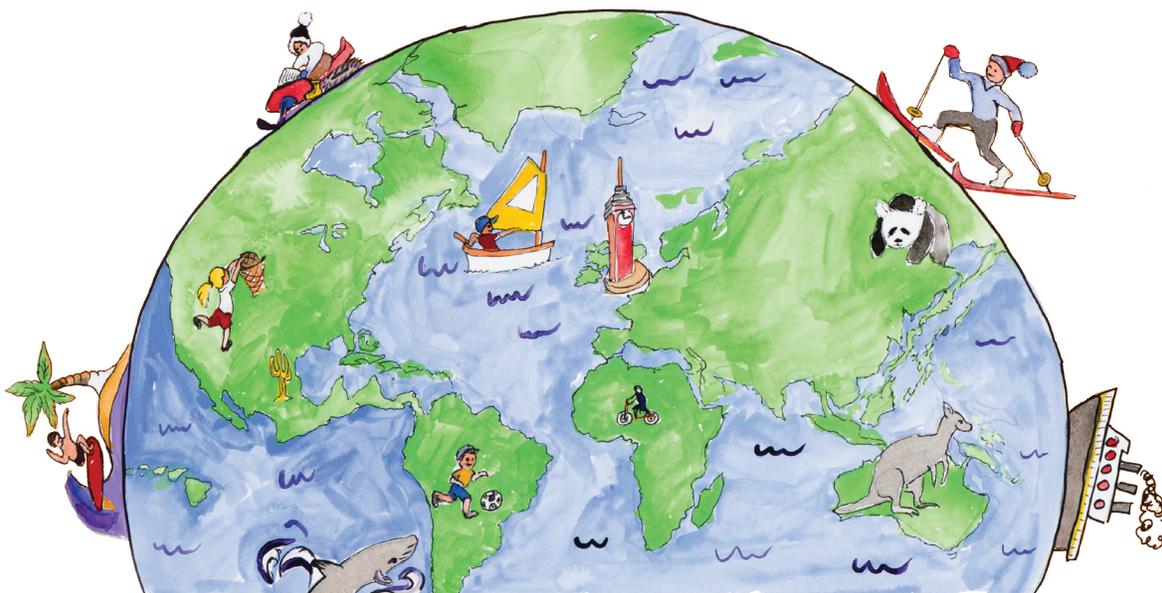
- El cambio al **M.O.P.+**
- Los fundamentos del **M.O.P.+**
- Lista de necesidades para el **M.O.P.+**
- Cinco pasos para aplicar un enema de gran volumen
- **DOBLE M.O.P.**: enemas de retención de aceite por la noche
- **M.O.P.x**: cuando los accidentes de día se detienen, pero orinarse en la cama persiste
- Medicación para la vejiga y uso del bótox: para los casos más difíciles
- ¡Manténgase alerta!

PARTE 4: Para adolescentes 59

- Apreciados adolescentes: Sí, inosotros podemos resolver esto!
- Cinco preguntas que los adolescentes hacen sobre orinarse en la cama y los accidentes de día
- Consejos de adolescentes que han estado de principio a fin en el **M.O.P.**

PARTE 5: Siguiendo el progreso de su niño 65

- Haciendo el seguimiento del **M.O.P.** se ahorra tiempo
- Incluyendo a su hijo en el proceso de seguimiento
- Mi tabla del popó
- 12 señales de que su niño está estreñado
- **M.O.P.** Calendarios de seguimiento: para niños más pequeños, adolescentes y padres



El M.O.P. ha sido usado por niños en todo el mundo.

INTRODUCCIÓN

Bienvenidos al M.O.P.



Introducción: Bienvenidos al M.O.P.

¿Le han dicho que, con toda seguridad, su niño con el tiempo dejará de orinarse en la cama o no tendrá accidentes de evacuación durante el día?

¿Qué el orinarse en la cama es causado por un desarrollo insuficiente de la vejiga, por el sueño profundo, un desbalance hormonal o estrés?

¿Qué orinarse accidentalmente es normal? ¿Qué los accidentes de evacuación son problemas de conducta, una señal de que su hijo quiere llamar la atención o expresar impulsos reprimidos o inconscientes?

¡Nada de eso es verdad!

Sin embargo, estos mitos causan mucho sufrimiento porque llevan a las familias por el camino del tratamiento incorrecto: dietas estrictas, despertarse a medianoche, cuadros de recompensa, medicamentos para no orinarse en la cama, probióticos, restricción de agua antes de irse a la cama, altas dosis de PEG 3350... De este modo, las familias pasan años en una persecución inútil, incapaces de encontrar la solución a los accidentes de su niño.

A la hora en que estas familias se presentan en mi clínica, la mayor parte se siente agotada y desanimada. A los niños los molestan en la escuela, tienen temor de pasar la noche fuera de sus casas y sienten rechazo o repugnancia por ellos mismos. Los padres están cansados de esperar por el mágico día cuando los accidentes se detengan, un día que nunca parece llegar.

En esta guía, lo introduciré al único método confiable para resolver la enuresis (orinarse) y la encopresis (accidentes de evacuación): el M.O.P., siglas del Protocolo Modificado de O'Regan.

Yo no inventé este método. ¡Aunque hubiera deseado ser tan inteligente! Simplemente, lo adapté de la investigación del Dr. Sean O'Regan, un pediatra irlandés, especialista en riñón, quien, mientras ejercía en Montreal durante la década de 1980, desarrolló el tratamiento para solucionar la orinada de la cama de su propio hijo.

El M.O.P. no es una cura milagrosa. Con él no se resolverá la condición de su niño la semana que viene o el próximo mes y usted probablemente experimentará contratiempos a lo largo del camino. Si su niño tiene los dos: accidentes de día y de noche, usted estaría implementando alguna versión del M.O.P. por varios meses. No obstante, ¡manténgase en el programa!

En esencia, el tratamiento envuelve enemas y laxantes diarios y la investigación demuestra que esto funciona. Espere, ¿acabo de decir “enemas diarios”? ¡Sí, lo dije! Me doy cuenta de que “enema” no es una palabra que cualquier padre quiere oír. Sin embargo, le aseguro que este tratamiento es confiable y que, para la mayoría de los niños, rápidamente se vuelve rutina. Muchos niños se sienten tan bien con el **M.O.P.** que ellos mismos, en efecto, piden sus enemas diarios.

El **M.O.P.** se basa en cinco importantes hechos o realidades, a saber:

Hecho #1: orinarse en la cama y los accidentes no son normales. Sí, de acuerdo, pero los accidentes son comunes. En verdad, del 15% al 20% de los niños de cinco años se orinan en la cama, aunque “común” no es lo mismo que “normal”. De ahí que el orinarse en la cama debe ser tratado desde los cuatro años. Los niños de cualquier edad entrenados para el uso del inodoro, incluso tan pequeños como de dos años, deben ser tratados por accidentes de día.

Hecho #2: la enuresis y la encopresis son causadas por constipación crónica. Virtualmente, en todos los casos, la causa de los accidentes diarios y nocturnos es un recto dilatado por la acumulación de excrementos. ¡Nada más!

Hecho #3: usted no puede asumir que un niño superará por sí mismo tanto el orinarse en la cama como los accidentes. Dejado sin tratar, un niño que se orina en la cama a los nueve años tiene aproximadamente el 70% de posibilidades de convertirse en un adulto que se orinará en la cama. Por

Unas pocas palabras acerca de los productos

Todos los enemas y productos laxativos mencionados en este libro se encuentran fácilmente disponibles en los Estados Unidos. Muchos también pueden adquirirse en otros países, aunque con nombres diferentes. Por ejemplo, en los Estados Unidos, el PEG 3350, un polvo laxante, es vendido corrientemente como Miralax; mientras que, en México, la marca más común es Contumax.

En algunos sitios, puede ser difícil conseguir, en farmacias o internet, enemas que vengan ya listos o supositorios de glicerina líquida. Pese a ello, ¡esto no es un problema! En su lugar, compre un equipo de enema reusable, la opción descrita en la sección **M.O.P.+** del libro, teniendo en cuenta que, con una bolsa de enema reusable, ahorra mucho dinero y ejerce más control sobre la cantidad de estimulante que se añade a la solución del enema.

Insisto en que lea el libro completo para entender la filosofía del **M.O.P.** porque, dependiendo de donde viva usted, tal vez tendrá que comenzar con el **M.O.P.+** en vez del **M.O.P.** estándar. El enfoque del **M.O.P.+** es altamente efectivo y asegura muchos más beneficios que el **M.O.P.** estándar.

eso, lo más temprano que usted trate estas condiciones es lo mejor. Además, tenga en cuenta que alrededor de un tercio de los preadolescentes y adolescentes que se orinan en la cama también presentan accidentes de día.

Hecho #4: usted debe tratar el orinarse en la cama agresivamente. Los doctores quizás le digan que el **M.O.P.** es “demasiado extremo”. Yo argüiría que sí, que el **M.O.P.** es extremado, extremadamente efectivo. Ningún otro le llega cerca y esperar por distintos remedios que surtan efecto no les sirve bien a los niños.

Hecho #5: orinarse en la cama y los accidentes nunca son culpa del niño. La enuresis y la encopresis se consideran condiciones médicas que los niños no pueden controlar en lo absoluto y por las cuales ellos nunca deben ser avergonzados o culpados.

Esta guía contiene lo siguiente:

- Cómo la constipación causa los accidentes
- ¿Por qué el **M.O.P.** resulta mejor que otros métodos?
- La base científica del **M.O.P.**
- Cómo implementar el **M.O.P.** con confianza
- Variaciones del régimen para casos retadores

El **M.O.P.** pudiera ser una desviación radical de los tratamientos que ustedes han intentado; pero quiero asegurarle a su familia que están tomando la dirección correcta.

Muy bien, ¡hagamos que su hijo comience a caminar hacia la sequedad!



Steve Hodges, Doctor en Medicina

Profesor Asociado de Urología Pediátrica,
Escuela de Medicina de la Universidad de
Wake Forest, Carolina del Norte, EE.UU.