



Educación para el paciente: Incontinencia nocturna en niños (Conceptos Básicos)

Redactado por los médicos y editores de UpToDate

Lea el [Descargo de responsabilidad](#) al final de esta página.

¿Es normal que mi hijo moje la cama en la noche?

Sí, puede ser normal. Mojar la cama en la noche es normal en niños pequeños. A los 4 años de edad, la mayoría de los niños pueden controlar su vejiga mientras están despiertos, pero les puede llevar más tiempo controlarla cuando están dormidos. Algunos niños mojan la cama de noche hasta que tienen 5 a 7 años de edad. La incontinencia nocturna es más común en los varones que en las niñas y puede ser hereditaria.

La mayoría de los niños deja de mojar la cama por su cuenta y no necesita ningún tratamiento, pero si esto le preocupa o tiene preguntas sobre la incontinencia nocturna de su hijo, hable con el médico o enfermero de su hijo.

¿Por qué mojan la cama los niños?

Es más probable que la incontinencia nocturna se presente cuando:

- Los músculos de la vejiga del niño se desarrollan más lento de lo normal.
- La vejiga del niño contiene una cantidad de orina menor de la normal.
- El cuerpo del niño produce mucha orina.

La mayoría de las veces, las causas de la incontinencia nocturna no son médicas o emocionales. Sin embargo, en algunos casos lo son. El médico o enfermero de su hijo debería poder determinar si la incontinencia nocturna de su hijo se origina en un problema médico.

¿Qué puedo hacer para tratar de detener la incontinencia nocturna de mi hijo?

En su casa puede probar diferentes cosas para detener la incontinencia nocturna de su hijo:

- Hágalo orinar antes de acostarse. Recuérdele que se levante y vaya al baño cuando necesite.
- Ponga lamparillas en el pasillo y el cuarto de baño para que su hijo pueda encontrar fácilmente el inodoro.
- Haga que deje de usar pañales y calzones desechables en la casa, especialmente si es mayor de 8 años. Su hijo puede seguir usándolos cuando se quede a dormir en casa de familiares o amigos.
- Haga que su hijo ayude a limpiar en la mañana. Por ejemplo, puede quitar la sábana mojada o ayudar con el lavado.
- Mantenga un registro del progreso de su hijo, y recompénselo cuando se mantenga seco. Su hijo y usted deben ponerse de acuerdo en las recompensas por anticipado.
- Distribuya las bebidas de su hijo a lo largo del día. Evite que beba mucho antes de acostarse.
- Evite las bebidas con mucha azúcar o cafeína.
- Use una alarma de incontinencia nocturna. Estos aparatos tienen sensores especiales que activan una alarma cuando el niño moja la cama. Funcionan mejor en niños mayores de 6 años. Hable con el médico o enfermero de su hijo sobre cuál es el mejor tipo de alarma para su hijo y cómo debe usarla.

Para que estos planes funcionen, tanto usted como su hijo deben querer solucionar la incontinencia nocturna. Solucionar la incontinencia nocturna puede ser difícil y llevar mucho tiempo.

Recuerde que los niños no pueden evitarlo. Nunca se enoje con su hijo ni lo castigue o se burle de él por mojar la cama.

¿Debo hacer algo más?

Sí. Para mantener la cama de su hijo limpia y seca:

- Use una sábana impermeable para proteger el colchón y evitar el olor a orina.

- Cuando su niño moje la cama de noche, hágalo usar el inodoro antes de ponerle un pijama seco. Luego, ponga una toalla seca en la parte mojada de la cama.
- Haga la cama en capas, alternando las sábanas con cobertores impermeables. Entonces, cuando su hijo moje la cama, puede quitar la sábana mojada sin necesidad de rehacer la cama.

¿Cuándo debo llevar a mi hijo al médico o enfermero?

Lleve a su hijo al médico o enfermero si el niño:

- Siente más necesidad de orinar de lo normal
- Tiene más sed de lo normal
- Tiene dolor o ardor al orinar
- Tiene los pies o los tobillos inflamados
- Empieza a mojar la cama de nuevo después de semanas o meses

Estos síntomas pueden indicar un problema médico. El médico o enfermero de su hijo querrá revisarlo. Le hará un examen y podría solicitar pruebas, incluida una prueba de orina.

¿Existen medicinas que reduzcan la incontinencia nocturna?

Sí. Los médicos pueden recetar medicinas para reducir la incontinencia. No se suelen dar medicinas hasta que los niños hayan cumplido por lo menos los 6 años y ya hayan probado otros métodos para solucionar la incontinencia nocturna.

Más información sobre este tema

[Patient education: Bedwetting in children \(Beyond the Basics\)](#)

[Patient education: Toilet training \(Beyond the Basics\)](#)

Todos los artículos se actualizan a medida que se descubre nueva evidencia y culmina nuestro [proceso de evaluación por homólogos](#)

Este artículo se recuperó de UpToDate el: Aug 15, 2024.

Descargo de responsabilidad: esta información generalizada es un resumen limitado de información sobre el diagnóstico, el tratamiento y/o los medicamentos. No pretende ser exhaustiva y se debe utilizar como herramienta para ayudar al usuario a comprender y/o

evaluar las posibles opciones de diagnóstico y tratamiento. No incluye toda la información sobre afecciones, tratamientos, medicamentos, efectos secundarios o riesgos puedan ser aplicables a un paciente específico. No tiene el propósito de servir como recomendación médica ni de sustituir la recomendación médica, el diagnóstico o el tratamiento de un profesional de atención médica que se base en el examen y la evaluación de este profesional de la salud respecto a las circunstancias específicas y únicas del paciente. Los pacientes deben hablar con un profesional de atención médica para obtener información completa sobre su salud, cuestiones médicas y opciones de tratamiento, incluidos los riesgos o los beneficios relacionados con el uso de medicamentos. Esta información no certifica que los tratamientos o medicamentos sean seguros, eficaces o estén aprobados para tratar a un paciente específico. UpToDate, Inc. y sus afiliados renuncian a cualquier garantía o responsabilidad relacionada con esta información o el uso de la misma. El uso de esta información está sujeto a las Condiciones de uso, disponibles en <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>. 2024© UpToDate, Inc. y sus afiliados y/o licenciantes. Todos los derechos reservados.

Artículo 15347 Versión 12.0.es-419.1

→