

# LA PROPRETÉ



## *Généralités*

- L'acquisition de la propreté se fait en moyenne entre 3 et 6 mois, les accidents sont possibles, voire inévitables jusqu'à l'âge de 5 ans.
- La majorité des enfants contrôlent leurs sphincters entre 24 et 48 mois de façon naturelle
- 8 enfants sur 10 deviennent propres spontanément
- Pour devenir propre l'enfant doit savoir marcher depuis plusieurs mois, se relever seul quand il est assis, et monter/descendre les escaliers seul
- Les enfants propres la journée continuent à porter une couche la nuit pendant 3 à 6 mois

## *Conseils*

- Mettez-lui un pot à disposition à partir de 20 mois pour le familiariser, sans pour autant le forcer
- Rangez le pot dans les toilettes et pas ailleurs
- Ne le laissez pas jouer ou lire sur le pot et mettez du papier toilette à sa disposition
- Proposez un pot plutôt qu'un réducteur : l'enfant s'y sent plus stable

- Première étape : sieste sans couche. Proposez le pot à l'enfant avant la sieste et si la couche reste sèche 2 ou 3 siestes d'affilée vous pouvez le coucher sans couche
- Deuxième étape : allongez progressivement les périodes sans couche
- Troisième étape : s'il utilise le pot correctement pendant une semaine ou plus passez au slip
- Quatrième étape : si la couche est sèche au réveil pendant plusieurs jours d'affilée, vous pouvez retirer la couche de nuit
- Proposer des rendez-vous réguliers au pot dans la journée : après les repas, avant et après la sieste, avant d'aller se coucher mais sans lui imposer
- Une fois que la décision est prise de ne plus donner de couche à l'enfant, se tenir à la décision, malgré les accidents inévitables à venir !