

¿Alguna vez has pensado que tu bebé es un “poco vago”?

¿Observas que los compañeros de clase de tu bebé aprenden a moverse más rápido que tu hijo?

¿Crees que a tu niño le cuesta aprender cómo gatear o caminar?

En muchas ocasiones, aunque nacen sin ningún problema diagnosticado y durante los primeros meses han desarrollado su sistema motor sin problema, llega un determinado momento en que parece que se han estancado y que por sí solos no son capaces de continuar un progreso motor adecuado. Es lo que se conoce como retraso psicomotor

¿Cómo podemos detectarlo en nuestro bebé?

Durante años se ha estudiado el desarrollo motor del niño por meses de crecimiento y gracias a esto podemos tomar como referencia determinadas adquisiciones motoras que son claves para poder detectar si existe algún retraso motor:

3-4 MESES El niño tiene que tener adquirido control cefálico estable. La posición de la cabeza tiene que estar alineada con el resto del cuerpo (simétrica).

6-7 MESES Es capaz de mantenerse sentado sin apoyo. Comienza a manipular en esta postura sin perder el equilibrio.

8-11 MESES Comienza a desplazarse por el espacio arrastrándose y gateando. Al final de este periodo comienza a agarrarse a los muebles y se pone de pie.

12-14 MESES Empieza la marcha lateral y marcha autónoma. En ocasiones, algunos niños comienzan a caminar más tarde, sin embargo, no hay que preocuparse y hay que darle más tiempo, siempre y cuando el niño sea capaz de desplazarse por el espacio gateando a esta edad.

En los casos de bebés prematuros es importante que se tenga en cuenta la edad corregida, no la edad cronológica.

Consejos para estimular el desarrollo de tu bebé

■ Es importante poner a nuestro bebé boca abajo la mayor parte del tiempo que esté despierto. Es muy probable que al principio observemos que le cuesta estar así posicionado, dado que la fuerza de la gravedad hace que tenga que realizar un esfuerzo al levantar la cabeza. Sin embargo, tenemos que insistir porque poco a poco conseguirá estar tranquilo. En esta postura el bebé aprenderá a controlar la cabeza, fortaleciendo la musculatura del cuello y de la espalda. Si observamos que los brazos del niño están echados hacia atrás le ayudaremos a apoyarse bien, los adelantaremos de

PROBLEMAS DE DESARROLLO

CÓMO DETECTAR SI SUFRE UN RETRASO MOTOR

manera que el hombro y el codo estén en línea. De esta manera, el bebé se apoyará y levantará la cabeza.

Esta postura no tiene que tenerse en cuenta a la hora de dormir, momento en el que le posicionaremos como nos indique el pediatra.

■ Cuando el bebé esté boca arriba le cogeremos de ambos brazos y tiraremos hacia nosotros levantándolo un poco de la superficie de manera que tenga que levantar la cabeza. Al realizar este ejercicio estamos favoreciendo que se fortalezca la musculatura del cuello que le permitirá el control cefálico.

■ También podemos ayudarle a realizar el “volteo”, es decir, el paso de boca arriba a boca abajo. Por ejemplo, para conseguir el volteo hacia el lado derecho pondremos al niño boca arriba y flexionaremos la pierna izquierda a la vez que la llevamos hacia el lado derecho, gene-

Ponerle juguetes a su alrededor cuando esté sentado le ayudará a cargar una cadera u otra al tratar de alcanzar los objetos que le rodean

rando así el movimiento hasta terminar en la posición de boca abajo. Este movimiento es como hacer lo que coloquialmente se llama “la croqueta”.

■ Para ayudarle a sentarse lo haremos cuando el niño esté boca abajo. Le pondremos desde esta posición a de lado; de aquí le cogeremos el brazo y tiraremos hasta que termine sentado.

■ Cuando esté sentado le pondremos juguetes a los lados para que lo coja. De esta manera le ayudaremos a que realice cargas en una cadera y en otra.

■ Le ayudaremos a pasar de sentado a boca abajo de la siguiente manera: Cuando esté sentado nos pondremos por detrás de él, le cogeremos de sus dos bra-

zos y los colocaremos a la altura de su cara, y después le giraremos hasta terminar boca abajo. Este cambio postural le permitirá ir a por juguetes que se hayan desplazado a la vez que evitamos que pase todo el rato sentado sin saber cómo cambiar de postura.

■ La primera forma de desplazarse hacia delante es con el arrastre. Para ayudarle a conseguirlo primero le motivaremos con un juguete que le guste y se lo pondremos a cierta distancia. Partiremos de la posición de boca abajo y le flexionaremos una pierna similar a la “postura de rana”. Para favorecer que empuje hacia delante, a la vez que le flexionamos una pierna le empujaremos del culete del lado que hemos flexionado.



HiPP
BIOLÓGICO



A los bebés sólo les interesa el sabor ...



■ Para favorecer el gateo pondremos al niño a cuatro patas y le balancearemos hacia delante y detrás, desde el culete. Al realizar este movimiento el niño experimenta la sensación de cargas sobre manos y rodillas.

■ Para realizar la puesta en pie partiremos desde la posición de arrodillado. Primero le empujaremos desde el culete hacia arriba para que lo levante. Después le movemos ligeramente hacia un lado para desplazar el peso y que así el niño pueda sacar la otra pierna. La posición de partida para ponerse de pie es conocida como "posición de caballero". Una vez en esta postura, el pequeño se agarrará a un mueble y empujaremos hacia arriba hasta que se ponga de pie.

■ Antes de caminar solo, el niño aprende la marcha lateral. Estimaremos esto cuando esté de pie con sus manos apoyadas en el sofá o en la mesita y le pondremos los juguetes a cierta distancia para hacer que tenga que dar pasos laterales.

¿Quién puede ayudar a mi hijo?

En primer lugar hay que acudir al pediatra para que evalúe al niño y considere si es necesario derivar a otro especialista, como el neurólogo.

El neurólogo es el profesional que evalúa si el retraso psicomotor puede provenir de una causa genética, neurológica o metabólica o bien determinar que no existe causa aparente.

El fisioterapeuta pediátrico es el profesional especializado en desarrollo motor que trata los retrasos psicomotores (independientemente de si existe una causa que los justifique) y su actuación se basa en facilitar todas las secuencias del desarrollo sensoriomotor de forma que el niño cumpla todos los ítems del desarrollo de forma correcta, esto es, con unos patrones de postura y movimiento más normalizados.

El pediatra será quien evalúe derivar al bebé a un especialista como el neurólogo o el fisioterapeuta pediátrico

Estos tratamientos se realizan siempre de manera individualizada atendiendo a las particularidades de cada niño y con los padres presentes en cada sesión para así recibir las pautas de manejo y estimulación a realizar con sus hijos en casa y garantizar el éxito de la evolución.

El fisioterapeuta pediátrico trata además aquellas alteraciones que cursan con retraso psicomotor con causa de prematuridad, parálisis cerebral, síndromes o por problemas ortopédicos, como luxaciones o displasias de cadera que enlentecen el desarrollo motor normal.

Redacción: Paula Gómez de Castro, Fisioterapeuta Pediátrica • Aleka, Centro de Fisioterapia y Desarrollo del niño • www.centroaleka.com • 91 356 46 53

Algunas señales que pueden alertarnos

A parte de tener en cuenta los ítems motores determinantes también existen otra serie de señales que nos pueden alertar. Algunas de ellas pueden ser las siguientes:

Cuando el niño se enfada o llora observamos que se pone tenso y empuja hacia atrás, suponiendo un esfuerzo para los padres el controlarlo. También podemos observar que al estar boca arriba y llorar empuja con la cabeza y se arquea.

Observamos que cuando está tumbado está asimétrico. Esta asimetría puede deberse o bien a que la cabeza permanece todo el rato mirando hacia un lado, o bien que un brazo se mueve menos que el otro.

Rechazo insistente a estar en la postura de boca abajo.

Observamos que a partir de los seis meses sólo están boca arriba, no se sientan ni pasan a la posición de boca abajo.

Una vez conseguida la posición de sentado el niño se mantiene todo el tiempo en esta postura. No realiza cambios posturales a boca abajo, ni se desplaza.

Al arrastrarse tracciona de ambos brazos pero no mueve las piernas.

Al ponerse de pie tampoco utiliza las piernas, únicamente los brazos. Se observa que al estar de pie apoya con los pies en puntillas, suponiendo un esfuerzo apoyar los pies de manera correcta.

Si al caminar marcha de puntillas, asimétricamente o cojea durante largo rato.

En estos casos, siempre teniendo en cuenta las etapas de desarrollo correspondientes a la edad del niño, es conveniente consultar al pediatra y/o fisioterapeuta pediátrico.

