

PLAGIOCEFALIA, TUMMY TIME Y ESTIMULACIÓN PRECOZ

Actualmente, y no desde hace mucho ya se ha empezado a escuchar acerca de la importancia del "Tummy Time" en la prevención y rehabilitación de deformidades como la Plagiocefalia, Braquicefalia, Escafocefalia... Y cada vez son más los padres que tienen conocimiento de actividades como la Psicomotricidad o la Estimulación Precoz en España (en Europa lleva más de 30 años) y apuntan a sus hijos a éstas.

Sin embargo, y aunque haya algunos profesionales trabajando en estas patologías formados en ello (como en el Dexeus de Barcelona), no se ha incluido todavía la Estimulación Precoz en estos tratamientos.

La Estimulación Precoz consiste en ayudar al niño en sus primeros meses de vida a conseguir el desarrollo adecuado a su edad, desde un punto de vista global: es decir, abarcando todos los aspectos de su desarrollo:

- Perceptivo (visual, táctil, etc.)
- Motor
- Psicomotor (coordinación, lateralidad...)
- Cognitivo
- Afectivo...

Se trata de estimular al niño con diferentes actividades, dirigidas a corregir o favorecer aquellas áreas del desarrollo en las que tenga algún retraso o simplemente como prevención para que el niño no se salte ninguna etapa del mismo. Las bases de la Estimulación Precoz consideran que es importante que los niños pasen por todas las fases de su desarrollo (principalmente en el primer año de vida), ya que cada una de ellas está destinada a unos aprendizajes diferentes, desarrolla diferentes grupos musculares, y obtiene diferentes experiencias imprescindibles para el adecuado esquema corporal y desarrollo del sistema cognitivo.

El Tummy Time consiste en una serie de actividades y recomendaciones para los padres dirigidas a que el niño pase más tiempo boca abajo y alternando diferentes posiciones: es una guía de reposicionamientos que evita que el niño pase demasiado tiempo en decúbito supino, con el objetivo de prevenir deformaciones craneales o de ayudar a reducirlas, en caso de que existan previamente.

La Estimulación Precoz no sólo se trabaja en casa, se trabaja desde la clínica, y en un abanico mucho más amplio que el Tummy Time: no consiste únicamente en realizar cambios posturales al niño, si no en que éste integre estas nuevas posturas en su desarrollo, en su esquema corporal, y pueda comenzar desde la nueva posición con nuevas acciones; además, no tiene el objetivo único de prevenir deformidades craneales, si no de conseguir un adecuado desarrollo del bebé, que más tarde le proporcionará las bases para desarrollar las capacidades motoras y perceptivas necesarias para el resto de su infancia.

Otro aspecto que diferencia el Tummy Time de la Estimulación Precoz, es la persona "protagonista" o "que toma las riendas" de la recuperación:

los consejos y cambios posturales que propone el Tummy Time están por supuesto dirigidos a los padres, quienes deben estar pendientes de realizarlos en los momentos adecuados y de la forma correcta; la Estimulación Precoz, sin embargo, está dirigida al niño: es decir, es el propio niño el que va a ir progresivamente incorporando esos avances y el que se hará cargo de tomar esas posturas más adecuadas a su situación.

Dadas las características del Gabinete STARcenter, en las sesiones de Estimulación Precoz aunque se contempla al niño desde una perspectiva global, no se trabajan todos los aspectos del mismo, si no únicamente los que se considere que pueden influir y favorecer en la recuperación de la Plagiocefalia; hay que destacar, que estos aspectos, no han de ser exclusivamente motores, y/o exclusivamente de la parte del cuello o del cráneo.

Estos son sólo algunos ejemplos de cómo puede influir la Estimulación Precoz en el tratamiento de la Plagiocefalia:

- Al pasar mucho tiempo en la misma posición (como se sabe que ocurre con los niños con Plagiocefalia y otras deformidades del cráneo), el bebé sólo desarrolla fuerza en una parte de los músculos; esto puede hacer que los músculos antagonistas no hayan desarrollado suficiente fuerza como para que el niño cambie por sí mismo de posición; esta dificultad o incapacidad para pasar de decúbito supino a decúbito prono, o de sentado a cuatro patas, por ejemplo, hará que el niño esté incómodo boca abajo y sea reacio a mantenerse en esta posición; por muchas veces que el padre o la madre le coloque, acabará dándose la vuelta hacia arriba o colocándose del lado del que no debería.
No es raro ver que incluso deriva en que el niño omite alguna etapa de su desarrollo, como puede ser el gateo (etapa muy importante si queremos ayudar a corregir la plagiocefalia).
Mediante la Estimulación Precoz ayudamos a que poco a poco el niño se vaya sintiendo más cómodo en esta posición, a la vez que se van fortaleciendo sus músculos.
- En ocasiones, el simple hecho de estimular táctilmente las palmas de las manos y los músculos flexores de las mismas puede ayudar en niños en los que se observa cierta falta de interés por los objetos que le rodean: el interés por alcanzar diferentes objetos le hará comenzar a desplazarse por sí mismo para conseguir su objetivo, lo que le hará pasar más tiempo boca abajo gateando, reptando o desarrollando estas fases si no lo ha hecho todavía; este tipo de posiciones supone además un aumento de la fuerza de los músculos del cuello, principalmente los extensores, reduciendo así otro problema muy común cuando se habla de deformidades craneales posicionales.
- La estimulación visual del niño con diferentes objetos en el suelo, no sólo ayuda en los objetivos anteriormente descritos, si no que es muy eficaz cuando se quiere conseguir un estiramiento activo de los músculos del cuello (es decir, que el niño mueva el cuello de un lado a otro y de arriba a abajo), alternando los objetos de lugar al jugar con él, y dejándole que explore el espacio en el que está.
- Habitualmente, cuando se habla de problemas de Plagiocefalia, Braquicefalia, etc. se hace hincapié en el fortalecimiento de los músculos del cuello casi exclusivamente por su importancia en las tortícolis; sin embargo, si al niño le falta fuerza en los músculos abdominales o paravertebrales, le costará sentarse debido a la falta de control de tronco, y pasará más tiempo en decúbito supino; si el niño tiene debilidad en las extremidades, no pasará apenas tiempo sobre las mismas, elevando el pecho, reptando o gateando, y sí en decúbito supino, lo que enlentecerá la recuperación. En las sesiones de Estimulación Precoz el niño realiza actividades que le fortalecen aquellos grupos musculares que lo necesitan.
- La aplicación de masajes en ciertas zonas del cuerpo son otro punto importante, ya que también estimula los músculos de las zonas en las que se aplique. El tipo de masaje varía según el objetivo que se quiera conseguir.

Se podría considerar, por tanto, que el Tummy Time y la Estimulación Precoz son dos complementos muy necesarios en la prevención y rehabilitación de deformidades craneales como la Plagiocefalia, Braquicefalia y la Escafocefalia: el primero a realizar por los padres y el segundo en la clínica.

En niños de 0 a 1 año, las sesiones de Estimulación Precoz que se realizan son de 30 minutos, una o dos veces a la semana. El número de sesiones se determina según la necesidad del niño. Sin embargo, en la mayoría de los casos de Plagiocefalia, Braquicefalia y Escafocefalia, en los que no hay otra patología asociada, y con la ayuda de los padres en casa con el Tummy Time, no suelen ser necesarias muchas sesiones, por lo que éstas no duran más de lo que dura el tratamiento con la ortesis craneal STARband, y ayudan a agilizar el mismo. En el Gabinete STARcenter, dentro de estas sesiones se incluye el tratamiento pasivo a realizar en casos de tortícolis, el cual tendrán que seguir en casa los padres con las indicaciones del Terapeuta Ocupacional.

STARcenter gabinete