



Los fisioterapeutas pediátricos estamos formados para asesorarte ante cualquier cuestión respecto al desarrollo motor o patologías que presente tu bebé. Si tienes cualquier duda no dudes en consultar a tu fisioterapeuta.

Fisioterapia



en el primer año de vida

¿Qué es la fisioterapia pediátrica?

La fisioterapia pediátrica es la disciplina de la fisioterapia que se encarga del asesoramiento, tratamiento y cuidado de aquellos bebés, niños/as y adolescentes que presenten una alteración general en su desarrollo, y/o desórdenes en el movimiento u otras enfermedades o alteraciones que pueden ser tratadas, controladas o aliviadas por expertos fisioterapeutas.



Ante una lesión... no te la juegues

¡Acude a un/a fisioterapeuta!

Col·legi Oficial de Fisioterapeutes
de les illes Balears

971 713 018

www.colfisiobalear.org



Col·legi Oficial de Fisioterapeutes
de les illes Balears

C/ Camp Redó nº 3 bajos - 07010 Palma - Mallorca - Balears
Telf. 971 713 018 - Fax. 971 711 386 - e-mail. info@colfisiobalear.org

AUTORES: Este díptico está elaborado por la colegiada Elvira L. Ripoll y por el Colegio Oficial de Fisioterapeutas de las Islas Baleares.

¿A qué niños/as puede ayudar un fisioterapeuta pediátrico?

La fisioterapia pediátrica abarca un gran número de patologías que precisan el tratamiento o recursos para minimizar y prevenir alteraciones en el desarrollo motor provocadas por diferentes tipos de afecciones como:

- Alteraciones en el desarrollo psicomotor o retraso psicomotor (prematuridad, cromosomopatías,...)
- Alteraciones neurológicas: Parálisis cerebral, espina bífida, traumatismos craneoencefálicos, trastornos de la coordinación...
- Síndromes genéticos: Síndrome de Down, West, Angelman, X-Fragil, Prader-Willi...
- Alteraciones óseas o musculares congénitas: tortícolis congénita, displasia de caderas...
- Alteraciones motoras permanentes degenerativas: enfermedades neuromusculares, enfermedades reumáticas...
- Afecciones a nivel respiratorio como bronquiolitis, neumonía, asma, fibrosis quística...
- Cólico del lactante
- Proporcionar apoyo y asesoramiento a las familias, coordinarse y colaborar con otros especialistas tanto del ámbito de la salud, la educación o de los servicios sociales.
- El fisioterapeuta pediátrico tiene un gran papel de prevención de futuras alteraciones en su desarrollo y promoción de la salud, realizando intervenciones educativas.

Desarrollo psicomotor en el primer año



Cuando nacen los niños/as tienden a una postura en flexión, tanto las piernas como los brazos permanecen flexionados. Poco a poco va bajando este tono y van controlando los movimientos que realizan.



Dos meses: Empiezan a levantar la cabeza 45º boca abajo, aparece la sonrisa.



Tres meses: Intentan agarrar objetos en la línea media tumbados boca arriba.



Cuatro meses: Son capaces de levantar la cabeza 90º boca abajo, realizan el apoyo sobre los codos.



Cinco meses: Empiezan a voltear, estando boca abajo realizan transferencias laterales del peso para intentar alcanzar el objeto que tienen delante. Se apoyan sobre las manos, con extensión de codos.



Seis - siete meses: Se mantienen sentados apoyados sobre las manos. Descubren que sus pies están ricos. Hacen fuerza con la cabeza para sentarse. Se pasa los juguetes de una mano a otra; rotan el tronco e intentan pivotar en esta postura.



Ocho meses: Realizan un gateo disociado, alternando brazo y pierna contrario. Realizan balbuceos y empiezan a repetir sonidos, es el preludeo del lenguaje.



Nueve meses: intentan ponerse de pie, quieren descubrir lo que hay por encima de la cuna.



Once meses: Juegan en cuclillas, caminan con la ayuda de los padres, y les encanta ir de lado a lado en la mesa del salón o el sofá.



Doce meses: Algunos niños/as empiezan a caminar solos y otros con ayuda. Les encanta explorar y coger cosas pequeñas con los dedos índice y pulgar. Empiezan a decir una o dos palabras.



Quince meses: Son mucho más ágiles caminando, les gustan las escaleras, subir las y bajarlas. Son capaces de ponerse de pie ellos solos sin apoyo.



Dieciocho meses: Empiezan a correr, aunque son un poco torpiones, cada vez controlan más sus movimientos, les gusta jugar con pelotas y son capaces de chutar un balón



La mayoría de los niños/as adquieren la marcha independiente entre los 11 y los 15 meses de edad. La adquisición de esta posterior a los 18 meses, se considera un retraso y puede deberse a diversas causas, las cuales no son todas patológicas.

Adquisición motriz

El desarrollo psicomotor es un proceso complejo y extraordinariamente dinámico y cambiante. Simultáneamente también es un proceso predecible, ya que todos los niños/as tienen un desarrollo similar, pero con variaciones sutiles en cada uno de ellos.

Para que los niños/as aprendan nuevos hitos motores, es necesaria la combinación de diversos factores como:

REPETICIÓN + PRÁCTICA AL AZAR + ENTORNOS CAMBIANTES

Para que los niños/as aprendan es muy importante que inicie la actividad motriz y que la práctica de esta actividad incluya ensayo-error. Es necesario que intenten explorar, sentarse, ponerse de pie, caminar... que experimenten, ya que dichas experiencias tanto negativas como positivas en los primeros años influyen en sus cerebros.

Juego



Para que los niños/as se desarrollen de manera idónea es importante motivarlos. Para estimularlos correctamente es importante jugar con ellos, ser partícipes en su día a día. Se requiere motivación para poder modificar los programas de aprendizaje motor.



Es importante jugar con los niños/as, motivarlos, debemos conseguir que el juego que hagamos con el niño tenga un significado y que el esfuerzo que deba realizar, el cual implica la practica del movimiento, sea intencionado y con finalidad.

Signos de alerta

Cada niño posee un ritmo, y no hay que presionarlos, siempre y cuando no se advierta patología alguna. Hay algunos signos que nos pueden alertar en caso de que el desarrollo no se esté realizando como toca.

Algunos de ellos son: falta de sonrisa social al cuarto mes, falta de control de tronco para mantenerse sentado a los nueve meses, a los doce meses no se ponen de pie o son incapaces de repetir sonidos o balbuceos. A los dieciocho meses no consiguen caminar autónomamente, emitir palabras o señalar objetos.

Productos desaconsejados para el desarrollo



En ocasiones, se le ofrecen a los niños/as objetos que aceleren el desarrollo motor. Debemos favorecer el desarrollo del niño dándole la oportunidad de experimentar por si solo, en un espacio seguro y confortable como una alfombra en el suelo.



Los andadores (taca-taca), saltadores, corralitos, hamacas... son productos contraproducentes y peligrosos para los niños/as. Puede generar problemas severos en ellos. Algunas de las consecuencias del uso de estos aparatos son: displasia de caderas, alteraciones en la columna, alteraciones en los pies, malformaciones cefálicas... No hay que olvidarse que en los menores de 3 años está desaconsejado el uso de móviles, tablets y televisores.

