

# Tortícolis Postural y la Importancia de Tiempo Boca Abajo

## Conozca a Jonathan

### 6 Meses de Edad

Jonathan comenzó a recibir terapia física a los cuatro meses de edad, debido a que su madre comenzó a notar que su cabeza estaba inclinada hacia un solo lado.

Jonathan fue diagnosticado con tortícolis, una condición común en la que hay contracciones prolongadas de los músculos de un lado del cuello y/o del cuerpo. Sin tratamiento la Tortícolis puede limitar la habilidad de lograr movimientos básicos como sentarse, gatear y finalmente caminar. Se puede ver como su espalda está curvada debido a la contracción de los músculos en un lado. Esto limita que él pueda aprender a sentarse independientemente. Jonathan también tiene dificultad de acceder a juguetes con su brazo derecho.



La terapeuta está mostrándole a Jonathan a sentarse correctamente. La mano sobre su cadera ayuda a trasladar su peso para que él pueda aprender a alcanzar y agarrar con ambas manos.

Los padres de Jonathan también le dieron constante seguimiento a través de un programa en la casa recomendado por la terapeuta. Este programa básicamente vuelve a "entrenar" los músculos de Jonathan para mejorar su postura y el control de los músculos.



### 9 Meses de Edad

A los nueve meses, Jonathan es capaz de sentarse de forma independiente y la curva en su columna vertebral es mucho más reducida. Él es capaz de alcanzar objetos sin perder su equilibrio usando el brazo derecho o el izquierdo.

Note que todavía está poniendo más peso sobre la cadera izquierda.



La terapeuta sigue trabajando en la estimulación de los músculos utilizando sus manos para simular la postura correcta.

Ella ha colocado juguetes alrededor de Jonathan de forma estratégica, para ayudarle a alcanzar objetos y estirar sus músculos. De esta manera mejora su simetría, la fuerza muscular y el equilibrio.



### 11 Meses de Edad

A los once meses, Jonathan es capaz de sentarse con la espalda recta y el peso distribuido uniformemente en ambas caderas.

La curva observada a los seis meses ya no es visible.

Todavía tendrá visitas ocasionales con un terapeuta físico para supervisar cualquier recurrencia en la asimetría del cuello o de la espina dorsal. Esto potencialmente pudiera contribuir a la escoliosis en un futuro.



Fíjese cómo Jonathan alcanza libremente con el brazo izquierdo y con el derecho, moviendo fácilmente las extremidades lejos del cuerpo mientras mantiene su equilibrio.

Esto es un cambio importante ya que sólo 4 meses atrás, mantenía su brazo derecho cerca del cuerpo para antener estabilidad.



**PUUEDE COPIAR LIBREMENTE, NO CAMBIE EL CONTENIDO, DEBE DARSE CRÉDITO A PATHWAYS.ORG**

Pathways.org es una organización sin fines de lucro 501(c)(3). Necesita permiso de Pathways.org para citar o mencionar éste contenido. Los materiales son proveido gratis; No debe de aver ningunos cargos sin obtener, primero, el permiso en escrito de Pathways.org.

[www.Pathways.org](http://www.Pathways.org) • [Facebook.com/PathwaysDotOrg](https://www.facebook.com/PathwaysDotOrg) • (800)955-CHILD (2445)