

Guía para padres: Estimulación temprana

Índice:

- ¿Qué es la estimulación temprana?
- ¿Para qué sirve la estimulación temprana?
- ¿Quiénes ingresan a estimulación temprana?
- ¿Qué son los factores de riesgo?
- ¿Quiénes participan en la estimulación del niño?
- ¿A qué edad debo iniciar la estimulación?
- ¿Qué se necesita para estimular a un bebé?
- ¿Qué debo hacer si no realiza alguna de estas actividades?
- ¿Cuánto tiempo durará mi bebé en estimulación?
- ¿En qué consiste el programa?

¿Qué es la estimulación temprana?

Es el conjunto de acciones que proporcionan al niño las experiencias que éste necesita desde su nacimiento, para alcanzar su desarrollo psicológico, físico y mental, con la finalidad de proporcionarle cuidados, salud y nutrición en las etapas más tempranas de la vida, especialmente en el periodo que no se ha completado la maduración de su cerebro con el objeto de ofrecer estímulos adecuados a la edad, condición y situación particular del niño.

Es un programa preventivo enmarcado en la atención infantil, impulsando el sano crecimiento físico y mental.

Consiste en un programa con bases científicas, basadas en el conocimiento que se tiene sobre el desarrollo normal del niño en sus diferentes edades

¿Para qué sirve la estimulación temprana?

Para mejorar el desarrollo del niño y elevar al máximo sus posibilidades físicas y mentales mediante una estimulación continua y regulada.
Sirve para prevenir la aparición de alteraciones del sistema nervioso.
Tiende a disminuir los efectos de una discapacidad y atender las necesidades de la familia.

¿Quiénes ingresan a estimulación temprana?

Todo niño que presente factores que se conocen de riesgo y que estos pudieran presentarse antes, durante y después del nacimiento.
Niños con daño neurológico o enfermedad ya establecida que afecte el desarrollo normal.
Niños sin un problema aparentemente neurológico pero que presenten ya un retraso en su desarrollo por alguna otra causa

¿Qué son los factores de riesgo?

Son todas aquellas series de condiciones que se pueden presentar antes del nacimiento, durante el embarazo o después del nacimiento del bebé, que posiblemente puedan llegar a provocar alteraciones neurológicas en el recién nacido.



Guía para padres: Estimulación temprana

Existen factores de riesgo preconcepcionales que pueden ser:

- La edad de la madre ya sea muy joven (de los 13 a los 17 años), o que sea mayor de 35 años.
- Que pueda padecer una enfermedad previa como una diabetes o hipertensión, una enfermedad infecciosa no tratada.
- Que fume, tome o se drogue.
- Que tenga problemas de peso como obesidad, desnutrición o anemia.

Los factores prenatales:

Incluyen todos aquellos que ocurren antes del nacimiento y estos pueden ser:

- Hipertensión.
- Diabetes mellitus.
- Alteraciones en la placenta o el útero.
- Infecciones virales como el citomegalovirus, herpes, rubeola, toxoplasma.
- Que la mamá ingiera alcohol, fume, tome medicamentos prohibidos o se drogue.

Los factores natales o que ocurren durante el parto son:

- Trabajo de parto prolongado.
- Problemas respiratorios del bebé al nacer.
- Bajo peso al nacer, menor de 2,500 gramos.
- Prematuros menores de 37 semanas de gestación o postmaduros de tienen más de 42 semanas de gestación.
- Que hayan presentado complicaciones que hayan ameritado traslado a unidad de cuidados intensivos.

Los factores postnatales o que ocurren después del nacimiento del bebé son:

- Que tenga problemas respiratorios persistentes que ameriten intubación prolongada por ejemplo.
- Que desarrolle problemas de elevación de bilirrubinas.
- Infecciones durante su tiempo de hospitalización como pueden ser neumonías.
- Las infecciones cerebrales.
- Hemorragias cerebrales y que a su vez acumule líquido en su cerebro conocido como hidrocefalia y esto ocasione que el bebé convulsione.
- Alteraciones en su control de azúcar en la sangre y llegue a presentar tanto una elevación como una disminución de su glucosa.
- Que presente alguna malformación en alguno de sus órganos vitales como es el corazón, hígado, intestino o cerebro.

Todos estos factores de riesgo son los probables causantes de que un bebé pueda a llegar a tener o desarrollar alteraciones neurológicas.

La suma de ellos pone en mayor riesgo a que un bebé pueda desarrollar un problema en su desarrollo pero también uno solo de ellos puede ser el factor principal desencadenante de un problema, principalmente en un cerebro inmaduro.



Guía para padres: Estimulación temprana

Pero a todos estos se puede agregar también el factor ambiental en donde se desarrolla el bebé tales como:

- La pobreza.
- El rezago cultural y educativo.
- La incertidumbre de la madre hacia la crianza favoreciendo así enfermedades, desnutrición y retraso en su desarrollo.

Se sabe que la privación nutricional en el primer año de vida puede acarrear daños irreparables en el desarrollo físico y mental del niño.

Presenta como resultado en los años siguientes una disminución del peso y talla, una propensión marcada las enfermedades, dificultades en la atención y la concentración, pobreza intelectual, entre otros.

Pero también la privación cultural y la falta de estímulos psicosociales van a afectar este desarrollo, particularmente en lo intelectual y la formación de la personalidad.

En muchas ocasiones es imposible de recuperar por no haberse propiciado la estimulación en el momento preciso en que debía ser proporcionada.

¿Quiénes participan en la estimulación del niño?

Preferentemente deben participar ambos padres, porque de alguna manera, en su actividad cotidiana con los hijos, estos llegan a convertirse en sus verdaderos terapeutas ya que son el elemento clave para su estímulo psíquico, físico y social.

De preferencia que sea bajo la supervisión de un médico rehabilitador pediátrico.

Con la participación de terapeutas físicos, ocupacionales y de lenguaje.

¿A qué edad debo iniciar la estimulación?

Antes de los 6 meses de edad, se debe estimular al niño desde que está dentro de la mamá a través de música, voces de los papás y una vez que nace y se detecta algún problema seguir el programa hasta que su médico lo considere necesario, podría considerarse hasta los 2 años.

¿Qué se necesita para estimular a un bebé?

Principalmente amor, entusiasmo y constancia.

Por medio de una orientación por profesionales diversas técnicas que estén llenas de sonidos, colores, luces y diferentes texturas que se encuentran en la vida diaria.

Se debe conocer lo que se espera que un bebé realice de acuerdo a su edad. Además de conocer aquello que nos indique algún problema en su desarrollo, pero esto debe ser basado en una revisión médica oportuna con sospecha de que el niño presenta un problema en su desarrollo.

Por lo tanto se otorga un pequeño cuadro que puede ayudar a orientar las actividades importantes en los 2 primeros años de vida en la siguiente ilustración.

Guía para padres: Estimulación temprana

¿Qué debo hacer si no realiza alguna de estas actividades?

Acudir a una revisión médica por un médico especialista en Medicina de Rehabilitación Pediátrica, en este caso en el Centro de Rehabilitación Infantil Teletón para una valoración y determinar cuál es el procedimiento a seguir. O cualquier centro de rehabilitación del país que cuente con este programa.

¿Cuánto tiempo durará mi bebé en estimulación?

Es variable, depende del estado neurológico o retraso que pueda presentar el niño y la capacidad de respuesta de éste para que logre el mejor desarrollo posible.

Si un niño ingresa a un programa de estimulación, éste se lleva en forma integral, mediante la valoración por el equipo interdisciplinario y multidisciplinario con la finalidad de que el niño sea visto no sólo en lo físico, sino en lo psicológico, espiritual y social.

¿En qué consiste el programa?

En una serie de ejercicios que se aplican de acuerdo a lo que necesite el niño con el fin de que logre las diferentes etapas del desarrollo, lo más cercano a la edad esperada, por ejemplo:

Que sostenga su cabeza, se siente, se arrastre, que realice el gateo, se ponga de pie y camine, todo esto englobado en el desarrollo motor grueso, así como que trabaje la pinza fina como es que tome objetos pequeños, que los pase de una mano a otra, que distinga y discrimine, etc.

También es importante que participe en la alimentación.

Que desarrolle su lenguaje e intentos de comunicación, todo esto a través de actividades que se acompañen de rimas, canciones y juegos para que puedan ser aceptados por el niño.

En ningún momento deben ser actividades que lo lastimen.

Por todo lo anterior se habla que la estimulación temprana es una puerta amplia hacia el futuro para el bien de los niños que a su vez se reflejará en su desarrollo para llegar a la etapa adulta.

Por lo tanto se debe permitir enriquecer las prácticas de crianza y la protección de la salud, la nutrición y que se pueda desarrollar a bajo costo, para que el niño viva en un ambiente rico de posibilidades que le garanticen tanto sus condiciones físicas y de salud como su desarrollo psicológico.

Complicaciones

Los pacientes amputados sufren distintos tipos de complicaciones colaterales que deben ser tratadas, ya que éstas demoran el proceso de rehabilitación y, en algunos casos, incluso obligan a suspenderlo. Las afecciones más comunes que complican el proceso de rehabilitación son:

Dolor de espalda: Debido a la postura incorrecta que el paciente amputado adopta durante la marcha existe un desbalance muscular que provoca dolores en un 50% de los casos, desviaciones de columna en un 60% y patologías articulares en menor proporción.

Guía para padres: Estimulación temprana

Patologías de cadera y rodilla: Con el curso del tiempo las articulaciones proximales a la amputación y las del miembro sano sufren un desgaste por la sobrecarga. Esto genera la aparición de patologías como artrosis y osteoporosis, pues la densidad normal del hueso disminuye por el cambio de actividad del paciente. Ello ocasiona un flujo sanguíneo menor y, por consiguiente, la nutrición del hueso resulta afectada.

La piel del muñón: Las lesiones cutáneas del muñón pueden ser dolorosas, provocar vicios de la marcha e incluso generar inconvenientes en el uso de la prótesis. Por tal motivo, el tratamiento de la lesión cutánea del muñón debe ser precoz. Las complicaciones más frecuentes de la piel son enrojecimiento y rotura superficial de tejido, comezón, micosis, piel de naranja, forúnculos, neuroma y sensibilidad cicatrizal.

Alteraciones emocionales: Algunos de los sentimientos que el paciente amputado experimenta son depresión, impotencia, angustia y ansiedad.

Gasto de energía: El niño con amputación realiza una marcha de pasos cortos, por tal motivo, necesita mayor cantidad de pasos para cubrir una superficie. Además, debe controlar la prótesis, el equilibrio y el desplazamiento del centro de gravedad. Todos estos factores producen un gasto de energía mayor, directamente proporcional al nivel de amputación. Un niño que presenta un nivel alto de amputación, requiere un 200% más de energía que uno sin prótesis.

Se requiere de un entrenamiento correcto de la marcha, la industria ha logrado diseñar pies ortopédicos que almacenan energía y generan una mayor reacción del suelo en el momento de descargar el peso. Las rodillas protésicas actuales también aportan una gran ventaja para estos casos.

¿Qué hago como Papá?

Al detectarse el padecimiento se recomienda la pronta y oportuna atención médica, lo más recomendable es la atención en un centro de atención integral que incluya valoración por médicos especialistas en rehabilitación y ortopedia. Además debe contar con terapia física, terapia ocupacional, apoyo psicológico, nutriólogo y trabajadora social.

¿Cómo va a desarrollarse mi hijo?

Los retos del niño amputado son el crecimiento, el entrenamiento con la prótesis, problemas de disciplina y problemas psicológicos generados en la escuela y el hogar.

Los niños con amputaciones de nacimiento logran ser independientes en algunos casos con miembros parciales: pies, dedos o brazos. Son muy adaptables a su situación y algunos no necesitan realmente una prótesis. Esto debe de ser valorado por un especialista en rehabilitación.

En ocasiones llegan a requerir adaptaciones, solamente como aspecto cosmético más que funcional. Una prótesis cosmética ayuda emocionalmente a aceptar sus diferencias en las extremidades.

Si la amputación no es de nacimiento, se debe conservar la mayor cantidad de hueso posible para el futuro crecimiento de la extremidad.

Guía para padres: Estimulación temprana

¿Cómo es el proceso de tratamiento?

El tratamiento de los niños con amputaciones debe ser interdisciplinario.

Se recomiendan lo siguiente:

Terapia física, en la que se estimula el control de la cabeza, el tronco, los cambios de posición, el gateo, el equilibrio para permanecer de pie y el caminado, dependiendo de las limitaciones que presente el paciente.

Ejercicios de movilización articular, estiramientos musculares, para evitar o disminuir las deformidades, mejorar el equilibrio estático y dinámico.

Terapia ocupacional, en la que se facilitan las actividades de la vida diaria como la alimentación, la higiene personal, el vestirse, comunicarse y lograr trasladarse, aumentando la independencia y mejorando la calidad de vida.

El apoyo psicológico es importante tanto para el niño como para sus familiares, para poder sobrellevar la discapacidad con la ayuda de una persona especializada para ello.

Adaptación de la prótesis:

Adaptar una prótesis requiere tiempo. Se procura ir adaptando y modificando la misma de acuerdo a la edad, sin que produzca molestias.

El niño siempre puede adaptarse a una nueva prótesis, pero eso conlleva tiempo. Igualmente el ajustar, elaborar y alinear una nueva prótesis no es fácil; en ocasiones lleva meses acostumbrarse. La repercusión de adaptar una prótesis adecuadamente será integrar al individuo, dependiendo de sus capacidades, a una vida productiva, social y familiar.

Las prótesis pueden ser elaboradas de acuerdo a la región anatómica a suplir. Pueden ser de diferentes tamaños y materiales, lo cual determinará el peso y el costo económico de la misma.

Para los niños en edad de crecimiento también puede ser positivo que convivan con otras personas que compartan sus circunstancias, sobre todo con personas que han triunfado en ciertas profesiones. De esta manera podrán crear imágenes mentales de sí mismos convirtiéndose en personas de talento, ya que aunque quizá no todos serán súper estrellas, poseen una grandeza interior que puede utilizarse, alimentarse y cultivarse.

Ahora que se todo esto: ¿Qué hago como padre?

Si mi hijo requiere o presenta alguna amputación lo que debo hacer es acudir a un centro de rehabilitación integral para la valoración, diagnóstico y manejo adecuado de la misma



Guía para padres: Estimulación temprana

Medidas y cuidados generales para realizar en casa

Para iniciar el correcto cuidado de una prótesis debemos estar seguros de que es la adecuada en el momento oportuno, lo cual será determinado por el médico en rehabilitación.

Posteriormente, dependiendo el tipo y material de prótesis, se debe brindar el mantenimiento que ésta requiera con la persona indicada para ello (protesista). En casa deberemos de vigilar el buen uso de la prótesis. Así como también señales que ameriten una nueva valoración (como el buen ajuste de la prótesis, zonas de presión y cambios de coloración en la piel).