

RECOMENDACIONES DE FISIOTERAPIA PARA PADRES DE NIÑOS, NIÑAS Y JÓVENES CON DIVERSAS CONDICIONES QUE AFECTAN SU MOVILIDAD, Y DESARROLLO INTEGRAL.



**DIRECCIÓN DE SERVICIOS TÉCNICOS Y MÉDICOS
DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA**

Elaborado por:
Licda. Anarelis Medina
de Quijano
Jefa del Departamento de
Fisioterapia



OBJETIVOS

Evitar atrasos motores significativos, alteraciones en la postura, equilibrio y movimiento en los niños, niñas y jóvenes, con diversas condiciones como:

- **Antecedentes de Alto Riesgo, (prematuridad, anoxias, malformaciones cerebrales, entre otras) que presenten retrasos en el desarrollo psicomotor.**
- **Síndromes genéticos que afecten su desarrollo motor (Síndrome de Down entre otros).**
- **Alteraciones neuromotoras (lesiones y malformaciones cerebrales).**
- **Alteraciones sensoriales (visuales, auditivas,).**
- **Otras condiciones que afecten el movimiento, la postura y el equilibrio.**

1

RECOMENDACIÓN PARA LA PRIMERA INFANCIA

Volteo, Arrastre y Gateo



Mantenerlos en el piso, sobre una colcha o alfombra de foam. Para que controle su cabeza se requiere que permanezca boca abajo con un rodillo o toalla gruesa debajo de sus brazos.



Realizarle ejercicios alternos de brazos y piernas para establecer movimientos que le ayuden al arrastre (4 a 5 meses), sentarlo con apoyo inicial (6 meses), gateo (8 meses) y marcha(1 a 15 meses).



El niño (a) debe tener la oportunidad de movimientos y experiencias sensoriales que le brindan las actividades como: tocar diversas texturas – jugar con arena, gelatina, masa de harina y otros estímulos táctiles, diferentes olores, sabores y sonidos. Puede confeccionar esta alfombra sensorial para que el niño ruede, se arrastre, gatee y camine sobre ella.

2

RECOMENDACIÓN PARA EL NIVEL PREESCOLAR



JUEGOS MOTRICES :

Lanzar la pelota, patearla, arrastrar y halar un juguete con peso, jugar a la rayuela, montar un triciclo y armar cubos de diferentes tamaños.



Hacer un circuito donde el niño tenga que vencer obstáculos en diferentes posiciones: arrastrar debajo de una mesa, gatear sobre un túnel de cartón, caminar sobre peldaños de diferentes alturas, bajar pendientes. Podemos incluirle estímulos como: agua, arena, tempera, lodo .

ESTAS ACTIVIDADES FORTALECEN LOS MÚSCULOS ,E INTEGRAN A NIVEL CEREBRAL LOS MOVIMIENTOS RECÍPROCOS QUE AYUDAN A LA COORDINACIÓN MOTORA.

3

RECOMENDACIÓN PARA EL NIVEL ESCOLAR

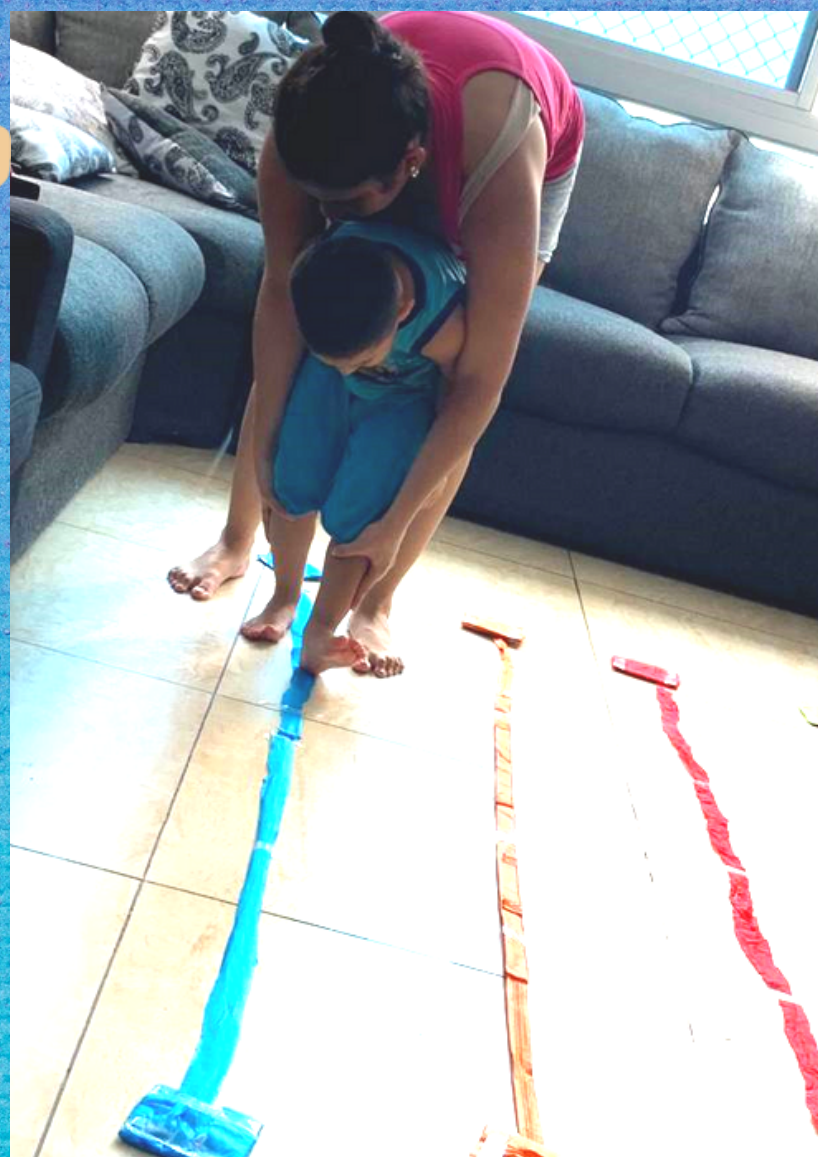
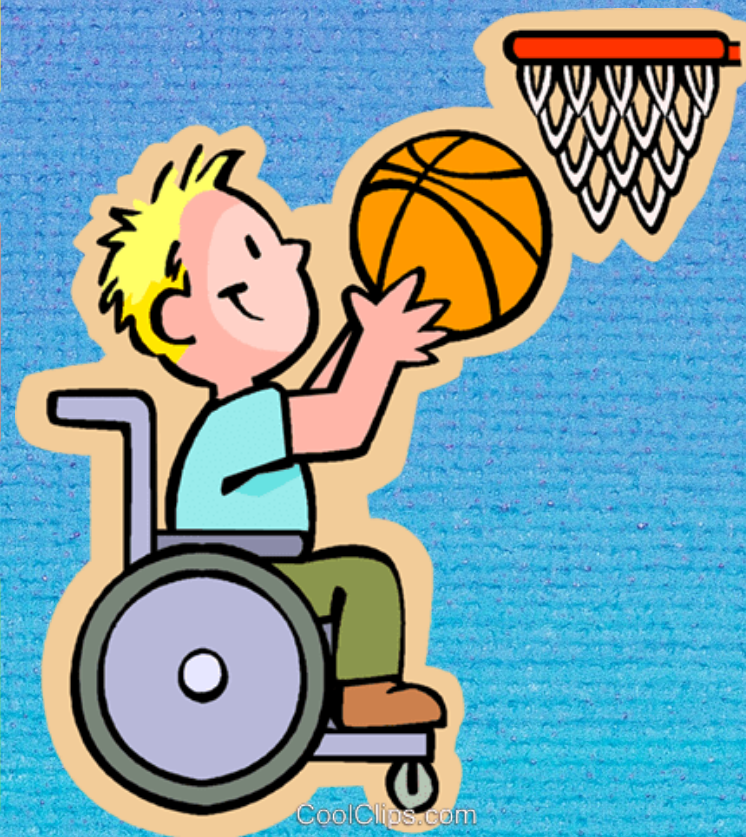
Estudiante con movilidad reducida:

Moverlos constantemente, para evitar deformidades. (movimientos de flexión y extensión de brazos y piernas estirando con mucho cuidado sus segmentos corporales).

Si sus músculos estén tensos o espásticos: bañarlo con agua tibia y hacerle suaves masajes para relajarlo.

Mantener su postura alineada, cabeza en el medio, brazos y piernas extendidas, evitando cruzarlas.

Integrarlos en actividades con los hermanos y la familia, adaptando los juegos motrices a su condición y edad.



Estudiante que camina incoordinadamente y tiene dificultad para realizar movimientos en las actividades escolares.

Recomendamos a los padres organizar juegos en los que el joven pueda desarrollar su psicomotricidad: twister, halar la soga, jugar con bolos, saltar en sacos, encestar la pelota en un aro, subir y bajar peldaños alternando sus pies. Pueden utilizar materiales que tengan en el hogar.

Estos juegos favorecen :

- el equilibrio estático y dinámico
- la coordinación motora y la postura.
- integrar la lateralidad (derecha, izquierda), espacialidad , ritmo y tiempo.
- mejoran la atención. y el seguimiento de órdenes.

TODOS ESTOS SON ELEMENTOS ESCENCIALES PARA EL LOGRO DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.