

MANEJO DE LA PLAGIOCEFALIA POSTURAL

Varga del Hoyo Marta, Varga del Hoyo Raquel

INTRODUCCION

Con el fin de disminuir la incidencia del síndrome de muerte súbita del lactante, se recomienda el decúbito supino para dormir, siendo ésta la postura más segura y claramente preferible al decúbito lateral.

Sin embargo se puede observar a los pocos meses una alteración morfológica de cráneo y cuello definido como plagiocefalia postural. Se trata de una deformidad de la parte posterior de la cabeza consistente en un aplanamiento de la región occipital e incluso parietal adquiriendo el cráneo forma de paralelogramo.

Objetivo: Disminuir la incidencia de nuevos casos y transmitir pautas para su corrección en el domicilio.

TECNICA

PREVENCCION

- Cambios posturales:
 - Prevención de la deformidad: colocar al lactante en posición supina para dormir, pero alternando posiciones en la cuna.
 - Dormir boca arriba, jugar boca abajo: cuando el lactante esté despierto y pueda ser observado debe estar un tiempo en decúbito prono . Tiempo adaptado en función del crecimiento y desarrollo de la fuerza del bebé.
 - Cambiar la orientación del lactante con respecto a la cama de los padres.

TRATAMIENTO

- Acostar sobre el lado redondeado de la cabeza y permanecer en esta posición el mayor tiempo posible tanto despierto como dormido.
- En las sillas de paseo y coche se recomienda utilizar almohadillas u otros dispositivos para evitar la lateralización de la cabeza.
- Ejercicios: se deben realizar de tres a cinco veces en cada cambio de pañal y su duración no será superior a 10-15 minutos.
 - ∞ Con una mano sobre el pecho, girar la cabeza del bebé hasta que el mentón toque el hombro, mantener durante 10 segundos. Repetir en el lado opuesto.
 - ∞ Con una mano sobre el hombro, girar la cabeza del bebé hasta que la oreja toque el hombro, mantener durante 10 segundos. Repetir en el lado opuesto.



- Si se realizan las medidas recomendadas la mayoría de los niños mejoran en 2-3 meses.

OBSERVACIONES

- Debemos implicar a padres y cuidadores en la prevención y tratamiento de la plagiocefalia postural.
- El éxito se basa en el tiempo empleado en adiestrar a padres y cuidadores.
- Hay que realizar controles evolutivos de la plagiocefalia postural, revisando técnicas de estiramiento cada 20-30 días.

BIBLIOGRAFÍA

- F. Salmón Antón, M.A.Rodriguez Cerezo, E. Onís González. Manejo de la plagiocefalia postural. "Tiempo para mantener las buenas formas. Bol.S.Vasco-Nv Pediatr 2007; 39:3-15.
- Recomendaciones para la prevención y tratamiento de la plagiocefalia postural en los lactantes por dormir boca arriba. GEPMSI. Febrero 2012. Publicado en web 14 de Noviembre de 2004.