Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Fisioterapia para la tortícolis muscular congénita

¿Qué es torticolis muscular congénita?

Es una banda fibrosa o bulto en la región de un músculo del cuello, el esternocleidomastoideo (ECM) que está ya al nacer. Es frecuente y tiene distintas causas.

¿Cómo se trata?

Se puede tratar con fisioterapia en tres fases:

1. Preparatoria.
2. Movilizaciones pasivas.
3. Estimulación.

Los fisioterapeutas enseñaremos a los padres estos ejercicios para que los hagan **4 ó 5 veces al día durante 15 minutos.**

1. FASE PREPARATORIA:

Ponemos al niño sentado sobre nuestras piernas moviéndolo con bamboleos y lateralizaciones. Después tratamos con masoterapia (amasar, pellizcar, hacer vibrar…) para que el tono muscular sea menor, es decir, se relaje.

2, FASE DE MOVILIZACIÓN PASIVA:

Con el niño bocabajo y el cuello girado hacia el lado de lesión se estira el músculo trapecio del mismo lado en toda su longitud. Además, se pellizca el músculo trapecio del otro lado junto con estímulos sonoros y táctiles en los dos lados para desarrollar su simetría.

3. FASE DE ESTIMULACIÓN:

Consiste en conseguir que el niño se mueva en sentido de corrección. Hay que fijar siempre los hombros. Se hace con las siguientes maniobras:

- **Volteos** (giro de boca arriba a boca abajo o al revés): sensación de volteo hacia el lado no afecto insistiendo en la rotación que estira el ECM.

- Maniobra de **Pull to Sit**: paso de acostado a sentado cuando está boca arriba o de lado.

- Reacción óptica: mostrar cosas que le guste, como juguetes, para que las mire. En la imagen con el niño en brazos, le estimulamos para que mite hacia donde queremos.

- Reacciones de enderezamiento: se harán unos u otros según su madurez y para que corrija la contractura.
- Reflejo de incurvamiento lateral del tronco o Reflejo de Galant: sentamos al niño y se le acaricia entre la 9ª y la 12ª costilla del lado del cuerpo sin lesión. El niño lateraliza el tronco, cuello y cabeza hacia el lado que tocamos.

Otros cambios posturales a tener en cuenta:

Cuando lo llevamos en brazos hay que colocar la cabeza del niño girada al lado contrario a la lesión y usar nuestro mentón para mantenerlo.

Hay que intentar darle el pecho/biberón del lado que haga que el cuello esté girado al lado contrario de la lesión. Cuando el pecho sea el contrario al que corrige, la madre deberá adelantar el pezón para que éste lo busque en corrección.

PALABRAS TÉCNICAS Y SU SIGNIFICADO:

- **Decúbito supino:** bocarriba.
- **Decúbito prono:** bocabajo.
- **Decúbito lateral:** tumbado de lado.
- **Homolateral:** del mismo lado.
- **Volteos:** cuando el bebé cambia de postura de bocarriba a bocabajo.

Podéis ver esta **infografía** como resumen del tema y descargarla en PDF:

Fecha de publicación: 18-11-2022

Autor/es:

- Carmen Fernández Gómez. Fisioterapeuta.. Centro Salud Ntra Sra de la Oliva. Alcalá de Guadaira (Sevilla).

CC BY NC ND