

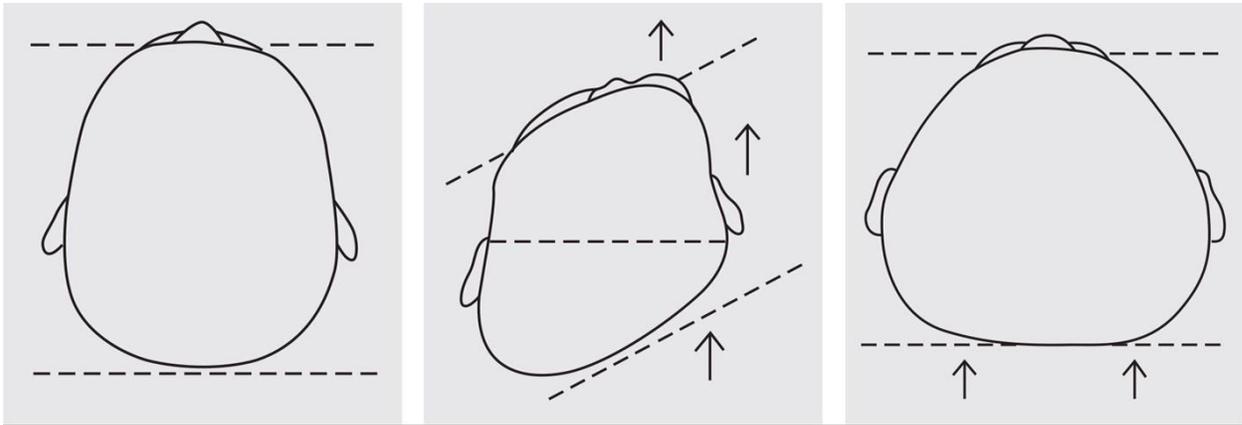
PLAGIOCEFALIA/BRAQUICEFALIA POSICIONAL

La plagiocefalia es un problema craneofacial (cráneo y cara) muy común. La plagiocefalia deformacional, también conocida como plagiocefalia posicional, implica la presencia de una deformación, aplanamiento o asimetría (desigualdad) de la cabeza. La plagiocefalia no suele afectar el desarrollo del cerebro de un bebé, pero si no se trata, puede cambiar su apariencia física al causar un crecimiento desigual de la cara y la cabeza.

La plagiocefalia ocurre porque los huesos de la cabeza de un bebé recién nacido son delgados y flexibles, por lo que la cabeza es blanda y puede cambiar de forma fácilmente.

El aplanamiento de la cabeza en un área puede ocurrir si el bebé permanece acostado con la cabeza en la misma posición durante mucho tiempo. Cuando la cabeza tiene aplanamiento en la parte central y posterior del cráneo, disminuye la distancia entre la frente y la parte posterior; esto se llama braquicefalia.

La plagiocefalia se puede distinguir de una forma menos común de "plagiocefalia sinostótica" mediante el examen físico del bebé. La sinostosis es causada por fusión prematura de las suturas entre los huesos del cráneo. Las radiografías de cráneo y tomografías pueden requerirse para diferenciar entre sinostosis y plagiocefalia deformacional. La distinción es importante, porque la sinostosis requiere corrección quirúrgica.



Forma craneal normal

Plagiocefalia posicional

Braquicefalia posicional

Signos y síntomas de plagiocefalia

Es bastante común que un bebé recién nacido tenga una cabeza de forma inusual. Esto puede estar relacionado con su posición en el útero durante el embarazo o causado por el moldeado (cambio de forma) durante el trabajo de parto, incluidos los cambios causados por los instrumentos utilizados durante el parto. Dependiendo de la causa de la forma inusual, la cabeza de la mayoría de los bebés debería volver a su forma normal dentro de las seis semanas posteriores al nacimiento.

A veces, la cabeza de un bebé no vuelve a su forma normal o puede haber desarrollado un punto aplanado en la parte posterior o lateral de la cabeza. A veces, un punto plano se desarrolla cuando un bebé tiene un movimiento limitado del cuello (tortícolis) y prefiere apoyar la cabeza en una posición en particular.

Cómo prevenir la plagiocefalia

La posición de la cabeza de un bebé debe variarse durante el sueño y cuando está despierto para evitar que desarrolle plagiocefalia deformativa.

Posición para dormir: Su bebé siempre debe colocarse boca arriba para dormir para reducir el riesgo de SMSL (síndrome de muerte súbita del lactante o muerte en cuna). No use almohadas en la cuna para posicionar.

Posición de la cabeza y la cuna para dormir: un bebé pequeño generalmente permanecerá

en la posición en la que se colocó para dormir, hasta que pueda moverse. Alterne la posición de la cabeza de su bebé mientras duerme. Coloque a su bebé en los extremos alternos de la cuna para dormir o cambie la posición de la cuna en la habitación. A los bebés a menudo les gusta mirar objetos fijos como ventanas o murales, por lo que cambiar la posición de la cuna los animará a mirar las cosas que les interesan desde diferentes ángulos.

Tiempo de juego: cuando su bebé esté despierto y alerta, juegue o interactúe con él frente a usted (tiempo de cara) o colóquelo boca abajo (tiempo boca abajo) o de costado desde una o dos semanas de edad. Coloque sonajeros o juguetes (o las caras de otras personas) que a su bebé le guste mirar en diferentes posiciones para alentarlos a girar la cabeza en ambos sentidos. Incluso a las dos semanas de edad, su bebé puede seguir su voz o sus ojos (mantener el contacto visual) y girar la cabeza él mismo en cada sentido si sostiene su cabeza en sus manos mientras está despierto y alerta.

Varíe el agarre y las posiciones para cargar su bebé: evite que su bebé se acueste demasiado variando su posición a lo largo del día, p. Ej. use un cabestrillo, sostenerlos en posición vertical para abrazarlos, llévalos sobre su brazo boca abajo o de costado.

Cuando ver a un doctor

Si le preocupa la forma de la cabeza de su bebé o si nota que su bebé solo gira la cabeza hacia un lado cuando está acostado boca arriba, consulte a su programa de crecimiento y desarrollo o pediatra de cabecera.

Tratamiento de la plagiocefalia

La mayoría de los bebés con plagiocefalia deformativa no necesitan ningún tratamiento, especialmente si están activos y los padres tienen mucha interacción personal con ellos. La plagiocefalia generalmente mejora de forma natural a medida que el bebé crece, mejora el control de la cabeza y puede mover la cabeza por sí mismo. La plagiocefalia mejorará si alienta a su bebé a que gire la cabeza cuando esté despierto. A partir de las dos semanas, mientras los padres sostienen su cabeza en sus manos, los bebés pueden seguir lentamente los ojos o voz de los padres, incluso si al principio parece más difícil para alguno de los lados.

Si es necesario un tratamiento, es posible que lo remitan a la consulta del Grupo Craneofacial de la Clínica El Rosario Sede Tesoro, donde el bebé será tratado por un equipo multidisciplinario.

El tratamiento más común incluye las medidas de reposicionamiento del bebé:

Cuando esté dormido:

- Dormir en una superficie firme.
- Se puede colocar un pequeño rollo (ej. hecho con una cobija) a lo largo de la espalda en el mismo lado de la plagiocefalia. Esto favorece que la cabeza se apoye sobre el lado no aplanado y se vaya revirtiendo la asimetría.



Cuando esté despierto:

- Reducir el tiempo que si bebé pasa de espaldas.
- Posicionarlo boca abajo. Así se disminuye el tiempo que su bebé apoya la parte posterior de la cabeza. Algunos bebés pueden protestar en esta posición después de unos momentos. Sin embargo, con un poco de práctica y constancia se vuelve una postura natural para ellos. Juegue con su bebé y muéstrole diferentes objetos mientras está en esta posición. Puede acomodar a su bebé sobre una superficie blanda y cómoda, como un colchón. Recuerde nunca dejarlo desatendido. Con el tiempo, esta postura favorece que su bebé también logre mayor control de su cabeza, cuello, torso y extremidades, lo cual permitirá adquirir destrezas útiles para los meses siguientes.
- Tiempo cara a cara: levante a su bebé, hablele, jueguen y practiquen estimulación en una posición cara a cara. Esto les encanta y es una medida eficiente para disminuir el tiempo que permanecen de espaldas.

- Al dejarlo en su cuna: su bebé siempre intentará prestarle atención a objetos llamativos o luminosos. Procure que los móviles colgantes queden hacia un lado de la cuna, de tal forma que cuando su bebé lo mire, se vea en la necesidad de apoyar la cabeza en el lado no aplanado. También es útil acomodar la cuna cerca a la ventana y al bebé dentro de la cuna, para que mire la ventana apoyándose en el lado no aplanado.

- Al sentarse en una silla de carro para bebés, coche de bebé o mecedora: es recomendable colocar una pequeña almohada blanda detrás de la cabeza, únicamente del lado aplanado. Así, el lado no aplanado quedará apoyado sobre la superficie más firme. Al igual que con la cuna, se sugiere acomodar la silla de carro de tal forma, para que su bebé apoye la cabeza en el lado no aplanado cuando mire por la ventana. Recuerde que todos los bebés menores de 1 año deben viajar en el asiento mirando hacia atrás.

- Al alimentarlo: bien sea que amamante a su bebé o le alimente con biberón, procure que al cargar la cabeza de su bebé se apoye sobre el lado no aplanado. La posición en “pelota de rugby” puede ser útil para las madres que amamantan cuando deben cambiar de seno.

Bebés con tortícolis congénita

- Como el 90% de los bebés con tortícolis congénita presentan plagiocefalia posicional, es muy importante que el médico del bebé descarte esta condición durante el examen físico. Todos estos bebés requerirán de fisioterapia para mejorar los movimientos del cuello.

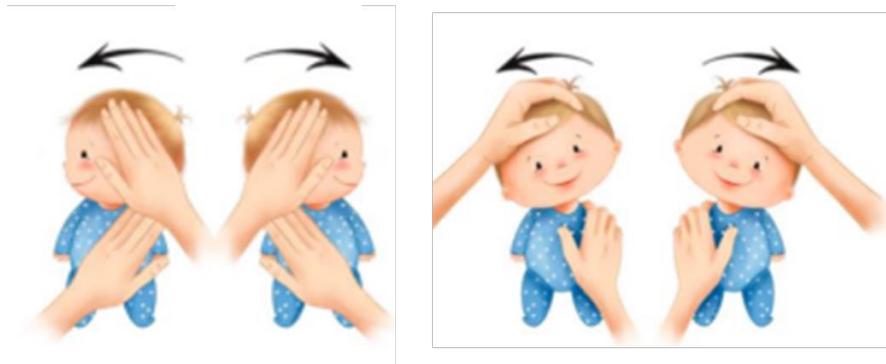
- El fisioterapeuta que fomentará el movimiento activo y enseñará a los padres cómo colocar a su bebé y hacer ejercicios con ellos para ayudar a mejorar la forma de la cabeza.

SE RECOMIENDAN LAS SIGUIENTES TERAPIAS COMO PARTE DEL MANEJO, SEGÚN RECOMENDACIONES MÉDICAS.

Frecuencia: 3 veces al d 

Duración: 15 segundos, 5 repeticiones de cada lado 

Movimiento de rotación de cabeza estiramiento del cuello



Terapia con casco

Una cantidad muy pequeña de bebés con plagiocefalia (menos de uno de cada 10) tienen una deformidad grave y persistente, y es posible que deban tratarse con terapia con casco.

Un experto fabrica un casco liviano basado en imágenes en 3D y se ajusta a su bebé. El casco ayuda a remodelar el cráneo quitando presión del área plana y permitiendo que el cráneo crezca en el espacio provisto.

La terapia con casco es más eficaz si el tratamiento comienza entre los seis y los ocho meses de edad y se completa antes de los 12 meses, ya que este es el momento de rápido crecimiento del cráneo.

Usar el casco no duele y los bebés generalmente se acostumbran muy rápido. Los padres a veces pueden sentirse afligidos cuando su bebé usa el casco por primera vez. Puede ser útil saber que este es un sentimiento común y recordar que el tratamiento es temporal y los resultados normalmente son muy buenos.

Cuando su bebé recibe su casco por primera vez, generalmente lo usará durante un ciclo de dos horas encendido / dos horas apagado durante los primeros dos días. Esto le permitirá controlar la piel de su bebé y darle tiempo para que se acostumbre al casco. Después de una revisión, su bebé comenzará a usar el casco 23 horas al día. Luego, el especialista en ortesis craneal revisará a su bebé aproximadamente cada tres semanas.

Puntos clave para recordar

- Acueste a su bebé boca arriba para dormir y no use almohadas en la cuna.
- Varíe la posición de la cabeza de su bebé cuando lo ponga a dormir y la posición de su bebé cuando esté despierto y alerta. Dele a su bebé tiempo cara a cara y boca abajo.
- Hable con su médico general o pediatra de cabecera si le preocupa la forma de la cabeza de su bebé.
- La plagiocefalia generalmente mejora con el tiempo si su bebé está activo y tiene mucha interacción uno a uno.
- Si se necesita terapia con casco, no le hará daño a su bebé y los resultados normalmente son muy buenos.