

LA FISIOTERAPIA PEDIÁTRICA PUEDE AYUDAR A ALIVIAR EL MALESTAR ASOCIADO AL CÓLICO DEL LACTANTE

- La fisioterapeuta pediátrica Paula Narváez, recientemente incorporada al Hospital Quirónsalud Marbella, explica que una valoración especializada permite identificar factores que van más allá del sistema digestivo y acompañar a las familias durante este proceso
- "No es normal que un niño llore continuamente sin consuelo, hay que valorar y tratar al niño para que no sufra"



El llanto inconsolable, la irritabilidad o las dificultades para dormir son algunos de los signos que con mayor frecuencia se asocian al conocido cólico del lactante. Sin embargo, detrás de este problema pueden existir factores que van más allá del sistema digestivo y cuya valoración puede contribuir a mejorar el bienestar del bebé y de su familia. La fisioterapeuta pediátrica Paula Narváez, recientemente incorporada al servicio de Rehabilitación y Fisioterapia del Hospital Quirónsalud Marbella, explica que actualmente algunos especialistas utilizan el término Síndrome de Distrés del Lactante para describir cuadros que tradicionalmente se englobaban bajo la denominación de cólico del lactante porque "ya no reconocemos el problema como únicamente del sistema digestivo del bebé, puede tener otras causas u orígenes".

Entre las señales que pueden alertar a las familias se encuentran la irritabilidad frecuente o constante, el llanto excesivo, las tensiones musculares, las molestias intestinales tras las tomas, las dificultades para conciliar el sueño o una sensación general de incomodidad. Según explica la especialista, detrás de este cuadro pueden influir factores como la inmadurez del sistema nervioso o digestivo del bebé, alteraciones de la microbiota, la sobreestimulación, los trastornos del sueño, una hipersensibilidad o incluso el estrés parental.

El impacto no se limita al bebé

"En el bebé genera un estado de alerta constante y malestar generalizado; en los padres provoca estrés, ansiedad, agotamiento que van relacionados con sentimientos de culpa", afirma Narváez, quien añade que estas emociones pueden llegar a afectar al vínculo entre los progenitores y el niño. En este contexto, la fisioterapia pediátrica permite realizar una valoración global del bebé y aplicar un tratamiento individualizado adaptado a cada caso. La especialista explica que la exploración no se limita al aparato digestivo, sino que incluye la valoración a nivel craneal, de las tensiones musculares y durales, así como de la musculatura y las fascias de la boca, con el objetivo de detectar posibles limitaciones que puedan estar relacionadas con el malestar del bebé. En cuanto al tratamiento, la fisioterapeuta señala que "usamos técnicas de terapia manual respetuosas y suaves para liberar las tensiones que pueda estar sufriendo el bebé, además de hacer un acompañamiento a las familias durante el proceso enseñándoles técnicas o ayudas para que tanto ellos como el bebé estén más cómodos".

Narváez recomienda consultar con un especialista cuando el llanto persistente o la irritabilidad inconsolable se acompañen de otros signos de malestar, ya que una valoración precoz puede ayudar a identificar las posibles causas y orientar el abordaje más adecuado. La especialista insiste también en la importancia de desterrar una de las creencias más extendidas sobre el cólico del lactante. "No es normal que un niño llore continuamente sin consuelo, hay que valorar y tratar al niño para que no sufra, o lo pase lo menos mal posible", subraya. Como mensaje final, la fisioterapeuta anima a las familias a buscar ayuda profesional cuando sientan que la situación les desborda y recuerda la importancia de cuidar también el bienestar físico y emocional de los cuidadores. "Si ellos no están bien es muy difícil conseguir un bienestar general con el niño", concluye la especialista.