

APUNTES Bicos



Fisioterapia para evitar que se acumule la mucosidad

Uno de los problemas más comunes entre los más pequeños en sus primeros años de vida son las infecciones de las vías respiratorias derivadas de las sufridas mucosidades. La fisioterapia respiratoria resulta ser muy útil en los primeros estadios de este tipo de patologías.

La Fisioterapia es una especialidad sanitaria vinculada tradicionalmente a los problemas de musculatura y rehabilitación pero poco se asocia a la mejora de problemas respiratorios. Desde hace años, la Fisioterapia viene ofreciendo mejoras destacables en aquellos pacientes, independientemente de su edad, con sintomatología respiratoria.

Según Lorena Novoa, responsable del Área de Fisioterapia Pediátrica y Psicomotricidad del Centro de Daño Cerebral y Neurociencias del Hospital Miguel Domínguez de Pontevedra, el objetivo fundamental de

esta especialidad es eliminar las mucosidades que existen en el árbol bronquial; por ello es idóneo para los más pequeños, ya que se consigue que los niños inhalen una mayor cantidad de aire y obtengan una mayor potenciación de la musculatura respiratoria y evitando, con frecuencia, tener que recurrir a medicamentos.

De esta manera, señala la experta, "se evitan infecciones y complicaciones broncopulmonares, se mejoran los niveles de oxígeno en sangre, se consigue un aumento de fuerza y resistencia de la musculatura respiratoria y,



Lorena Novoa

Fisioterapeuta especialista
en Pediatría y Neurología



Se realizan las técnicas
necesarias siempre con el
máximo respeto, cariño y
delicadeza.



Recomendaciones antes de una sesión:

- **Es recomendable que los niños acudan a la sesión tras haber pasado dos ó tres horas desde la última ingesta sólida para evitar cualquier malestar.**
- **Es conveniente llevar informes médicos y pruebas complementarias que ayuden al profesional.**
- **Se debe informar siempre si el niño tiene fiebre, ya que si supera los 38 grados no es recomendable realizar la terapia.**

en definitiva, una mayor calidad de vida y un bienestar físico y psicológico en el niño”.

Para ello, explica, “se utilizan distintas técnicas de estimulación y relajación, según donde se localice el moco, después de la auscultación. Las técnicas se adaptan siempre a la edad del bebé, que en ningún caso sufre, aunque normalmente se busque el llanto durante la sesión para ayudar a evacuar el moco en las zonas más profundas”. Es más, “las técnicas necesarias se realizan siempre con el máximo respeto, cariño y delicadeza, adecuado a la edad del paciente y encaminado al drenaje de secreciones”.

Esta técnica consigue aliviar, tal y como ha indicado la especialista, la acumulación del moco, tanto en vías superiores e inferiores, y con ello complicaciones tan comunes como otitis o bronquiolitis, también episodios de bronquitis o neumonía que puedan conllevar ingresos hospitalarios.

La terapia respiratoria está indicada para “todas las personas que presentan sintomatología respiratoria, desde el nacimiento al último periodo de la vida”. También a

aquellas personas que quieran fortalecer la musculatura respiratoria y aumentar su capacidad pulmonar, apunta Novoa.

“Esta técnica no es sustitutiva de la medicación. Es más bien complementaria, pero si se realizan las técnicas de manera preventiva o en un estadio temprano de la infección se puede llegar a evitar el medicamento”.

La terapia depende de la patología y situación clínica del niño, normalmente en 4-5 sesiones se cura un cuadro de bronquiolitis, aunque lo que sí es muy importante son las sucesivas revisiones para garantizar una limpieza bronquial efectiva tras una crisis o un catarro mal curado.

Una sesión se resumiría en: detallar la historia clínica del niño (motivo de la consulta, antecedentes, síntomas que presenta en la actualidad, entre otros), valoración basada en la auscultación (exploración física, escalas de gravedad de obstrucción, si existe tos y de qué tipo, saturación de oxígeno) y tratamiento. Una vez determinado esto, se explica a los padres en qué consiste la terapia y los posibles efectos.