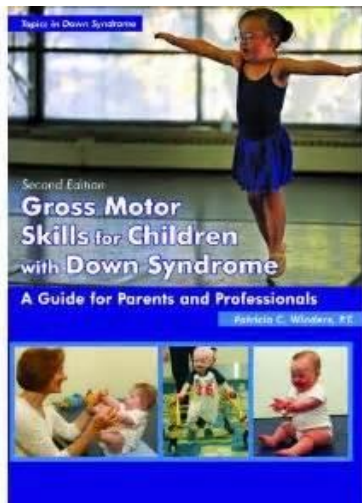


# Habilidades de la "motricidad gruesa" en los niños con síndrome de Down



Patricia C. Winders, PT 1ª parte



Como padres de un hijo con síndrome de Down, tenéis la misma tarea que los demás padres. Estáis iniciando una asociación de por vida con vuestro hijo, en la que vuestra tarea consistirá en ir enseñándole lo que necesita saber para prosperar en la vida. El primer reto con que todo niño se enfrenta es el desarrollo de las habilidades de la motricidad gruesa como, por ejemplo, aprender a darse la vuelta, a sentarse, a gatear, a ponerse de pie y a caminar. La oportunidad que os brinda el enfrentaros juntos a este reto estriba en que deberéis aprender cómo aprende, para que así podáis ser sus eficaces compañeros a lo largo de toda la vida. La clave está en entender su personal estilo

de aprendizaje. En saber cómo podréis facilitar su aprendizaje, pues esto será crucial para el éxito de vuestra colaboración con él a lo largo de toda su vida.

Los niños con síndrome de Down tienen un enorme potencial en el área del desarrollo de la motricidad gruesa. Las habilidades de motricidad gruesa serán uno de sus puntos fuertes y también un área que contribuirá al desarrollo de su confianza, su orgullo y su autoestima. Para el niño será emocionante aprender a correr, a saltar, a montar en triciclo y en bicicleta, y participar activamente con sus hermanos y amigos. A medida que vaya creciendo, irá desarrollando sus propias aficiones, como la danza, la natación, la equitación, el kárate, el footing, las pesas, el esquí u otros deportes. Con la práctica regular de las actividades que le gusten, sentirá alegría ante sus logros y crecerá sano y fuerte.

La finalidad del buen fisioterapeuta es la de enseñar a vuestro hijo las habilidades de motricidad gruesa basándoos en su propio estilo de aprendizaje. Mostrar cómo enseñarle estas habilidades, de forma que el cuerpo del niño se desarrolle para poder correr, saltar y realizar actividades atléticas.

Deberá ir mostrando cómo desarrollar las habilidades motoras que necesitará cuando llegue a ser adolescente y adulto. Habrá de responder a vuestras preguntas sobre *qué enseñar, por qué, cuándo y cómo* habréis de ir enseñándole. Os proporcionará las herramientas necesarias para comprenderle y para interpretar sus manifestaciones, y también os dará métodos para ir practicando estas habilidades.

Conforme vosotros, como padres, vayáis aprendiendo aquello en lo que deberéis centraros y la forma en la que habréis de enseñarle estas habilidades, podréis ir estimulándole para que aprenda cómo utilizar su cuerpo y para que vaya adquiriendo cada vez más confianza en sus propias capacidades físicas.

En este artículo trataremos sobre los siguientes puntos:

1. la finalidad de la fisioterapia;
2. los factores que influyen en el desarrollo de la motricidad gruesa, tanto los físicos como los de aprendizaje;
3. una visión general del desarrollo de las habilidades de motricidad gruesa en los niños con síndrome de Down; la forma de proporcionar apoyos estratégicos y el papel fundamental que desempeñan en esto los padres y los hermanos;
4. los momentos cruciales para la intervención de la fisioterapia;
5. el estilo de aprendizaje de los niños con síndrome de Down.

### **La finalidad de la fisioterapia – panorama general**

Existen muchos padres y profesionales que piensan que la finalidad de la fisioterapia en los niños con síndrome de Down es la de acelerar el desarrollo de la motricidad gruesa –ayudarles a adquirir las habilidades de la motricidad gruesa a un ritmo similar al de los niños normales. A corto plazo este objetivo parece razonable. Pero si consideráis el funcionamiento motor del niño a través de toda su vida, no existen pruebas de que la aceleración del ritmo del desarrollo de la motricidad gruesa sea relevante. Hacer que un niño camine a los 20 meses en vez de a los 24 meses es algo que no implica diferencias cualitativas en sus habilidades motoras, si lo consideramos 10 o 20 años después.

Con base en muchos años de experiencia clínica trabajando con niños con síndrome de Down, he llegado a la conclusión de que lo verdaderamente relevante a la larga es centrarse en el objetivo de desarrollar un cuerpo que sea funcional durante toda la vida del individuo. Poco importará que haya aprendido a caminar más temprano, si cuando sea adulto, y a causa de haber desarrollado un patrón de marcha ineficaz, ésta le resultará dolorosa y solo podrá andar recorridos muy cortos.

Es verdad que hay ciertos resultados cruciales que han de conseguirse temprano en el desarrollo de vuestro hijo, para que logre tener un cuerpo en forma y funcional a lo largo de su vida. Yo los llamo los **cuatro resultados cruciales**, y son los siguientes:

1. caminar con un patrón eficaz con las rodillas y los pies posicionados rectos hacia adelante, una base estrecha, un paso largo y empuje de los dedos de los pies (ver fig. 0.1)
2. tener una alineación óptima de las caderas, las rodillas y los tobillos, para mantener este patrón de marcha.
3. Tener un tronco fuerte y erguido, con fuerza equilibrada entre los músculos de la espalda y los músculos abdominales.

4. Tener brazos y hombros fuertes, con fuerza equilibrada entre los músculos frontales y traseros de los hombros, de forma que los hombros y los brazos caigan en el medio en la vista lateral, y no inclinados hacia delante (ver fig. 0.2)

——>[Leer más al ingresar aquí](#)

[Canal Down 21 -Revista Virtual Mayo 2014 – Número 156](#)

El presente artículo es la primera parte del capítulo introductorio del libro **“Gross motor skills for Children with Down Syndrome. A guide for Parents and Professionals”** (2nd. edition), de Patricia C. Winders, publicado por Woodbine House, Bethesda, MD (USA), 2013. El artículo ha sido traducido con autorización para Canal Down21 por Rosario León Cuyás.