

Editado por europa press

30 de Enero 2015

infosalus.com



FISIOTERAPIA RESPIRATORIA EN NIÑOS

Claves para manejar la mucosidad infantil

Directorio: Fisioterapia Madrid



Foto: GETTY//DAVID PEREIRAS VILLAGRÁ f&A;#39;

Actualizado 14/01/2015 12:54:56 CET

MADRID, 14 Ene. (INFOSALUS) -

3.4K

Los mocos impiden el descanso nocturno, dificultan que el bebé y niño pequeño se alimente al

108

congestionar la nariz y constituyen la principal

?

preocupación de los padres

0

cuando la infección alcanza las vías respiratorias bajas. Liberar a los más pequeños de esta mucosidad se convierte entonces en el objetivo primordial.

g+1 22

La fisioterapia respiratoria ayuda a todos aquellos bebés o niños que padecen enfermedades que crean exceso de mucosidad, ayudando así a la limpieza pulmonar. Enfermedades víricas o bacterianas del tracto respiratorio y pulmones como bronquiolitis, neumonía o catarros se pueden beneficiar de estas técnicas al igual que otras patologías más severas agudas y crónicas del sistema respiratorio.

Según explica a Infosalus Marta de la Plaza San Frutos, especialista en fisioterapia respiratoria de la Clínica La Luz de Madrid, mediante las técnicas de terapia respiratoria el bebé suele expulsar gran parte del moco acumulado que le impide una buena respiración.

"Si esa mucosidad permanece en los pulmones puede dar lugar a otro episodio de sobreinfección. Mejorará la relajación del broncoespasmo, con lo que aumentan los espacios aéreos para que entre más aire", señala la especialista.

La calidad del sueño mejora de forma notable después de la sesión, aumenta la oxigenación y ayuda a minimizar el consumo de fármacos y a aumentar su efectividad además de disminuir el número de ingresos hospitalarios.

De la Plaza San Frutos apunta a Infosalus cuatro aspectos clave para manejar la mucosidad infantil en los episodios de infección respiratoria:

* Tos, el mecanismo de limpieza de los pulmones

Vídeos

Más vídeos de salud: El arte de



Comunicados

Titulares

El IDIS lanza la acreditación QH, una herramienta que certificará la calidad de las organizaciones sanitarias

La estimulación ovárica multiplica las

obviamente a toser, lo que podemos estimular es el reflejo que se encuentra en el punto de la traquea. A los niños más mayores es importante que se les haga hincapié en toser y sonarse", apunta De la Plaza San Frutos.

Existen patologías pulmonares donde la velocidad de salida de la tos es menor a la normal, una situación frecuente en enfermedades de tipo neurológico que llevan a que la fuerza de ese golpe de tos sea baja, luego la mucosidad no sale y se dan infecciones.

* Adiós al 'clapping'

El golpeteo o 'clapping' que durante tanto años se ha utilizado para despegar el moco en los pequeños es en la actualidad una técnica en desuso. "Los padres deben de saber que esos golpes que dan en los pechos de sus niños hacen que la vía aérea se cierre aún más, originando una situación de broncoespasmo", apunta De la Plaza San Frutos.

* Cómo limpiar con suero la nariz del bebé y niño pequeño

El bebé debe estar tumbado boca arriba y con la cabeza rotada siempre. Para limpiar la nariz se echa el suero por el orificio de arriba mientras se tapa el de abajo. Luego, se gira la cabeza del otro lado y se realiza la misma cadena de acciones.

Es importante que la cabeza esté girada para evitar que parte del suero llegue al pulmón, además es clave que la velocidad de salida del suero sea media, no muy rápida para que no llegue al oído medio, lo que podría causar otitis media.

*** Señales de alarma de dificultad respiratoria**"Estas limpiezas han de ser diarias ya que los gérmenes entrarán por la nariz, la vía de entrada a los pulmones, y los niños respiran por la nariz y les cuesta mucho respirar por la boca, ya que la lengua y las estructuras anatómicamente son grandes", señala la especialista de La Luz.

Cuando existe dificultad para respirar, la respiración deja de hacerse solo con el diafragma y empieza a aparecer tiraje o utilización de musculatura que suple la dificultad de ventilar.

Otras señales que pueden evidenciar esta dificultad respiratoria y que requieren la consulta médica urgente son:

- Puede aparecer aleteo nasal.
- Cianosis o coloración azulada de piel y mucosas.
- El niño está aletargado.
- Frecuencia respiratoria más alta.
- Ruidos y pitos en el pecho.
- Fiebre.
- Deja de comer.

¿CÓMO SE DESARROLLA UNA SESIÓN DE FISIOTERAPIA RESPIRATORIA?

En las sesiones, siempre guiadas por un fisioterapeuta especializado en respiración, se realiza en primer lugar la auscultación del bebé para identificar la situación del árbol bronquial, si la tos es irritativa, productiva o si tiene broncoespasmo, entre otros aspectos.

"A partir de este momento se inicia la técnica de aumento del flujo espiratorio, completamente inocua para el bebé y que busca acelerar la espiración con el fin de conseguir un arrastre de la mucosidad acumulada. Los padres tienen que tener conciencia de que su bebé va a llorar, ya que el fisioterapeuta se beneficiará del llanto para la limpieza", apunta De la Plaza San Frutos, profesora de fisioterapia respiratoria de la Universidad Europea de Madrid.

Mañana se celebra el examen MIR, con más aspirantes y menos plazas que el año pasado

El Complejo Hospitalario registra las cinco primeras donaciones de órganos y tejidos del año en la provincia

Ébola.- La ONU planea una cumbre en marzo para ayudar las zonas de África azotadas por el ébola

Unidos por la Médula lanza un vídeo con un niño de 4 años explicando que donar no duele