TERAPIA DE MOVIMIENTOS RÍTMICOS

Cómo superar los reflejos primitivos

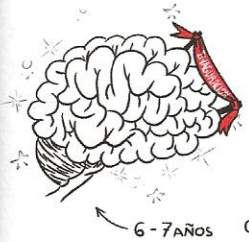
Muchos son los padres de niños **adoptados** que acuden a **consulta** porque su hijo tiene problemas para leer, atender en clase, permanecer quieto o realizar un **deporte.** Piensan que haciendo **pasar a su hijo** por el suplicio de hacer la misma tarea una y otra vez, el niño mejorará. Y lo hace, pero no tanto como ellos **esperaban,** porque en la **mayoría** de los **casos** no se aborda desde la perspectiva adecuada. Esto suele ocurrir porque el cerebro del niño no ha madurado lo suficiente debido a que los reflejos **primitivos** siguen estando **activos.**

Marina DE SANTIAGO
Estimuladora cognitiva y Especialista en Reflejos Primitivos de Psicoveritas

EL DESARROLLO DEL BEBÉ Y LOS REFLEJOS PRIMITIVOS

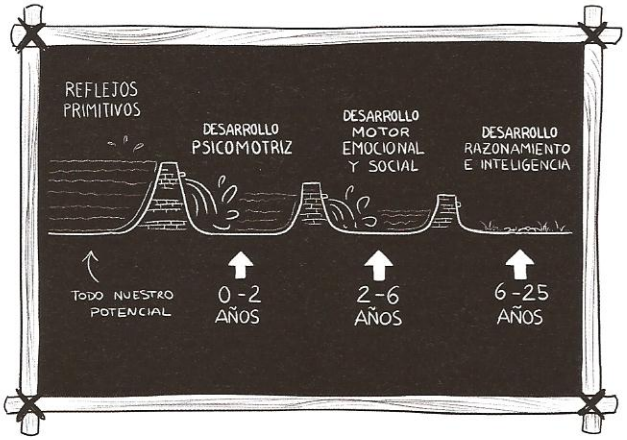
El bebé según nace tiene todas las estructuras cerebrales que va a necesitar durante su vida para desarrollarse, pero neurológicamente sólo está madura la parte del cerebro que se encarga de su supervivencia, el tronco encefálico. Ahí residen los reflejos primitivos que se van a encargar de ayudarle a salir por el canal del parto, a alimentarse, a defenderse, a agarrarse a la madre. Este primer estadío es necesario y primordial puesto que asegura el bienestar en los primeros meses de vida y la adaptación del medio acuoso donde vivía al nuestro.

Estos reflejos hacen que cada estímulo que le llega al niño, tenga una respuesta inmediata, automática y programada desde antes de nacer. A medida que el desarrollo neurológico siga su curso y el bebé complete un número suficiente de veces la estimulación de cada uno de los reflejos, éstos se integrarán, el niño aprenderá poco a poco a controlar su cuerpo mediante su voluntad y a calibrar su respuesta hacia el exterior según lo que aprendió de ellos.



El río mental y sus etapas

Imaginemos el desarrollo del niño con un río ascendente, que fluye desde el final de la médula espinal, en la parte superior del cuello, hasta la parte del cráneo donde se encuentra la frente. Este río compuesto de gotas de estimulación exterior tiene varias presas y cada presa impide el paso a la siguiente etapa del desarrollo y a la siguiente parte del cerebro que debe madurar. Cada presa deja escurrir un hilo de agua, y solamente empieza a abrirse cuando el contenido de la estimulación anterior se está desbordando.



A lo largo de los primeros meses de vida se va abriendo la compuerta que va a permitir el desarrollo psicomotriz, que es la compuerta de los reflejos primitivos. Esta apertura gradual permitirá al niño ejercer el control sobre su cuerpo y madurará el cerebelo y los ganglios basales.
La segunda presa se abrirá mediante el desarrollo motor a los 2 o 3 años madurando las estructuras límbicas, permitiendo al niño controlar sus emociones y comprender las de los demás. Cuando esta fase se haya completado sobre los 6 o 7 años aproximadamente, empezará el desarrollo de la zona prefrontal del cerebro que permite controlar los propios impulsos, el razonamiento y el crecimiento paulatino de la inteligencia.

Cuando a un niño adoptado le diagnostican un problema de déficit de atención con o sin hiperactividad no suelen tener en cuenta este concepto de desarrollo en cascada del cerebro y de que, en realidad nos enfrentamos a un retraso madurativo causado por el empobrecimiento del ambiente y de los estímulos en la primera infancia.

En la mayoría de las ocasiones, los niños adoptados no han tenido la oportunidad de succionar, gatear, jugar y en general su nivel de estimulación ha sido muy deficiente por lo que la compuerta de sus reflejos primitivos no se ha abierto del todo, no han sido integrados y el caudal de in-

formación que le llegará al área prefrontal no será suficiente para que madure completamente, lo que puede hacer al niño indeciso, inquieto, impulsivo, incapaz de controlarse y con dificultades en el aprendizaje.

Sensación interna frente a sensación externa.
Algunos ejemplos de síntomas que pueden aparecer con la no desaparición de los reflejos primitivos, tiene que ver con la no concordancia entre la información que nos llega de fuera de nuestro cuerpo y la que nos llega de dentro.

Cada vez que percibimos algo, significa que nuestros sentidos externos e internos (propiocepción, sentido kinestésico,vestibular) deben ponerse de acuerdo y colaborar para que esa información tenga sentido y nos ayude a actuarde manera adecuada.

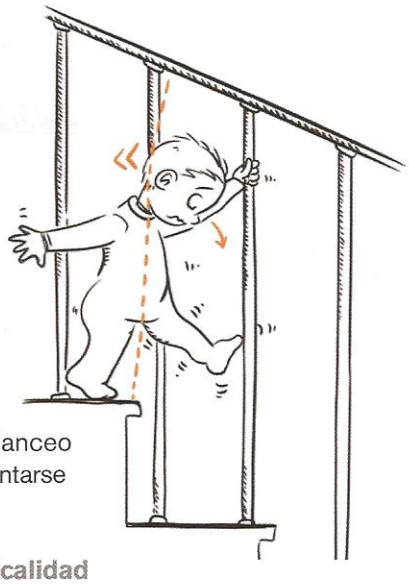
Por ejemplo, al aparcar un coche e intentar calcular la distancia utilizamos la vista para analizar nuestro entorno. Con nuestros sentidos internos identificamos dónde está nuestro cuerpo, cuánto ocupamos y cuál es nuestro centro de gravedad a partir del cual empezamos a medir. Ese es el punto donde ponemos el 0 de nuestro metro mental. Con esos datos nuestro cerebro calcula la trayectoria y la distancia que debemos recorrer. Pero ¿qué pasaría si ese punto 0 no estuviera bien definido y "se moviese" en nuestro interior? La distancia percibida en un momento y en otro cambiaría y unas veces nos quedaríamos cortos y otras nos sobraría espacio. Siempre mediríamos mal.

Muchos problemas de aprendizaje tienen sentido cuando entendemos la importancia de la integración de información externa con la interna. Por ejemplo ¿qué pasaría si no percibiéramos la diferencia entre lo que está a la derecha o a la izquierda? Realmente nos costaría encontrar la diferencia entre letras como esta "d" y esta "b". ¿Y si confundiéramos arriba y abajo? "p" y "b" serían indistinguibles, y todo esto tiene un principio. ¿Cómo voy a distinguir arriba y abajo fuera de mí si no lo distingo en mí mismo?

A la hora de "sentirse" uno en el espacio hay tres coordenadas que hay que definir y cada una de ellas se aprende integrando uno o varios reflejos que vamos a explicar a continuación.

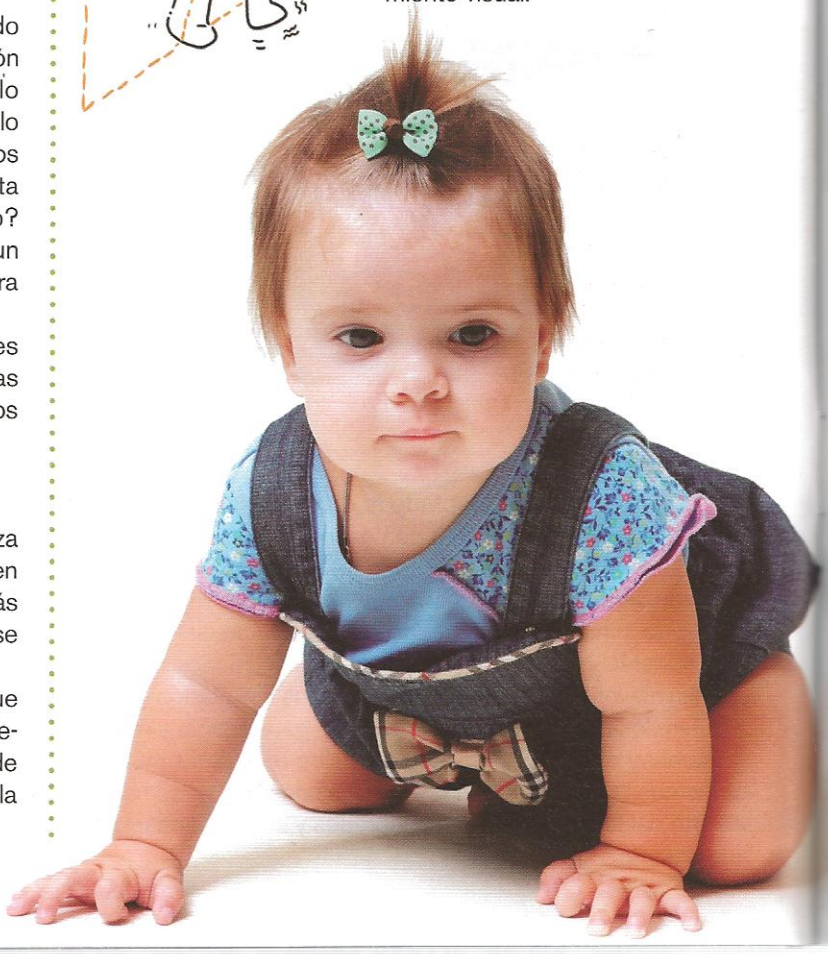
Reflejo Tónico Laberíntico.
En este reflejo, cuando al bebé se le inclina la cabeza hacia el pecho, flexiona sus articulaciones y queda en posición fetal. Cuando cae la cabeza hacia atrás, más allá de los hombros, sus extremidades se estiran y se inclina hacia atrás con todo su cuerpo.

Este reflejo, según se va integrando define lo que será el equilibrio, la sensación de profundidad al desarrollar la convergencia visual, lo que es la parte de delante y de atrás, el control de la gravedad y estimula la sensación vestibular del oído.



Pero cuando alguien no lo tiene integrado suele dar problemas de mala postura (cifosis o lordosis), mal equilibrio, problemas para captar la profundidad y las distancias, pobre destreza motriz, etc. Algunos síntomas son: torpeza para bajar escaleras, vértigos, que no le guste el balanceo del columpio, ir andando o sentarse "encorvado".

Este reflejo define la verticalidad
Reflejo Tónico Asimétrico del Cuello
Si el bebé está mirando hacia un lado cuando está tumbado, la pierna y el brazo del mismo lado se estiran, mientras que los del lado contrario se flexionan. Este reflejo, al desaparecer nos ayuda a definir las dos mitades simétricas de nuestro cuerpo y a unirlas en un punto medio, madura la lateralidad y desarrolla visualmente la destreza del seguimiento visual.



Pero cuando alguien no lo tiene integrado no distingue la derecha de la izquierda, tiene problemas de orientación espacial, de lectura, dislexia y lateralidad. Le cuesta pasar el punto medio de su cuerpo. Algunos síntomas pueden ser: dislexia, colocar el cuaderno para escribir a un lado y el libro para leer, apretar mucho con el lápiz al escribir, tirar sin querer las cosas de la mesa al girar la cabeza o problemas para hacerse la lazada de los zapatos.

Este reflejo define la izquierda y la derecha

Reflejo Tónico Simétrico del Cuello

Cuando el bebé empieza a poder ponerse a 4 patas y balancearse, al bajar la cabeza estira las piernas y dobla los brazos quedando con la cabeza pegada al suelo y al subir la cabeza, los brazos se estiran y las piernas se doblan quedando sentado sobre sus rodillas.

Este reflejo ayuda a desarrollar la acomodación ocular (pasar de mirar lejos a mirar cerca y a la inversa), a independizar el movimiento de la parte superior del cuerpo del movimiento de la parte inferior y a desarrollar destreza motriz. Los niños que no han integrado bien este reflejo y el anterior, les va a ser muy difícil gatear y luego andar y correr con soltura.

Una señal que nos puede ayudar a darnos cuenta de que alguien tiene este reflejo todavía activo,es si le cuesta copiar algo de un cartel o pizarra o lo hace muy lentamente, si se pone de pie o estira las piernas por debajo de la mesa al leer o comer. El sentarse con las piernas en forma de W en el suelo también es muy significativo.

Este reflejo ayuda a definir la parte superior y la parte inferior de nuestro cuerpo.

Además de estos, hay otros muchos reflejos que pueden dar variedad de síntomas: hipotonicidad corporal, hipersensibilidad a todotipo de estímulos, letra ininteligible, problemas de espalda y de pies, miedos nocturnos, problemas de articulación y deglución, malas posturas, enuresis nocturna y un largo etcétera.

Estos síntomas son resistentes a cualquier tipo de tratamiento psicológico, logopédico y pedagógico, porque el tipo de entrenamiento que les hace falta es mucho más básico y sencillo: la Terapia de Movimientos Rítmicos (TMR)

A lo largo de los primeros meses de vida se va abriendo la compuerta que va a permitir el desarrollo psicomotriz, que es la compuerta de los reflejos primitivos.

La solución: TMR

Gracias a la terapia TMR o Terapia de Movimientos Rítmicos es posible evaluar el estado de cada uno de los reflejos primitivos y ver hasta qué punto siguen activos cada uno de ellos, establecer una tabla de ejercicios individualizada para cada niño o adulto de acuerdo al perfil que se observa y darle una segunda oportunidad a las habilidades que no pudo superar cuando era un bebé y que ahora necesita.

Los movimientos que se ejercitan, imitan en cierta manera a los que realizan los bebés de forma natural para desarrollarse. Suelen ser bastante sencillos de realizar, pero a las personas a las que van dirigidos les suele costar algo más, por lo que en muchos casos se necesita ayuda externa para realizarlos. Deben hacerse todos los días y no lleva más de unos minutos de dedicación entre todos.

Resumiendo

Debido a los nuevos descubrimientos y avances en los estudios de los problemas de aprendizaje y a la relevancia que toman los primeros años de vida en esta materia, nos damos cuenta de que los niños adoptados necesitan una ayuda extra en muchos casos y que los profesionales y profesores que tratan con ellos deberían estar formados al respecto para no caer en un diagnóstico erróneo. En muchos casos los síntomas que padecen pueden explicarse de esta manera, mirando atrás en el tiempo y observando todas las carencias, afectivas, de estimulación, de movimiento y de oportunidades para desarrollarse, hasta que llegaron a nosotros. ■