



EL GATEO

Autora: Dra. Ericka Batista
Médico Especialista en Medicina Física
y Rehabilitación.

El Gateo: Una etapa importante y necesaria en el desarrollo psicomotor de todo niño.

¿Por qué, para qué, cuándo y cómo?

Es común escuchar en un grupo de mamás que charlan las típicas preguntas: ya tu hijo se voltea? ya gatea? ya camina? qué palabras dice?. Es natural que los padres se preocupen por ver a sus hijos desarrollarse adecuadamente y sin inconvenientes, pero, sabemos que es un desarrollo adecuado? cuándo un niño debe regalarnos su primera sonrisa social, cuándo debe voltearse voluntariamente, cuándo debe gatear?. De todas estas interrogantes nos ocuparemos en este artículo del gateo, no sin antes aclarar algunos conceptos importantes para comprender mejor la frase "desarrollo psicomotor".

Un desarrollo psicomotor adecuado en el primer año de vida de todo niño se refiere a la aparición de movimientos fundamentales en cada trimestre, siempre y cuando el niño tenga un desarrollo ontogenético normal y en condiciones naturales de estimulación. Aunque esto no constituye un dogma, pues existen particularidades individuales que nos muestran en algunos niños la aparición de estos movimientos antes o después de determinado sub-grupo de edad, sin que eso signifique alteraciones en el desarrollo.

Esta aparición de movimientos fundamentales va a depender en amplia medida de la maduración del Sistema Nervioso, donde el proceso de Mielinización representa un aspecto importantísimo, sin dejar a un lado otros como lo son: las condiciones naturales de estimulación, de vida y educación en cada hogar.

Cuando nos referimos a condiciones naturales de estimulación nos referimos a aquella donde el niño se desenvuelve en un medio que le propicie un espacio seguro, donde tenga a su alcance objetos de variadas formas, tamaños y texturas, que le faciliten las manipulaciones, exploraciones y desplazamientos dentro de dicho espacio y con dichos objetos, respetando su desarrollo a ritmos propios, pero, siempre con un adulto junto a él: vigilándolo, elogiándolo, dándole toda la afectividad y niveles de ayuda necesarias.

Una vez que ya conocemos estos conceptos importantes vamos a conocer por qué el gateo es tan importante dentro de este desarrollo psicomotor de todo niño.

El sistema vestibular, el cual, nos permite controlar nuestra postura, nuestro equilibrio y orientación espacial, está íntimamente relacionado y trabaja junto con el sistema visual y el sistema propioceptivo (sensaciones profundas). La primera vez que estos 3 sistemas comienzan a operar juntos es justamente cuando el niño inicia a gatear. El gateo facilita la integración de toda la información sensorial que llega al niño y da paso a la conexión entre los receptores propioceptivos, el sistema vestibular y los ojos. En este momento el niño adquiere la sensación de balance, la sensación de espacio y la sensación de profundidad, de esta manera el niño comienza a tener un panorama completo del ambiente que está explorando y de su cuerpo en el espacio.

Además de desarrollar el sistema vestibular, por qué el gateo es importante: Conecta los hemisferios cerebrales y crea rutas de información, permitiendo el desarrollo del patrón cruzado (este patrón es la función neurológica que hace posible el desplazamiento corporal organizado y el equilibrio del cuerpo humano), desarrolla la convergencia visual y posibilita el enfoque de los ojos, desarrolla la oposición cortical (que el dedo gordo de la mano se oponga a los otros cuatro dedos) entre otros.

¿Para qué se necesitan todas estas conexiones y desarrollos?

Para que el niño pueda adquirir su lateralidad y dominancia cerebral (izquierda-derecha), para que pueda escribir en un futuro, ya que, el gateo dá paso al desarrollo cerebro-ojo-mano, para que pueda explorar, conocer e imaginar el mundo que le rodea al permitirle a través del gateo adquirir sensaciones superficiales y profundas de los espacios que le rodean. Además, el niño a través del gateo adquiere la tolerancia a distintas texturas, ya que, a través del gateo puede descubrir y experimentar diferentes texturas agradables y desagradables a su piel.

El gateo además logra mayor destreza en las reacciones protectoras y a su vez logra mayor estabilidad articular y fuerza muscular en el infante.

¿Cómo y cuándo el niño debe gatear?

Antes del gateo el niño inicia el arrastre, el cual, abre la puerta para dar paso a la futura postura en 4 puntos (apoyado en el suelo sobre las palmas de las manos y las rodillas) esto inicia en el 2do trimestre de vida (3 y 6 meses). Una vez el niño adquiere la postura de 4 puntos inicia el gateo en el 3er trimestre (6 a 9 meses) y se extiende hasta el último trimestre (9 a 12 meses). La edad promedio que un niño debe gatear coordinadamente es a los 9 meses de edad, y el rango está entre los 8 y 12 meses, sin embargo, como mencioné anteriormente cada niño tiene su propio ritmo siempre y cuando no se aleje demasiado de los rangos de edad apropiados para la aparición de cada movimiento.

¿Cómo debe gatear?

Debe hacerlo en posición de 4 puntos, desplazándose hacia adelante y alternando una mano con la pierna contraria e ir avanzando con este patrón cruzado. Algunos consejos para estimular el gateo: Poner al bebé boca abajo apenas se le caiga el cordón umbilical y esté cicatrizada esta área. Siempre debe estar un adulto vigilándolo y que sea de día. Nunca poner de noche para dormir a un niño boca abajo. Colocarlos en suelo limpio, liso, seguro y acogedor. Evitar el abuso de aquellos aparatos que retrasan el desarrollo del movimiento. Prolongar la etapa del gateo colocándole obstáculos en el suelo y no en los muebles (pelota, peluche, sonajero, etc.). Debemos dejarlos gatear libremente, no importa si ya inicia a ponerse de pie y quiere dar sus pasos, puede tranquilamente alternar gateo con pasitos y esto es totalmente normal y esperado. Nunca forzar a ponerlos de pie si no está preparado, pues, crea inseguridad y mucho menos colocar al niño en las famosas andaderas.

Cuando el sistema nervioso esté lo suficientemente preparado, el niño solito se pondrá de pie y entonces dará el inicio a la etapa más esperada por todos los padres: la marcha (caminar).

Dra. Ericka Batista

Médico Especialista en Medicina Física y Rehabilitación.
Certificada Método Intensivo Therasuit en el manejo integral del paciente pediátrico y adulto.

Centro AVANTI REHABILITACIÓN PEDIÁTRICA INTEGRAL.

Marbella, calle 54. Dúplex 52-A.
Teléfonos: 395-4228 / 6675-1666.
Email: avantipanama@gmail.com / draebatista@gmail.com