

Tortícolis congénita. Qué es y qué podemos hacer para tratarla

Si tu bebé de pocas semanas mira siempre hacia el mismo lado, es probable que tenga una tortícolis congénita.

¿Qué es?

Tortícolis es “cuello torcido”.

El bebé con tortícolis tiene la **cabeza inclinada hacia un lado** y **su barbilla mira hacia el lado contrario**.



¿Por qué se produce?

La gran mayoría son por **causa muscular o postural**.

Al final del embarazo, el feto puede haber estado casi siempre en la misma postura, con la cabeza girada a un lado. Esto puede producir que se acorten más o menos los músculos del cuello. El músculo que se sobre todo se afecta es el esternocleidomastoideo (ECM).

Otras veces, se lesiona ese mismo músculo en el parto y se pone más rígido. Pueden romperse algunas fibras musculares, lo que dará lugar a un bulto en el músculo ECM.

Una fractura de clavícula en el parto puede provocar también una tendencia a tener la cabeza girada hacia un lado.

¿Cuándo aparece y cómo se detecta?

Lo habitual es que **se detecte entre las 2 y las 4 semanas de vida**. A veces puede notarse desde el nacimiento.

En las revisiones de salud, el pediatra puede ver la postura ladeada o girada de la cabeza. En ese caso, se valora el grado de limitación para que mueva el cuello.

Hay que hacer una buena historia clínica y una exploración completa para descartar otras causas menos frecuentes, como problemas anatómicos o neurológicos.

Lo normal es que no haya que hacer ninguna prueba. Vuestro pediatra os dirá si se debe hacer.

¿Qué consecuencias tiene la torticolis congénita?

La más frecuente es la llamada "**plagiocefalia postural**". El cráneo del bebé es muy moldeable, y la postura de la cabeza, siempre hacia el mismo lado, aplana un lado del cráneo y da una asimetría en la cara.

Si la torticolis es muy pronunciada puede dificultar la toma de uno de los pechos. Aunque esto se puede solucionar buscando otras posturas para mamar.

¿Qué se puede hacer?

Una vez detectada, **cuánto antes se actúe mejor**.

El tratamiento se basa en el manejo postural y en unos ejercicios. Lo hace sobre todo la familia, por lo que, su colaboración es esencial.

El fin es conseguir una movilidad normal del cuello y prevenir o tratar la asimetría de la cabeza.

¿Cómo es el manejo postural para que mueva el cuello más?

- Al acostarlo para dormir, **siempre boca arriba**, ponerle la cabeza cambiando el lado cada vez, y más veces girada del lado que "le gusta menos".
- Darle el pecho o el biberón desde lado que le cuesta más, para que se esfuerce en girar la cabeza hacia ese lado.
- **Hacer porteo**, y favorecer que mire a uno y otro lado.
- Llevarlo en brazos de manera que el bebé se vea obligado a mirar hacia el lado que le cuesta más.
- Poner al bebé en la cuna o en el cambiador mirando hacia la pared, de manera que tenga que girar la barbilla hacia el lado afectado, para mirar a los padres o a un juguete. Por ejemplo, si el bebé tiende a llevar su barbilla hacia la derecha, se le coloca en la cuna con la pared a ese lado, para que tenga que girar la cabeza a la izquierda para ver la habitación.
- A partir de las 4-6 semanas de vida, ponerlo 3 o 4 veces al día unos minutos boca abajo, sobre la barriga ("tummy time"). Así, levanta la cabeza, fortalece el cuello y la espalda. Se estimula el movimiento del cuello, llamando su atención desde uno y otro lado.

Ejercicios pasivos. Técnica:

- **Para mejorar la rotación:** sujetando el hombro del lado no afectado, girar la cabeza de manera que la barbilla se dirige hacia el otro lado. Por ejemplo, si el bebé tiene la barbilla hacia el lado izquierdo, sujetar el hombro izquierdo, y dirigir la barbilla hacia la derecha.
- **Para mejorar la inclinación de la cabeza:** sujetando el hombro del lado afectado, inclinar la cabeza hacia el otro lado, estirando así el ECM afectado.



¿Lo tiene que tratar un [fisioterapeuta](#)?

Casi todas las torticolis congénitas son leves y se solucionan con lo explicado en el párrafo anterior.

Se recomienda ir al fisioterapeuta en caso de:

- Formas graves de torticolis: gran acortamiento del ECM, con o sin bulto en el mismo.
- Cuando se inicia el tratamiento después de los 3 meses.
- Si no hay mejoría con el manejo básico después de 4 a 6 semanas.
- En casos en los que haya además otros problemas o cuando lo indique el pediatra.

¿Cómo saber si va bien?

En las [visitas periódicas con el pediatra](#), éste irá valorando el progreso de la torticolis.

En casi todos los bebés con torticolis congénita se observa una mejoría notable en unos 2-3 meses, pero pueden necesitar hasta 12 meses para que se corrija del todo.

Si no hay mejoría o la progresión no es adecuada, el pediatra valorará dónde se debe remitir.

Autores del artículo original:

- [Inmaculada Gil Alexandres](#)
- [Encarnación Gil González](#)

Fecha de publicación: 26-02-2013

Última fecha de actualización: 14-08-2023

Autor/es:

- [Gabriel Ruiz Soler](#). Pediatra.. Clínica Privada: Pediatra Gabi Ruiz. Valencia.

