



¿Qué es la Terapia Vojta?

La **terapia Vojta** es de gran utilidad en todas las especialidades médicas como pediatría, neurología y traumatología y es parte imprescindible en el equipo terapéutico multidisciplinar (terapia ocupacional, logopedia o psicología entre otros)

El Dr. Vojta descubrió que era posible desencadenar unas reacciones motoras repetidas (patrones de locomoción refleja) en el tronco y en las extremidades a partir de estímulos definidos y partiendo de unas posturas determinadas. Al poder provocarlo en recién nacidos sanos y luego en adultos, pensó que se trataba de **patrones motores innatos**.

A partir de ello Vojta desarrolló una sistemática para el **diagnóstico precoz** de las alteraciones motoras y posturales de los lactantes, y una forma de **tratamiento global** de esas alteraciones, tanto para lactantes, como niños y adultos.

¿A quién va dirigida el método Vojta y cuando se debe aplicar?

Se puede aplicar en cualquier edad, aunque con objetivos diferentes:

En lactantes

El sistema nervioso central es extremadamente maleable. Algunas vías nerviosas están sólo funcionalmente bloqueadas, pero son accesibles. Todavía no se han establecido los movimientos anormales (los patrones sustitutorios), los cuales aparecen como consecuencia del intento repetido del lactante de contactar con el entorno, de enderezarse o desplazarse de forma patológica

En niños y adolescentes

Donde el método Vojta puede mejorar su proceso de maduración y control postural del crecimiento (por ejemplo en las escoliosis).

En adultos

Con el fin de activar los antiguos patrones motores sanos, evitando dolores y limitaciones y mejorar la fuerza (como por ejemplo en las hemiparesias).

Puede aplicarse como tratamiento fisioterápico de base en cualquier alteración motora y en muchas enfermedades:

- Alteraciones de la coordinación central en lactantes
- Alteraciones motoras secundarias a lesiones cerebrales: parálisis cerebral
- Parálisis periféricas: espina bífida, parálisis braquial obstétrica (PBO), paresias de plexo u otras
- Diferentes enfermedades neuromusculares.
- Enfermedades o limitaciones funcionales de la columna
- Lesiones ortopédicas de hombros y brazos, de cadera y piernas, tanto en niños como en adultos
- Alteraciones de todas las articulaciones tales como: displasias, subluxaciones y luxaciones.
- Problemas de respiración, succión, deglución y masticación



Beneficios de la terapia Vojta

Con la Locomoción Refleja (Reptación, Volteo y Primera Posición) se activa toda la neurofisiología respiratoria, reacciones vegetativas y metabólicas así como todas las funciones musculares de los órganos faciales

Los movimientos que se obtienen son los mismos patrones que aparecen en la postura y movimiento normal del ser humano durante el primer año de vida. Cada paciente debe ser tratado de forma individual, no hay dos pacientes iguales, ajustando el tratamiento a su patología, y a las posibilidades y limitaciones que presente.

Con el método Vojta se obtienen beneficios en:

La musculatura esquelética

- La columna se extiende y rota en cada uno de sus segmentos, mejorando su movilidad funcional
- La cabeza puede moverse con mayor libertad
- Se produce el centramiento y coaptación de todas las articulaciones, de proximal a distal , reduciendo así las posturas anormales de cada una de ellas
- Las manos y los pies pueden ser utilizados con más precisión, para el apoyo y la prensión.

Zona orofacial

- Se facilita la succión, la deglución y la masticación.
- Los ojos se mueven de forma más diferenciada y más independientemente de la cabeza
- Aumenta el tono de voz
- Se facilita el lenguaje, y el habla es más inteligible

Respiración

- La caja torácica se ensancha
- La respiración se hace más profunda y más constante
- Limpieza de mucosidad con la consecuencia de evitar muchas infecciones a este nivel

Sistema nervioso vegetativo

- La piel normaliza su coloración
- Mejora el ritmo de sueño y vigilia
- Se activa la regulación de las funciones vesical e intestinal



Percepción

- Mejoran las reacciones de equilibrio
- Mejora la orientación espacial
- Mejoran la sensaciones de frío, calor, el aumento o disminución de sensibilidad
- Hay una más clara percepción del propio cuerpo
- Mejora el reconocimiento táctil de la forma y estructura de los objetos (esterognosia)
- Aumenta la capacidad de concentración

Psiquismo

- El paciente se muestra más atento, relajado, y más vinculado al entorno.
- Disminución y desaparición del dolor articular (por ejemplo en patología de hombros)

Fuente: Vojta.es