

“LA ADQUISICIÓN DE LA MARCHA”

Autora de texto y video: Lic. Eve Rabinowicz

Psicología Evolutiva: Niñez

Cátedra del Prof. Juan José Calzetta

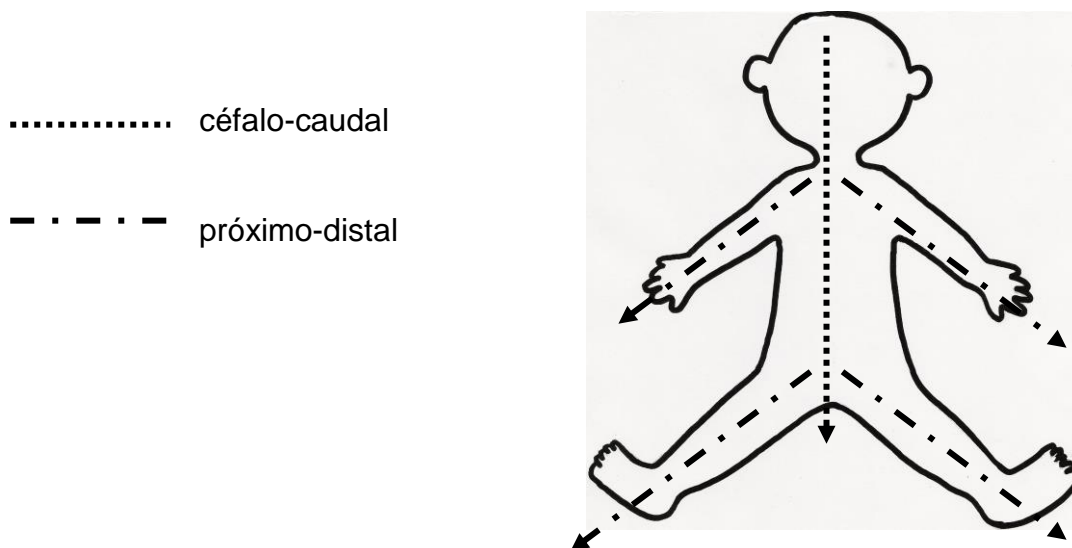
Facultad de Psicología

Universidad de Buenos Aires

2006

El desarrollo comprende todos los cambios progresivos, en una secuencia que tiende a una complejidad y heterogeneidad cada vez mayor, que experimenta el organismo en el transcurso de la vida. Estos cambios son tanto de orden cuantitativo (crecimiento) como cualitativo (maduración).

Dicha secuencia avanza, para todos los vertebrados, en un proceso que sigue dos direcciones simultáneamente: céfalo-caudal (de la cabeza a la cola) y próximo distal (del eje corporal a las extremidades).



Así, las conductas motoras de prensión y marcha se irán adquiriendo durante el primer año de vida....

3 meses- sostén cefálico



...empezando por el sostén cefálico alrededor del segundo mes, aunque la lordosis cervical¹ que permitirá superar la inclinación hacia delante se marcará recién en el tercer mes. El tronco mantiene la cifosis generalizada² propia de la posición fetal y el nacimiento.

4 meses- comienzo de prensión

A los cuatro meses, la dirección céfalo-caudal se combina con la próximo-distal, dando lugar a la primera forma de la prensión voluntaria, que se produce en espejo, con los dos brazos convergiendo en el centro del eje corporal. A la vez, la parte superior del tronco se rectifica.

6 meses - posición en trípode

A los seis meses la rectificación alcanza la parte media del tronco. El bebé logra las primeras formas de la posición sentada, aunque con poca estabilidad. Lo que observamos se denomina posición en trípode.



7-8 meses – posición sentada definitiva



A los ocho meses el tronco, ya completamente recto, permite el logro de la posición sentada definitiva.

Como se ve, el bebé puede mantener el equilibrio incluso si se inclina para tomar un objeto, logrando volver a la posición inicial.

La prensión también ha evolucionado: usa cada mano en forma independiente y el pulgar ha comenzado a intervenir en el grasp³, aunque sólo como tope. En este mismo período, las piernas empiezan a tomar fuerza, en tanto el desarrollo ha alcanzado la cola y, siguiendo la dirección próximo-distal, se extiende por las extremidades inferiores. El bebé intenta la posición en cuadrupedia, aunque aún no la logra.

9 meses – gateo



A los nueve meses, algunos bebés comienzan a gatear, aunque la ausencia de esta conducta no es significativa en el desarrollo. Sin embargo, su presencia marca el umbral de la marcha independiente.

10 meses – posición en pie



A los diez meses aproximadamente, el bebé ya logra permanecer en pie sosteniendo el peso del cuerpo sobre las piernas. Sin embargo, la

adquisición del equilibrio necesario para lograrlo sin apoyo no es inmediata. Requiere de cierto tiempo de práctica.

11 meses – marcha con apoyo / pinza fina



Alrededor de los 11 meses se marca la lordosis lumbar⁴, lo cual permitirá superar la inclinación del tronco hacia adelante y lograr el equilibrio de la posición en pie definitiva.

Paralelamente, el desarrollo en dirección próximo-distal a nivel de los miembros superiores ha alcanzado la adquisición de la pinza fina usando el pulgar y el índice.

Ya logra caminar, pero sólo si un apoyo externo ayuda a mantener el equilibrio.

Todavía su medio más eficaz para la locomoción es el gateo, pero ya puede usar apoyos para adquirir por sí mismo la posición en pie.

Como se ve, mantiene la inclinación hacia adelante. La base de sustentación es muy ancha, y el desarrollo próximo-distal de los miembros inferiores aún no ha alcanzado al pie, por lo que la articulación talón-punta no se verifica. El “andar de pato” (con toda la planta del pie contra el piso) es típico de este período.

12-13 meses – marcha independiente

A los 12 meses puede mantenerse en pie sin apoyo, y los primeros pasos independientes, aunque aún bruscos y rígidos, hacen su aparición.

El equilibrio general ha mejorado, pero aún es dificultoso. El horizonte se amplía, y el medio circundante es un potente estímulo que incentiva a la práctica de nuevas adquisiciones.

14-15 meses - afianzamiento

A los catorce o quince meses, la marcha se ha afianzado lo suficiente para que los trayectos sean más largos y las caídas bruscas menos frecuentes. Paulatinamente, la base de sustentación se va reduciendo hacia su dimensión definitiva. Los brazos se ubican a los costados del tronco y acompañan la marcha con un movimiento pendular.

Pronto va a alcanzarse la articulación talón-punta. Puede subir escaleras, aunque aún sin alternar los pies. Este logro deberá esperar hasta los dos años y medio, en tanto la alternancia para bajar recién será adquirida a los tres años y medio.



18 meses – carrera

A los dieciocho meses ya puede correr, lo que permite afirmar que la conducta de la marcha ha sido adquirida.

Conviene recordar que las edades de cada logro son relativamente variables, dependiendo del interjuego entre el bagaje genético del bebé y la estimulación que el ambiente ofrezca. La herencia biológica es una condición necesaria para la maduración, pero no suficiente; el medio puede acelerar o retrasar los procesos.

Notas

¹ Lordosis cervical: curvatura de la columna a nivel de las vértebras cervicales (nuca), con prominencia anterior.

² Cifosis: curvatura de la columna vertebral de convexidad posterior. Es patológica en el adulto, pero normal en el bebé recién nacido, en el cual abarca todo el largo de la columna, e irá enderezándose a lo largo del primer año de vida en dirección céfalo-caudal.

³ Grasp: movimiento de la mano para asir un objeto. Involucra dedos y palma.

⁴ Lordosis lumbar: curvatura de la columna a nivel de las vértebras lumbares (zona baja de la espalda), con prominencia anterior. La maduración, siguiendo la dirección céfalo-caudal, ha alcanzado la parte baja del tronco. Esta curvatura va a permitir que se mantenga el tronco erguido sin la inclinación hacia delante que presentaba, permitiendo el equilibrio necesario para la marcha.