

Positioning Protocol

Frequent changes in your child's position are recommended. Examples are listed below to help improve your child's neck mobility to prevent or to improve an abnormal head shape. If your child's head shape fails to improve by 3 to 4 months of age, contact your doctor.

- Alternate the end of the crib in which you place your baby to sleep.
- Alternate the end of the changing table in which you place your child's head. If you stand or sit at the end of your baby for diaper changes, position yourself slightly off to the side and alternate sides to encourage your baby to move his or her head.
- Place toys on the side of the stroller, swing, crib, or infant seat where neck rotation is most limited.
- Alternate the hip or arm with which you carry your baby. You may notice some fussing and irritability at first because your baby will have to turn in the direction of the neck restriction, but the fussiness will decrease with time.
- Perform both sets of neck-stretching exercises (*see Neck Stretching Exercises for Torticollis protocol*) at each diaper change, as prescribed by your doctor.
- Attempt to interact with your child on the side where neck movement is limited.
- A cushioned head support may be necessary to support your baby's neck when he or she is in the car seat. Infants tend to scrunch up and turn to the side of least resistance.
- Provide supervised "tummy time" daily when your baby is awake. Initially, babies often cry and resist this position. Start with just a minute or two of tummy time and gradually increase it as your baby learns to tolerate it. Tummy time will help improve your child's muscle strength and development.

This information is designed for general guidelines only. Your physician may modify these guidelines for your child. If you have specific questions about these instructions or concerns regarding your child's care, contact your physician.

**Produced by Barrow Neurological Institute, St. Joseph's Hospital and Medical Center,
Phoenix, Arizona and Cranial Technologies, Phoenix, Arizona
© 2001, Barrow Neurological Institute**

This handout may be reproduced without permission for the purpose of parent-education.

Protocolo de posicionamiento

Se recomienda cambiar de posición con frecuencia al niño. A continuación se entrega una lista de ejemplos para ayudar a mejorar la movilidad del cuello de su hijo para evitar o para mejorar una forma anormal de la cabeza. Si la forma de la cabeza de su hijo no mejora a los 3 a 4 meses de vida, comuníquese con su doctor.

- Alterne el extremo de la cuna en que pone a su bebé para dormir.
- Alterne el extremo en que pone la cabeza de su bebé en la mesa para mudarle los pañales. Si se encuentra de pie o sentada a los pies del bebé cuando le cambia los pañales, colóquese ligeramente a un lado y alterne de posición para estimular a su bebé a mover la cabeza.
- Ponga los juguetes en el extremo del cochecillo con ruedas, cuna o en el asiento del lactante donde esté más limitado el giro del cuello.
- Alterne la cadera o el brazo en que sostiene a su bebé. Puede notar un poco de irritabilidad o queja al principio, puesto que el bebé tendrá que girar en la dirección de la restricción del cuello, pero las quejas disminuirán con el tiempo.
- Realice ambos juegos de ejercicios para estirar el cuello cada vez que le cambia el pañal, tal como lo indicó el médico (vea el protocolo *Ejercicios para estirar el cuello en casos de tortícolis*).
- Trate de interactuar con su hijo en costado donde el movimiento del cuello es limitado.
- Cuando el bebé se encuentre en el asiento para el automóvil puede necesitar un soporte acolchado para la cabeza para poder sostener el cuello. Los lactantes tienden a empujar y a girar hacia el costado de menor resistencia.
- Ponga a su bebé boca abajo todos los días mientras esté despierto y bajo supervisión. Al principio, los bebés lloran con frecuencia y se resisten a esta posición. Al comienzo, téngalo boca abajo uno o dos minutos y aumente el tiempo en forma gradual hasta que el bebé aprenda a tolerar esta posición. El tiempo que pase boca abajo ayudará a su bebé a mejorar el desarrollo y la fortaleza de su musculatura.

Esta información ha sido diseñada sólo a modo de directrices generales. Su médico puede modificar estas directrices para su hijo. Si tiene alguna pregunta específica acerca de estas instrucciones o alguna duda con respecto al cuidado de su hijo, comuníquese con su médico.
