

MANIOBRAS SENCILLAS PERO MUY ÚTILES

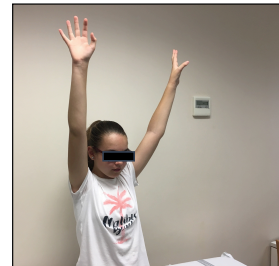
1. Levantarse del suelo:

Un niño sano debe ser capaz de levantarse del suelo sin necesidad de apoyar las manos en ningún sitio para ayudarse (ni sobre sus piernas –signo de Gowers– ni sobre un elemento externo –camilla)



2. Levantar los brazos rectos por encima de la cabeza:

Un niño sano es capaz de levantar los brazos por encima de la cabeza, con los codos en extensión, y aguantar 60 segundos o más.



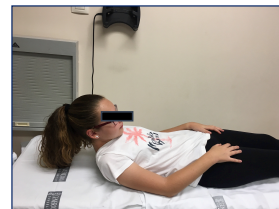
MANIOBRAS SENCILLAS PERO MUY ÚTILES

3. Levantar la cabeza de la camilla (estando en decúbito supino):

Un niño sano puede levantar la cabeza sin dificultad de la camilla y aguantar más de 1-2 minutos (en función de la edad)

La MUSCULATURA CERVICAL es:

- 1º en afectarse en las miopatías inflamatorias
- la que más gravemente se afecta
- la última que se recupera



4. Subir a un taburete

Un niño sano es capaz de subir a un taburete (similar a un escalón de una escalera) sin dificultad ni ayuda externa

