

Programa terapéutico de restricción inducida

Para aumentar la actividad motora en niños

¿Qué es la terapia de restricción inducida?

La terapia de restricción inducida (CIT, por sus siglas en inglés), también conocida como Terapia de movimiento inducido por restricción (CIMT), promueve el uso del brazo más débil restringiendo el uso del más fuerte, a menudo usando un yeso o un guante. La investigación muestra que CIT aumenta la sensibilización y la calidad del movimiento en actividades con dos manos.



¿A quién le beneficia esta terapia?

La terapia CIT es para niños con un brazo afectado a causa de:

- Lesión traumática del plexo braquial
- Tumor cerebral
- Parálisis cerebral
- Accidente cerebrovascular (embolia)
- Lesión traumática cerebral
- Otras afecciones que limitan la motricidad en un brazo

En Seattle Children's tenemos dos tipos de programas: campamentos de verano CIT y la terapia Modified CIT (mCIT)

Campamento de verano CIT

- Este programa está diseñado para niños que pueden cooperar y seguir instrucciones en grupo, sin necesidad de un adulto.
- La edad mínima es 4 años.
- Hay campamentos todos los veranos.
- Son grupos pequeños de 2 a 4 niños.
- El campamento CIT es de 2 horas diarias, 5 días a la semana por un período de 3 semanas.
- Los niños usan un yeso las 3 semanas.

Más información

- Programa terapéutico de restricción inducida 206-987-2113, lunes - viernes de 8 a.m. a 5 p.m.
- Hable con el proveedor de atención médica de su hijo
- seattlechildrens.org

Servicio gratuito de intérprete

- En el hospital solicítelo a la enfermera.
- Fuera del hospital, llame a la línea gratuita de interpretación: 1-866-583-1527. Dígame al intérprete la extensión o el nombre de la persona que necesita.

Terapia Modified CIT (mCIT)

- No hay requisitos ni límite de edad.
- Estos programas modificados se hacen durante todo el año por períodos de 3 semanas.
- Consta de 1 hora de terapia individual 2 a 4 veces por semana, dependiendo de las necesidades de su hijo y de si recibe terapia en la comunidad.
- Durante 3 semanas los niños usan un yeso o un guante que inmoviliza el codo durante la terapia y durante el juego supervisado en casa.
- Las familias supervisan el tiempo de juego estructurado por 1-2 horas al día durante el programa y anotan el tiempo de juego en el calendario mCIT que reciben.

Para progresar y mantener lo que su hijo adquiere durante el programa, le recomendamos que busque un lugar para continuar la terapia cerca de su casa, después del programa CIT o mCIT.

El proceso CIT / mCIT tiene 4 pasos

Paso 1 Cita Meet and Greet (bienvenida)

- Buena oportunidad para hacer preguntas sobre los dos programas. Conocerán a nuestros terapeutas, quienes determinarán si su hijo es buen candidato para participar en la terapia CIT y en cuál de los dos programas.
- Nos gustaría saber los objetivos que le gustaría alcanzar con su hijo. Pueden ser actividades o tareas que son difíciles o cosas que a usted le gustaría que su hijo pueda hacer. Por ejemplo, si le gustaría que su hijo pueda:
 - Usar la mano afectada para agarrar comida con los dedos.
 - Sostener un papel con la mano afectada mientras usa un lápiz con la otra.
 - Usar las dos manos para jugar con una pelota.
- Díganos si su hijo seguirá haciendo terapia fuera del hospital durante el programa mCIT. El campamento CIT es intensivo y, por lo general, los niños no hacen otra terapia durante esas 3 semanas.
- Si su hijo está recibiendo terapia, traiga a la cita la información para comunicarnos con su terapeuta.

Paso 2 Evaluación

- Una semana antes del programa, usted y su hijo tendrán una evaluación formal.
- Si su hijo va a usar un yeso durante el programa, se lo harán durante esta cita y comenzará a usarlo el primer día del programa.
- Este video explica cómo se hace el yeso: Terapia de restricción inducida en Seattle Children's: youtu.be/2ueJEV185tlh (en inglés, 3:03).

Paso 3 Participación en el programa mCIT o CIT

- La terapia CIT será en grupo y mCIT será terapia individual. Trabajaremos en sensibilización, fortalecimiento y mejoramiento del funcionamiento del brazo afectado, restringiendo los movimientos de su brazo fuerte.

Paso 4 Cita de seguimiento / después de la terapia

- Tendrá una cita en 4 a 6 semanas después del programa CIT o mCIT para ver cómo sigue su progreso.
- Si es adecuado para su hijo, es posible que pueda participar en el CIT o en el mCIT una vez al año, dependiendo de la lista de espera para cada programa.
- Díganos en esta cita si le gustaría que su hijo vuelva a participar en un programa de restricción en Seattle Children's. Si es así, su siguiente cita será en unos 6 meses después de la cita de seguimiento.
- Si su hijo participó en un campamento de verano CIT, la próxima cita debe ser no más tarde de enero para determinar si es buena idea que participe en el siguiente campamento.
- En la próxima cita Meet and Greet el terapeuta hará otra evaluación para determinar si puede participar otra vez en el programa, seguir con la terapia fuera de Children's o si necesita citas de seguimiento con el terapeuta para crear un programa específico de ejercicios en el hogar.

¿Dónde encuentro más información?

Para pedir una cita con el Programa terapéutico de restricción inducida:

- Pídale una referencia al pediatra de su hijo.
- Llámenos al 206-987-2113, de lunes a viernes, 8 a.m. a 5 p.m.

Constraint Induced Therapy Program

Helping children increase motor activity

What is constraint induced therapy?

Constraint Induced Therapy (CIT), also known as Constraint Induced Movement Therapy (CIMT), promotes use of a weaker arm by restricting use of the stronger arm, often in a cast or mitt. Research shows CIT improves awareness and quality of movement for two-handed activities.



Which children can be helped by CIT?

CIT helps children with an affected arm as a result of:

- Brachial plexus injury
- Brain tumor
- Cerebral palsy
- Stroke
- Traumatic brain injury
- Other conditions that cause limited motor function in one arm

At Seattle Children's we have two separate programs, CIT Summer Camps and Modified CIT (mCIT)

CIT Summer Camp

- This program is designed for children who are able to cooperate and follow directions in a group setting without constant 1-on-1 support from an adult.
- Children need to be at least 4 years old.
- Camps take place each summer.
- We work in small groups of 2 to 4 children.
- CIT Camp is 5 days a week for 3 weeks, 2 hours per day.
- Children wear a cast for the entire 3 weeks.

1 of 3

To Learn More

- Constraint Induced Therapy Program
206-987-2113
Monday - Friday
8 a.m. to 5 p.m.
- Ask your child's healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.

Modified CIT

- There is no age requirement or limit.
- Modified programs run year-round and last for 3 weeks.
- We provide 1 hour of 1-on-1 therapy 2 to 4 times per week, depending upon your child's needs and if they are currently receiving community-based therapy.
- Children either wear a cast for 3 weeks or they may wear a mitt with elbow immobilizer during therapy and at home during supervised play.
- Families are expected to supervise structured playtime for 1-2 hours a day during the program and track the playtime using the mCIT calendar provided.

To progress and maintain the function your child gains during the program, we recommend you set up or continue community-based therapy following your child's CIT or mCIT program.

The CIT / mCIT Process – 4 Steps

Step 1 Set up a Meet and Greet Appointment

- This is your chance to ask questions about CIT or mCIT. Our therapists get to know you and your child, to determine if your child would be appropriate for CIT and, if so, which program will be best.
- Come with goals you have for your child. This could involve activities or tasks you see your child struggle with or things you would like your child to be able to do but they can't. Some example goals are:
I would like my child to be able to
 - Eat finger foods using their affected hand.
 - Hold a piece of paper still with their affected hand while coloring with their other hand.
 - Throw a ball with both hands.
- Please let us know if you plan to have your child in community-based therapy during the mCIT program. Due to the intensity of our CIT camp, children typically do not participate in community therapy during the 3 weeks they are with us in summer camps.
- If your child is currently receiving private therapy, please provide their current therapist's contact information during the evaluation.

Step 2 Evaluation

- A week before the program starts, you and your child will come in for a formal evaluation.
- If your child will be wearing a cast during the program, then it will be made during this appointment and your child will start wearing it on the first day of the program.
- Please review our demonstration video on how we make the cast with your child before your appointment: Constraint-Induced Therapy at Seattle Children's youtu.be/2ueJEV185tIh (3:03).

Step 3 Participate in a mCIT or CIT Program

- For CIT, your child will work in a group setting, and for mCIT your child will engage in 1-on-1 therapy sessions. We will work on awareness, strength and function of their affected arm while wearing a constraint on their strong arm.

Step 4 Follow-up / post-CIT Program Appointment

- Our office will set a follow-up appointment 4 to 6 weeks after your child's CIT or mCIT program to check their progress.
- If your child is right for the program, they may be able to participate in either CIT or mCIT program once a year, depending upon the waitlist for each program.
- Please let us know at this time if you are interested in having your child engage in a constraint program again through Seattle Children's. If yes, your next appointment will be set up about 6 months after your follow-up.
- If your child completed a CIT summer camp, your next Meet and Greet session should be no later than January to determine if they are appropriate for next year's summer camp.
- At the next Meet and Greet, the therapist will assess your child again to determine if they are right for another constraint program, community-based therapy or if your child requires follow-up appointments where the therapist will develop a home exercise program for your child's specific needs.

Who can I contact for more information?

- To make an appointment for your child with the Constraint Induced Therapy Program:
- Contact your child's doctor for a referral.
 - Call our scheduling team at 206-987-2113 Monday – Friday 8 a.m. to 5 p.m.