



# Frenillo Lingual y Vías Aéreas

La conexión oculta entre la postura lingual y la salud respiratoria infantil



**CENTRO ARUAL**  
"MÁS ALLÁ DE LAS PALABRAS"

# Más allá de la lactancia y el habla

Cuando hablamos de un **frenillo lingual restrictivo** (anquiloglosia), muchas veces pensamos únicamente en problemas de lactancia o dificultades para pronunciar ciertos sonidos.

Sin embargo, la realidad es mucho más compleja: este pequeño tejido puede ejercer un **impacto significativo en la vía aérea superior** y el desarrollo del sistema respiratorio del niño.



# La función estructural de la lengua



## Respiración nasal

Favorece una respiración nasal libre y efectiva, permitiendo el filtrado natural del aire



## Moldeo palatino

La presión constante de la lengua moldea adecuadamente la bóveda del paladar



## Desarrollo maxilar

Promueve el crecimiento equilibrado del maxilar y las vías respiratorias superiores

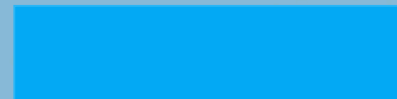
La lengua debe descansar naturalmente en el paladar cuando está en reposo. Esta posición, aparentemente simple, es fundamental para múltiples aspectos del desarrollo craneofacial y respiratorio.



# Cuando el frenillo restringe el movimiento

Si la lengua está anclada por un frenillo restrictivo, **no puede mantenerse elevada ni descansar correctamente en el paladar**. En lugar de ocupar su posición natural, queda baja y desplazada hacia atrás.

- ❏ Esta alteración postural predispone al niño a desarrollar un patrón de **respiración bucal compensatoria**, iniciando una cascada de consecuencias para su salud respiratoria.



# El círculo vicioso de la respiración bucal

## Frenillo restrictivo

La lengua no puede elevarse al paladar

## Obstrucción nasal

Menor espacio para respirar por la nariz

## Hipertrofia

Agrandamiento de tejidos linfáticos



## Postura baja

La lengua permanece baja y hacia atrás

## Respiración bucal

El niño respira habitualmente por la boca

## Irritación crónica

Las amígdalas y adenoides se inflaman

Este ciclo funcional y estructural debe abordarse de forma integral para romper la cadena de eventos.



# Impacto del aire no filtrado



## ¿Qué ocurre con la respiración bucal crónica?

Cuando un niño respira por la boca de forma constante, el aire entra sin el filtrado, calentamiento y humidificación que proporciona la nariz.

→ **Corriente seca y directa**

El flujo de aire impacta directamente sobre las amígdalas palatinas y las adenoides

→ **Inflamación sostenida**

La exposición constante genera una respuesta inflamatoria crónica de estas estructuras linfáticas

→ **Hipertrofia progresiva**

Con el tiempo, esta inflamación causa el agrandamiento permanente del tejido





# Consecuencias para la salud infantil

## Durante la noche

- Ronquidos y respiración ruidosa
- Apneas del sueño en casos más severos
- Despertares frecuentes y sueño fragmentado

## Durante el día

- Fatiga y somnolencia diurna
- Problemas de concentración y atención
- Irritabilidad y cambios de humor
- Bajo rendimiento escolar

## Desarrollo facial

- Cara alargada y estrecha
- Paladar ojival (alto y estrecho)
- Mandíbula retruida o poco desarrollada
- Maloclusión dental





CENTRO ARUAL  
"MÁS ALLÁ DE LAS PALABRAS"

# Un ciclo que debe romperse



## **Frenillo restrictivo**

Limita la movilidad y posición de la lengua



## **Lengua en posición baja**

No contacta con el paladar durante el reposo



## **Respiración bucal**

Patrón compensatorio ante la obstrucción



## **Irritación de tejidos linfáticos**

Las amígdalas y adenoides responden inflamándose



## **Agrandamiento y obstrucción**

Reducción del espacio nasofaríngeo



## **Mayor respiración bucal**

El ciclo se perpetúa y agrava

**Es un ciclo funcional y estructural** que requiere un abordaje multidisciplinar: evaluación del frenillo, función oral, desarrollo craneofacial y salud respiratoria.



## Una perspectiva funcional

El agrandamiento de amígdalas y adenoides no siempre se debe a infecciones recurrentes o predisposición genética. **A veces es una consecuencia funcional** de una mala postura lingual.

Esta comprensión nos permite abordar el problema desde su origen, no solo tratar los síntomas. La evaluación temprana de la función oral puede prevenir años de problemas respiratorios y de desarrollo.



# Señales de alerta para los padres



CENTRO ARUAL  
"MÁS ALLÁ DE LAS PALABRAS"



## Durante el sueño

Ronca habitualmente, respira con la boca abierta, o presenta pausas respiratorias



## Durante el día

Mantiene la boca abierta en reposo, respira ruidosamente, o babea con frecuencia



## Salud general

Sufre infecciones respiratorias frecuentes o amigdalitis recurrentes



## Comportamiento

Muestra dificultades de concentración, cansancio diurno o irritabilidad

📌 **Recomendación:** Si tu hijo presenta estas señales, evalúa su función oral completa, no solo sus amígdalas. Un enfoque integral puede marcar la diferencia en su calidad de vida y desarrollo.