

SALUD PÚBLICA EN LA HIGIENE POSTURAL DE ESCOLARES

Ana Belén Sánchez Moreno. Fisioterapeuta Servicio Andaluz de Salud.
Sara Elisabeth Cuevas Ballén. Fisioterapeuta Servicio Andaluz de Salud.
M^a del Pilar Ruiz Rus. Fisioterapeuta Servicio Andaluz de Salud.

Palabras clave: higiene postural, escolares, dolor espalda

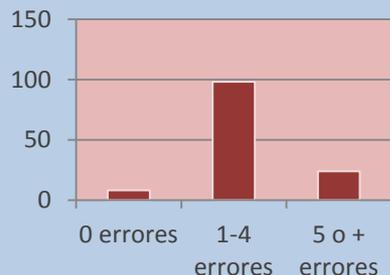
INTRODUCCIÓN

El 85% del dolor de espalda es debido a hábitos posturales incorrectos durante el crecimiento. El programa de HIGIENE POSTURAL EN EL ESCOLAR actúa en estas edades, ya que la incidencia de deformidades vertebrales y dolor de espalda es frecuente en esta etapa y sin prevención provoca mayores algias vertebrales y aumento de las deformidades.

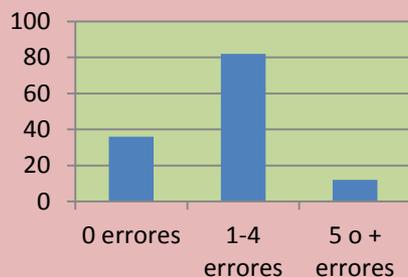
METODOLOGÍA

Se realiza un estudio de intervención con evaluación antes y después (pre-post) en una muestra de 130 niños de 3^o y 4^o de Primaria en mayo 2016 con una charla-taller donde se le enseñan y corrigen malos hábitos posturales en las actividades de la vida diaria, evitando dolor por patología vertebral. Test de evaluación: Eva dolor y test de higiene postural.

Precharla



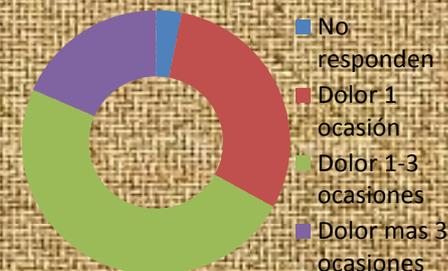
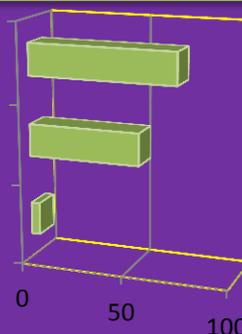
Postcharla



ALGUNA OCASIÓN con dolor espalda

NUNCA dolor de espalda

No responden



BIBLIOGRAFÍA

- Campaña de Higiene postural del escolar. Ilustre Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Andalucía
- Conty Serrano, R. Programa de higiene postural para la educación sanitaria escolar. Enfermería Científica. Núm. 178-179. 1997.
- Cubiles Gómez, R. La necesidad de la higiene postural en la educación secundaria. Cuestiones de Fisioterapia. Núm.24:65-80. 2003.
- Cabezalí Sánchez, J.M^a. El fisioterapeuta y los programas de educación sanitaria en la comunidad escolar. Fisioterapia, 17(4): 202-208
- Gómez-Conesa, A.; Méndez Carrillo, F.X. Ergonomía en las actividades de vida diaria en la infancia. Fisioterapia.
- <http://fisioterapiasinred.com/escalas-unidimensionales-de-dolor/>

RESULTADOS

CONCLUSIÓN

Se observa un número elevado de afecciones de dolor de espalda en el escolar. Nuestra intervención reduce el número de errores relativos al conocimiento sobre higiene postural disminuyendo la prevalencia del dolor provocado por la aparición de patologías vertebrales en edad escolar.