



**ILUSTRE COLEGIO OFICIAL
DE FISIOTERAPEUTAS
REGION DE MURCIA**

Estimado Sr./Sra.:

La Consejería de Educación junto con el Ilustre Colegio Oficial de Fisioterapeutas de la Región de Murcia se complacen en presentarles la campaña divulgativa “Fisioterapia e Higiene postural preventiva en edad escolar”.

Tanto el Colegio de Fisioterapeutas como los fisioterapeutas voluntarios que hemos realizado este proyecto, estamos muy sensibilizados con la importancia de promocionar la salud; es por ello que pretendemos fomentar la implicación del niño en el autocuidado de su espalda a través de una correcta higiene postural.

Actualmente, las estadísticas indican que, a los 15 años, más del 50% de los niños y casi el 70 % de las niñas ha sufrido un dolor de espalda; es por ello que con esta campaña pretendemos educar posturalmente a los escolares con fisioterapeutas titulados que son los profesionales sanitarios especialistas en dicho ámbito.

La campaña va dirigida a los alumnos de 3º de infantil, 3º y 6º de primaria.

En 3º de infantil, los niños de cinco años ya están en disposición de aprender hábitos posturales correctos, que le prepararán para una nueva etapa más sedentaria.

Para llevar a cabo la divulgación en este curso, y con la intención de sensibilizar y promocionar la salud desde la infancia, se ha creado un bonito cuento ilustrado, en el que se muestra, de manera fácil y divertida, cómo debemos cuidar nuestra postura desde esta edad para prevenir problemas de salud en el futuro.

En el cuento “La Físio dice”, Ana, la protagonista, descubre junto a una fisioterapeuta cómo cuidar su espalda y lo comparte con toda su familia.

En 3º de primaria, los alumnos se encuentran en una etapa, en la cual mantienen una postura sedente, que los lleva a permanecer más horas sentados, no sólo durante su jornada lectiva, sino también fuera de su horario escolar, a la hora de hacer deberes, estudiar, y por el aumento del uso de las nuevas tecnologías.

Para llevar a cabo la divulgación en esta etapa, y con la intención de concienciar a los niños en el autocuidado de su espalda, incorporaremos nuevos hábitos saludables junto a Paco y su buen amigo Franqui en un divertido cuento “Franqui necesita un Físio”.

Con él, los niños y niñas aprenderán a cuidar su espalda reconociendo qué posturas son correctas o incorrectas, y recibirán consejos sobre hábitos saludables, adaptados a las actividades de la vida diaria propias de su entorno y edad.

En 6º de primaria, el último curso del segundo tramo de primaria, los alumnos de 11 años se preparan para hacer un gran cambio, el paso a secundaria. Debido a que las exigencias académicas son más elevadas y al uso más activo de las nuevas tecnologías, los niños, en definitiva, son más sedentarios.

El cuadernillo “Actividad Física Terapéutica para toda la Familia” persigue que los niños cuiden su forma física y mejoren su higiene postural a diario, mediante una serie de sencillos ejercicios de movilidad articular y estiramientos adaptados a su edad. Además, visibilizamos la importancia de la familia y la influencia que ésta tiene en la motivación para realizar estas actividades de forma cotidiana.

Para llevar a cabo la campaña, un fisioterapeuta colegiado, asignado por el Colegio de Fisioterapeutas de la Región de Murcia, estará a cargo de una sesión formativa que tendrá una duración aproximada de 45-50 minutos. Ayudado del material didáctico creado específicamente para el alumnado y a través de una presentación PowerPoint, el fisioterapeuta mostrará los buenos hábitos posturales haciendo especial hincapié en evitar las posturas incorrectas que suelen practicar a diario.

Se harán demostraciones prácticas en las que los niños y niñas participarán de forma activa, afianzando los conocimientos que vayan adquiriendo a través de la simulación de las diferentes posturas.

Las sesiones se realizarán en el aula del alumno, o bien en un aula habilitada por el centro que disponga de ordenador, pantalla con proyector o bien pizarra digital; y será imprescindible la presencia del profesor o tutor durante el desarrollo de ésta sesión y se respetarán todas las medidas del protocolo COVID establecido.

Al finalizar la sesión formativa será entregado al alumno el cuento educativo (“LA FISIO DICE...” (para infantil), “FRANQUI NECESITA UN FISIO” (para 3º de primaria) y “ACTIVIDAD FÍSICA TERAPÉUTICA PARA TODA LA FAMILIA” (para 6º de primaria)), con el propósito de que lo pueda llevar a casa y compartir con sus padres, amigos y familiares lo que han aprendido.

Además, un póster resumen de higiene postural, para colocar en la clase de los alumnos que reciban la charla y actividades de refuerzo para que puedan trabajar junto al profesor/tutor con posterioridad los nuevos conceptos (en infantil y 3º de primaria).

En caso de que el centro disponga de fisioterapeuta podría ser éste el encargado de la divulgación, siempre y cuando sea informado con la suficiente antelación, acceda de forma voluntaria y pueda encajar la actividad dentro de su horario en el centro.

Será el centro escolar o el/la voluntario/a fisioterapeuta, quien solicite la participación en la campaña.

Podrá inscribirse a la campaña de escolares desde la **página del Colegio Oficial de Fisioterapeutas de la Región de Murcia (www.cfisiomurcia.com)**, a partir del **viernes 8 de octubre hasta el día 22 de octubre de 2021**. La campaña de escolares contará con un número de inscripciones limitadas.

Los centros se seleccionarán por riguroso orden de inscripción, dentro de los plazos establecidos.

A partir del 24 de octubre, tras la finalización del proceso de inscripción, nos pondremos en contacto con ustedes, para informarles de la situación en la que se encuentra su solicitud.

Si su centro tiene algún problema con la inscripción, por favor póngase en contacto con el Colegio Oficial de Fisioterapeutas cuanto antes.

También disponemos de material para trabajar de manera telemática. Si su centro está interesado en esta otra forma de recibir la formación deben de comunicárnoslo en la inscripción.

Esperando que esta nueva iniciativa sea de su agrado y que tengan a bien participar en la misma, reciban un cordial saludo.

Colegio Oficial de Fisioterapeutas de la Región de Murcia