

ADAPTACIÓN DE UN PROGRAMA DE HIGIENE POSTURAL Y ERGONOMÍA EN LA ESCUELA A LA REALIDAD SARS-COV-2.

Patricia Fernández Rodríguez¹, Lucía Vega Rodríguez², Carolina Menéndez García³.

- ¹ Fisioterapeuta. Unidad de Apoyo de Fisioterapia Atención Primaria Cangas del Narcea – Área II; e-mail: patricia.fernandezrod@sessa.es
- ² Fisioterapeuta. Unidad de Apoyo de Fisioterapia Atención Primaria Cangas del Narcea – Área II; e-mail: lvegarguez@gmail.com
- ³ Fisioterapeuta. Unidad de Apoyo de Fisioterapia Atención Primaria Cangas del Narcea – Área II; e-mail: carolina.menendezg@sessa.es

Resumen

La Educación para la Salud es uno de los principales pilares de los Programas de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad que se llevan a cabo desde el servicio de Atención Primaria. Los fisioterapeutas del Área Sanitaria II del Servicio de Salud del Principado de Asturias, han desarrollado un Programa de higiene postural y ergonomía en la escuela desde el curso escolar 2016-2017. Los objetivos de este estudio observacional son: evaluar la eficacia del Programa y determinar su continuidad, así como la forma de hacerlo. Para ello, realizamos una comparación de los datos obtenidos en la primera intervención (2016-2017) con los de la última (2019-2020), coincidiendo con la excepcional situación sanitaria del SARS-CoV-2. Se ha tomado como variable el tipo de equipaje escolar para cuantificar el nivel de asimilación de la información y se han comparado los cambios según las barreras arquitectónicas del centro. Los resultados nos indican escaso provecho de la información, por lo que se replanteó la forma de transmisión de la misma. Por ello, y coincidiendo con la realidad Postcovid y la imposibilidad de acudir a los centros presencialmente, nos ha llevado a hacer uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), elaborando videos cortos sobre la temática y, posteriormente, contactando con las aulas a través de la plataforma TEAMS para resolver dudas e insistir en la importancia de nuestras recomendaciones.

Palabras clave: Fisioterapia, Promoción de la Salud, Atención Primaria de Salud, Servicios de Salud Escolar, Ergonomía, Tecnología de la Información.

Introducción

Las actividades comunitarias de promoción de la salud y la prevención de la enfermedad son un aspecto más de la labor de los fisioterapeutas de Atención Primaria, aunque quedan muchas veces relegadas por la propia actividad clínica. Entre ellas se encuentra la Educación para la Salud.

La Educación para la Salud en la escuela es una acción determinante para la salud futura del individuo. La Unidad de Fisioterapia de Atención Primaria de Cangas del Narcea (Área Sanitaria II, Servicio de Salud del Principado de Asturias), desarrolla desde 2017 un Programa de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad basado en higiene postural y ergonomía. Este Programa aborda tres áreas: la postura, el equipaje escolar y la responsabilidad del individuo con su salud, desarrollándose de forma presencial en las aulas[1]. En este curso 2020-2021, la irrupción del SARS-CoV-2 ha impedido nuestra presencia en los centros educativos, pero no ha interrumpido esta intervención comunitaria.

Los objetivos de dicho estudio son evaluar la eficacia del proyecto “Higiene postural en la escuela”; y determinar la continuidad del Programa de Promoción de Salud en los centros educativos y cómo hacerlo.

Material y Método

Se ha realizado un estudio observacional descriptivo longitudinal, cuya población diana son los niños de 3 a 14 años escolarizados en los centros educativos voluntariamente adscritos al Programa.

La variable que se ha tomado como indicador de la asimilación de la información ha sido el tipo de equipaje escolar. Se compararon los datos obtenidos en el proyecto “Higiene postural en la escuela” del curso 2016-2017 con los del 2019-2020 para determinar la necesidad de continuar con el Programa.

En ambas ocasiones nuestra intervención fue presencial en las aulas, y se basó en charlas de contenido teórico-práctico dónde los propios alumnos interactuaban con los fisioterapeutas.

Resultados

De los diez centros escolares que tenían prevista la realización del proyecto en el curso 2019-2020, sólo se pudo acudir a ocho, debido a la situación sanitaria derivada del SARS-CoV-2. Tres de los cuáles se adscribieron en este curso por primera vez. De este modo, únicamente se pueden comparar los datos obtenidos en cinco centros, denominados para el estudio con las cinco primeras letras del alfabeto: “A”, “B”, “C”, “D” y “E” de manera aleatoria.

Con los datos recabados se ha llevado a cabo los siguientes gráficos de barras (Figuras 1-5), comparando el tipo de equipaje en cada centro en los dos cursos escolares en los que se realizó la intervención (2016-2017 y 2019-2020).

En cuanto al equipaje escolar, se ha dividido en los tres tipos que nos hemos encontrado en los centros escolares: mochila de asas, mochila de ruedas y tipo bandolera.

En el caso del centro educativo “A” (Figura 1), hemos observado cambios positivos puesto que, a pesar de haber aumentado el número de mochilas con ruedas, han desaparecido las bandoleras sustituyéndolas por mochilas de asas en su mayoría.

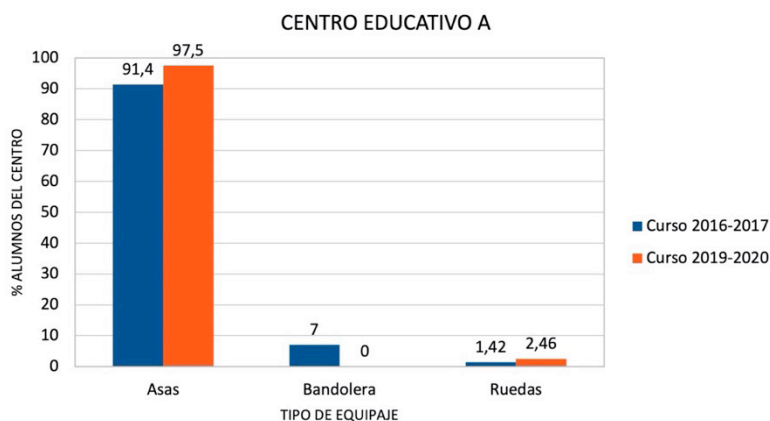


Figura 1. Centro educativo A

En el centro educativo “B” (Figura 2) se ha observado una mala asimilación de la información debido al aumento del número de mochilas con ruedas, ya que es un centro con barreras arquitectónicas.

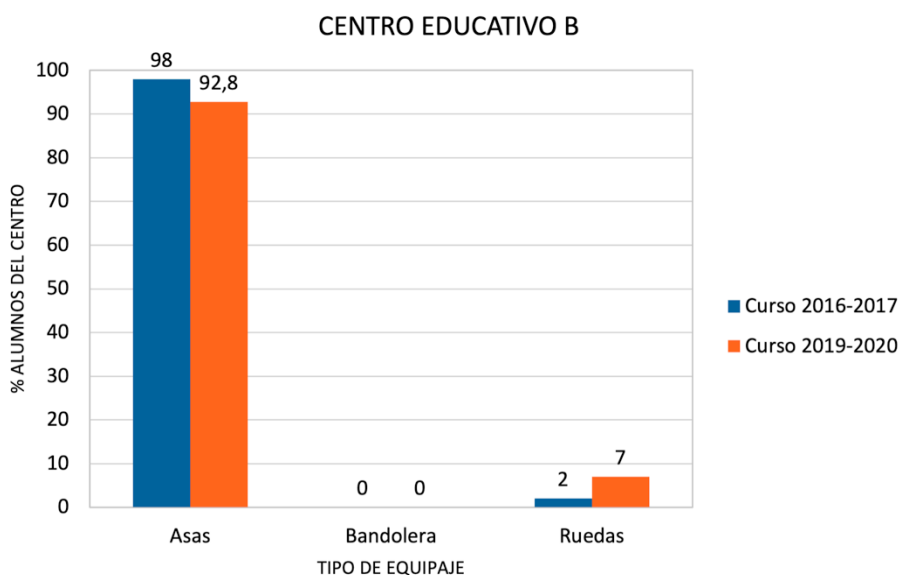


Figura 2. Centro educativo B

En el centro educativo “C” (Figura 3) no hemos encontrado cambios significativos.

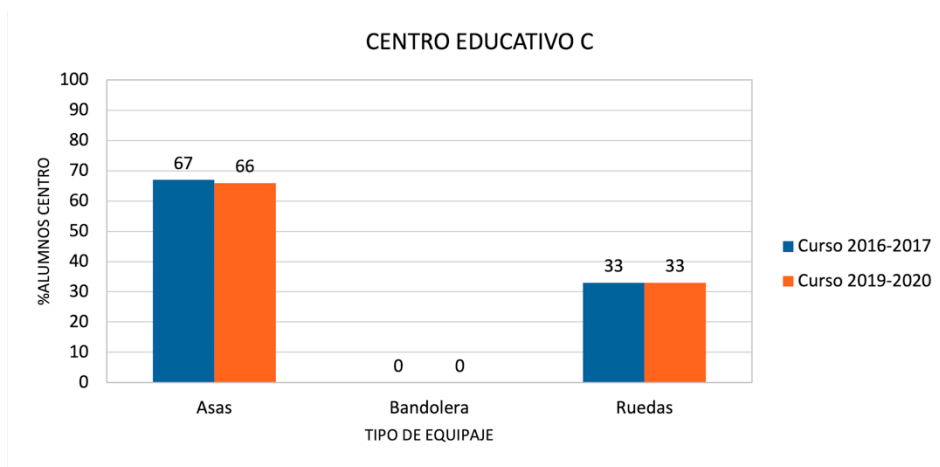


Figura 3. Centro educativo C

En el centro educativo “D” (Figura 4) se han observado cambios positivos, aumentando el número de mochilas con asas y disminuyendo la cantidad de mochilas de ruedas.

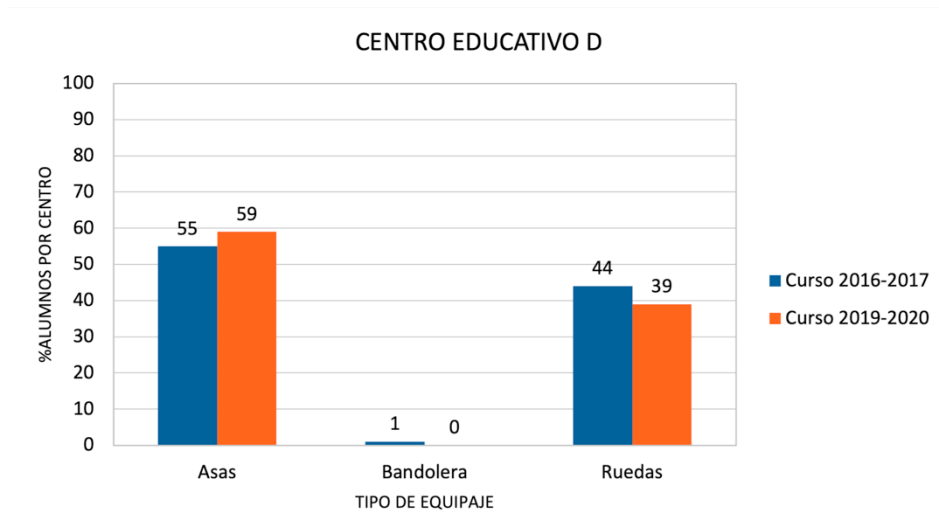


Figura 4. Centro educativo D

En el centro educativo “E” (Figura 5), se han obtenido resultados óptimos, desapareciendo las mochilas de ruedas.

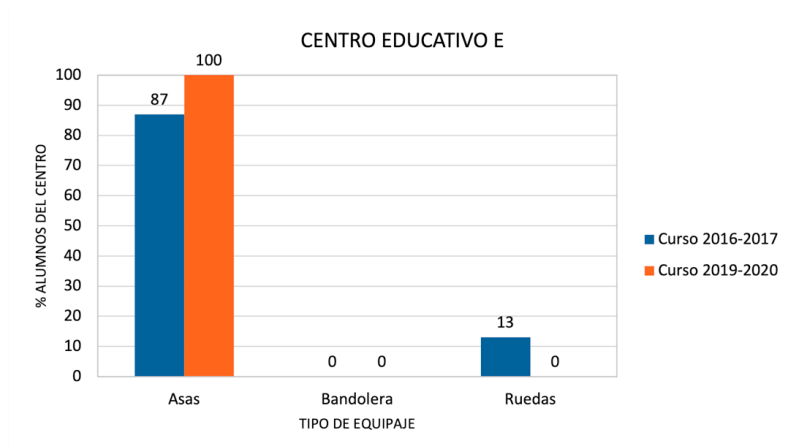


Figura 5. Centro educativo E

Estos resultados, han sido valorados centro a centro, dependiendo de las barreras arquitectónicas existentes, ya que la mayoría disponen de escaleras interiores o exteriores que limitan la accesibilidad, y por tanto, el uso de mochilas con ruedas estaría desaconsejado. Tras realizar un análisis global, obtenemos los siguientes resultados (Figura 6):

- En tres centros educativos se han encontrado cambios positivos en cuanto al equipaje escolar.
- En otro no ha habido cambios.
- Y en el restante han sido negativos.

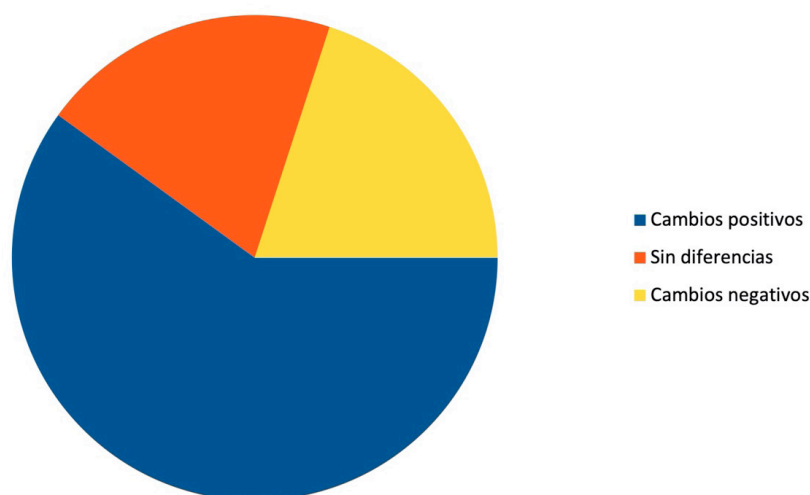


Figura 6. Representación gráfica de los resultados

Discusión/Conclusiones

Los datos indican escasa asimilación de las recomendaciones aportadas, lo que se traduce en un mal hábito adquirido que se trasladará a etapas posteriores. Como el objetivo del mismo no ha sido alcanzado, surge la necesidad de continuar con el Programa y modificar la transmisión de la información.

Por ello y debido a la situación sanitaria, en el curso 2020-2021, se han elaborado cinco vídeos cortos sobre la temática. Tras su visionado hemos contactado con los alumnos a través de la plataforma Teams, para resolver dudas.

Se recomienda reevaluar la eficacia del proyecto “Higiene postural en la escuela” con el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en cursos posteriores.

Referencias

1. Fernández Cañedo MC, Fuertes Martínez M, Gómez Rodríguez M. Peso transportado por los escolares del suroccidente asturiano ¿es adecuado el tipo de mochila?. Póster presentado en: IX Congreso de la Sociedad de Enfermería Familiar y Comunitaria de Asturias (SEAPA): Los cuidados de calidad hoy, bienestar de mañana; 2018 Oct 4-5; Gijón.