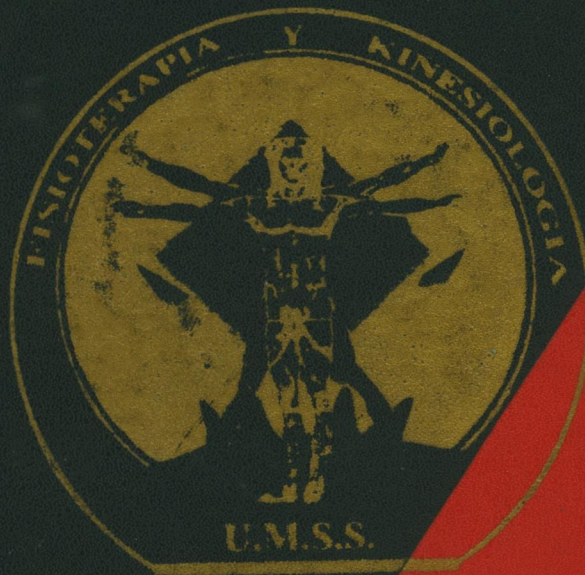


UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMON
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA



PROPUESTA DE IMPLEMENTACIÓN DEL SERVICIO DE
FISIOTERAPIA EN LA UNIDAD EDUCATIVA "CHAMPAGNAT",
PARA LA PREVENCIÓN DE ALTERACIONES POSTURALES
DE COLUMNA EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO

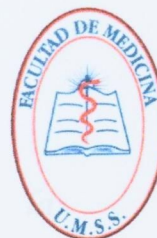
Trabajo de Proyecto de Grado
para optar al Título de
Licenciada en Fisioterapia y
Kinesiología

Autor: Jacquelin Faviola Mareño Chavez
Tutor de Fondo: Lic. José Luis Claure Fuentes
Tutor de Forma: Dr. Evaristo Venegas Berton
Modalidad: Proyecto de Grado

COCHABAMBA BOLIVIA
2010



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA



**PROPUESTA DE IMPLEMENTACIÓN DEL SERVICIO DE
FISIOTERAPIA EN LA UNIDAD EDUCATIVA “CHAMPAGNAT”,
PARA LA PREVENCIÓN DE ALTERACIONES POSTURALES DE
COLUMNA EN ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO**

Trabajo de Proyecto de Grado
para optar al Título de
Licenciada en Fisioterapia y
Kinesiología

Autora: Jaquelin Faviola Mareño Chavez
Tutor de Fondo: Lic. José Luis Claire Fuentes
Tutor de Forma: Dr. Evaristo Venegas Berton
Modalidad: Proyecto de Grado

COCHABAMBA-BOLIVIA
2010

ÍNDICE

	Pág.
AGRADECIMIENTOS	I
DEDICATORIA	II
ÍNDICE	III
LISTADO DE TABLAS Y CUADROS	VII
RESUMEN	VIII
INTRODUCCIÓN	1

CAPÍTULO 1

DIAGNÓSTICO

1.1. Antecedentes.....	3
1.2. Planteamiento del problema.....	4
1.3. Justificación.....	4
1.4. Objetivos.....	5
1.4.1. General.....	5
1.4.2. Específicos.....	5

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO-REFERENCIAL

2.1. Fundamentación teórica.....	6
2.1.1. Fisioterapia.....	6
2.1.2. Historia.....	6
2.1.3. Áreas de especialización de la Fisioterapia.....	7
2.2. Fisioterapia preventiva.....	8
2.2.1. Niveles de prevención.....	8
2.2.1.1. Nivel primario de prevención.....	8
2.2.1.2. Nivel secundario de prevención.....	8

2.2.1.3.	Nivel terciario de prevención.....	9
2.3.	Educación postural.....	10
2.4.	Higiene postural en la etapa escolar.....	10
2.4.1.	Mobiliario escolar.....	11
2.4.2.	Uso de mochilas.....	12
2.5.	Postura sedente.....	13
2.5.1.	Postura sedente anterior.....	13
2.5.2.	Postura sedente media.....	13
2.5.3.	Postura sedente posterior.....	14
2.6.	Higiene postural en sedestación.....	14
2.7.	Descripción anatómica de la columna vertebral.....	15
2.7.1.	Funciones.....	15
2.7.2.	Constitución.....	17
2.7.3.	Clasificación de las curvaturas.....	17
2.7.3.1.	Curvaturas primarias.....	17
2.7.3.2.	Curvaturas secundarias.....	18
2.7.4.	Músculos de la columna que intervienen en la postura.....	18
2.7.5.	Desequilibrios musculares en la etapa escolar.....	19
2.8.	Postura.....	20
2.8.1.	La postura ideal.....	21
2.8.2.	Clasificación de la postura.....	21
2.8.2.1.	Postura correcta.....	21
2.8.2.2.	Postura incorrecta.....	21
2.8.3.	Tipos de postura.....	21
2.8.3.1.	Postura estática.....	21
2.8.3.2.	Postura dinámica.....	21
2.8.4.	Actitud postural.....	22
2.8.4.1.	Principios generales.....	22
2.8.5.	El modelo postural.....	22
2.8.6.	Herramientas en la valoración postural.....	24
2.8.6.1.	Línea de plomada.....	24

2.8.6.2.	Tablas de postura.....	24
2.9.	Alteraciones posturales.....	24
2.9.1.	Tipos de alteraciones posturales de la columna vertebral.....	25
2.9.1.1.	Cifosis.....	25
2.9.1.2.	Escoliosis.....	26
2.9.1.3.	Hiperlordosis lumbar.....	26
2.10.	Contextualización.....	27
2.10.1.	La realidad nacional y departamental.....	27
2.10.2.	La Unidad Educativa.....	31

CAPÍTULO 3

MARCO METODOLÓGICO

3.1.	Elementos y características de la población.....	33
3.2.	Recolección de la información.....	33
3.2.1.	Identificación de las variables.....	33
3.2.2.	Técnicas e instrumentos.....	33
3.2.2.1.	Evaluación postural.....	34
3.2.2.1.1.	Vista Anterior.....	34
3.2.2.1.2.	Vista Posterior.....	36
3.2.2.1.3.	Vista Lateral.....	38
3.2.3.	Procesamiento de la información.....	40

CAPÍTULO 4

RESULTADOS DEL DIAGNÓSTICO Y DISEÑO DE LA PROPUESTA

4.1.	Realidad municipal de la postura en la población escolar.....	41
4.2.	Diagnóstico.....	43
4.2.1.	Información recogida.....	43
4.2.1.1.	Actitudes Posturales del Nivel primario.....	44
4.2.1.2.	Actitudes Posturales por Ciclos Según la Edad.....	44
4.2.1.3.	Actitudes Posturales por Ciclos Según Sexo.....	46
4.2.1.4.	Actitudes Posturales por Cursos.....	49

4.2.2.	Conclusiones y recomendaciones.....	53
4.2.3.	Propuesta.....	53
4.2.3.1.	Naturaleza de la propuesta.....	53
4.2.3.2.	Objetivos.....	53
4.2.3.3.	Actividades.....	54
4.2.3.3.1.	Actividades Educativas.....	54
4.2.3.3.2.	Actividades Kinésicas.....	54
4.2.3.4.	Recursos.....	61
4.2.3.5.	Cronograma.....	62
4.2.3.6.	Presupuesto.....	63
4.2.3.7.	Infraestructura.....	67

CAPÍTULO 5

EVALUACIÓN Y ANÁLISIS DE FACILIDAD DEL PROYECTO

5.1.	En cuanto a los factores determinantes.....	68
5.2.	En cuanto a los objetivos.....	68
5.3.	En cuanto al plan de actividades.....	68
5.4.	En cuanto a los recursos humanos.....	70
5.5.	En cuanto a los recursos materiales.....	70
5.6.	En cuanto a los recursos financieros.....	70
5.7.	En cuanto al impacto social.....	71

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	72
--	-----------

ANEXOS

LISTADO DE TABLAS Y CUADROS

	Pág.
TABLA N° 1 Clasificación de los niveles de prevención.....	9
TABLA N° 2 Relación entre el peso corporal y el peso de la mochila.....	12
TABLA N° 3 Relación entre la altura de la silla y la estatura de la persona.....	15
TABLA N° 4 Músculos que intervienen en la postura.....	19
CUADRO N° 1 Realidad municipal de la postura en la población escolar.....	41
CUADRO N° 2 Realidad municipal de la postura en la población escolar.....	42
CUADRO N° 3 Realidad municipal de la postura en la población escolar.....	42
CUADRO N° 4 Realidad municipal de la postura en la población escolar.....	43
CUADRO N° 5 Actitudes Posturales del Nivel primario.....	44
CUADRO N° 6 Actitudes Posturales del Primer Ciclo Según la Edad.....	44
CUADRO N° 7 Actitudes Posturales del Segundo Ciclo Según la Edad.....	45
CUADRO N° 8 Actitudes Posturales del Tercer Ciclo Según la Edad.....	45
CUADRO N° 9 Actitudes Posturales del Primer Ciclo Por Sexo Varones.....	46
CUADRO N° 10 Actitudes Posturales del Primer Ciclo Por Sexo Mujeres.....	46
CUADRO N° 11 Actitudes Posturales del Segundo Ciclo Por Sexo Varones.....	47
CUADRO N° 12 Actitudes Posturales del Segundo Ciclo Por Sexo Mujeres.....	47
CUADRO N° 13 Actitudes Posturales del Tercer Ciclo Por Sexo Varones.....	48
CUADRO N° 14 Actitudes Posturales del Tercer Ciclo Por Sexo Mujeres.....	48
CUADRO N° 15 Actitudes Posturales del Primer Curso.....	49
CUADRO N° 16 Actitudes Posturales del Segundo Curso.....	49
CUADRO N° 17 Actitudes Posturales del Tercer Curso.....	50
CUADRO N° 18 Actitudes Posturales del Cuarto Curso.....	50
CUADRO N° 19 Actitudes Posturales del Quinto Curso.....	51
CUADRO N° 20 Actitudes Posturales del Sexto Curso.....	51
CUADRO N° 21 Actitudes Posturales del Séptimo Curso.....	52
CUADRO N° 22 Actitudes Posturales del Octavo Curso.....	52