

Rossano: presentato in alcune scuole il progetto "LA SCHIENA VA A SCUOLA : PRIME REGOLE PER RISPETITARLA"

giovedì 1 marzo 2018 11:59

di COMUNICATO STAMPA



Nei giorni scorsi presso la scuola primaria plesso Monachelle di Rossano, destinatari le classe quinte e presso la scuola secondaria di 1° grado Carlo Levi di Rossano, destinatari le classi prime è stato presentato il progetto a livello nazionale "La schiena va a scuola: prime regole per rispettarla", curato dalla dott.ssa Rosa Ambrosio, fisioterapista, e iscritta all'Aifi (Associazione italiana fisioterapisti). Destinatari del progetto sono i bambini dalla quinta elementare alla terza media, questi sono infatti gli anni caratterizzati da importanti fenomeni di sviluppo. La

illustrazione del progetto è stata diretta ad acquisire le nozioni necessarie per la gestione dello stesso illustrandone il percorso: dalla presa in carico della scuola, alla formazione dei contenuti da trasmettere in aula fino alla raccolta dei feedback da parte di scuole, insegnanti, genitori e bambini, e poi anche l'AIFI che sul tema ha organizzato dei corsi di formazione rivolti ai fisioterapisti. "Il Progetto - spiega la dott.ssa Ambrosio - ha l'intento di favorire la realizzazione di interventi di prevenzione e promozione alla Salute nelle scuole e si propone di prevenire il mal di schiena e i vizi posturali in età scolare, nonché di insegnare ad attuare scelte consapevoli ed ergonomiche riguardo ai materiali da utilizzare per lo studio. La postura - prosegue la fisioterapista - è la posizione che assume il nostro corpo nello spazio (es. stazione eretta, decubito laterale, supino e prono), la postura corretta è quella più idonea per attuare nello spazio le attività di vita quotidiana con il minor consumo di energie. La POSTURA non è altro che espressione dell'ambiente in cui si vive, dello stile di vita, dello stress, di traumi fisici o emotivi che possono influenzare una persona, di sport che si praticano o di posture errate assunte a lavoro. Lo slogan scelto "La schiena va a scuola" vuole essere un simpatico richiamo per porre attenzione ad un momento della vita dei bambini fondamentale per la crescita. Nel corso delle iniziative tenute nelle due scuole di Rossano - spiega ancora la dott.ssa Ambrosio - sono state proiettate ed illustrate ai partecipanti delle diapositive strutturate in 4 parti: nella prima parte sono state elencate delle semplici nozioni sulla fase di crescita della colonna vertebrale, sull'importanza dello scheletro e della postura; nella seconda parte sono stati illustrati alcuni dei disagi in cui possono incorrere i bambini (es. scoliosi e mal di schiena) causati da una posizione seduta scorretta, inattività, obesità, sforzi fisici intensi; nella terza, grazie alla partecipazione attiva dei bambini, sono stati analizzati praticamente gli strumenti/test per rilevare eventuali variazioni posturali poiché un primo screening di base può aiutare a tenere la schiena sotto controllo durante il suo sviluppo e capire quanto sia utile rivolgersi ad uno specialista per un consulto diagnostico; nell'ultima parte sono stati dati ai bambini consigli e risposte ai quesiti più frequenti di docenti e genitori riguardanti l'uso dello zainetto, sport consigliati e strategie per una postura corretta a scuola e durante le attività di vita quotidiana. Grande la partecipazione dei bambini, molte le domande e le osservazioni sulle posture migliori da adottare, gli sport più indicati in fase di crescita, il ruolo del fisioterapista, il trattamento fisioterapico in presenza di dolore o deformazioni della colonna vertebrale ecc.. Al termine della giornata - conclude la fisioterapista - a tutti i bambini sono stati consegnati dei poster il cui contenuto, attraverso una breve storia a fumetti, ha semplificato e dato loro una maggiore consapevolezza dei concetti ricevuti; simpatici attestati di partecipazione al progetto sono stati invece rilasciati ai più piccoli (quinta elementare)".

