

PÍNDOLAS INFORMATIVAS

PÍNDOLES INFORMATIVES FISIOTERÀPIA PEDIÀTRICA

DESENVOLUPAMENT PSICOMOTOR

El desenvolupament motor és un procés de canvis relacionats amb l'edat de l'individu, i els sorprenents canvis que es produeixen en la conducta motriu del nen progressen cap a la independència física. I també la importància de l'entorn juntament amb les emocions.

Parlarem de:

Conèixer els principals atributs del desenvolupament psicomotor a la primera infància.

- Com el nen@ adquireix els diferents ítems del desenvolupament motor.

Progressió del desenvolupament psicomotor en les seves diferents etapes del creixement.

- Àrees del desenvolupament psicomotor i altres habilitats en la infància.
- Entendre les restriccions del repertori del moviment en nens/es amb retard cognitiu.

ALTERACIONS EN EL DESENVOLUPAMENT DE LA PRIMERA INFÀNCIA

A vegades hi ha infants que poden presentar un trastorn, patologia o un retard en el desenvolupament. Aquestes disfuncions poden ser permanents o transitòries (neurològiques, genètiques, psicològiques, sensorials, emocionals) que desvia de forma significativa el curs habitual del desenvolupament del nen@. La prevenció i coneixement es fonamental per entendre a l'infant, per poder ajudar-lo i acompanyar-lo, tant a l'infant el seu entorn i a la família.

Parlarem de:

- Desenvolupament de la marxa.
- Actituds posturals.
- Patologies comuns.
- Quins recursos ofereix la fisioteràpia pediàtrica en els trastorns, patologies, retard del desenvolupament, etc.
- Com podem adaptar la llar en aquests infants.



PÍNDOLES INFORMATIVES FISIOTERÀPIA PEDIÀTRICA

FISIOTERÀPIA RESPIRATÒRIA EN PEDIATRIA

En els darrers anys i actualment que vivim, les patologies respiratòries pediàtriques han anat augmentant. Què fer amb elles, i com podem ajudar a prevenir-les són un dels grans dubtes que sorgeixen entre els pares i les mares. La fisioteràpia respiratòria es considera una disciplina especialitzada en el maneig de les diferents disfuncions de l'aparell respiratori, amb un dels objectius a millorar la qualitat de vida en aquest cas dels més petits.

Parlarem de:

Fisioteràpia respiratòria.

Aparell respiratori.

Patologies respiratòries.

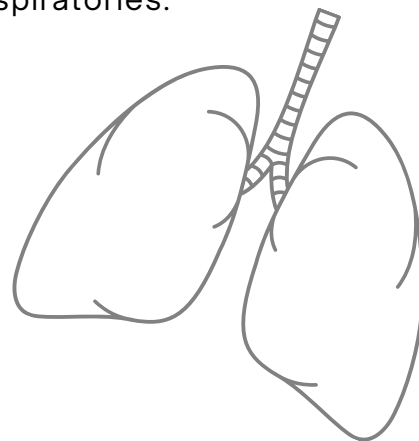
Mecanismes de prevenció en patologies respiratòries.

Signes i/o símptomes d'alerta.

Ajuda instrumental, rentats nasals...

Quan acudir al fisioterapeuta?

Etc.



PÍNDOLES INFORMATIVES FISIOTERAPIA SÓL PÉLVIC

Les xerrades estan pensades per portar un ordre segons els alumnes van pujant de curs. Si no fos així es poden adaptar a cada edat tractant els temes que no s'hagin tractat anteriorment.

PER CICLE INFANTIL:

- **El cos:** En aquesta xerrada parlarem sobre cada part de cos, com funciona, les diferències en el cos de cada persona, autoestima i tolerància en front a altres cossos. Inclourem el coneixement dels genitals femenins i masculins, el concepte d'intimitat i d'autoconeixement. Aquesta es una xerrada en la que es fan servir jocs o dinàmiques de grup, ja que la intenció es que aprenguin de forma divertida i en la que puguin participar tots.



PER CICLE INICIAL:

- **Autoconeixement i autocura del propi cos 1:** En aquesta xerrada recordarem l'anatomia genital femenina i masculina, el concepte d'intimitat i autoconeixement, i ampliarem la informació sobre aquesta part del cos. Parlarem també sobre higiene genital. Introduïrem el concepte de sentir plaer amb jocs en els que hi posem en joc els 5 sentits (olorar, assaborir, escoltar, veure i tocar alguna cosa que ens agradi) i farem un exercici per posar atenció al cos.



PER CICLE MITJÀ:

- **Autoconeixement i autocura del propi cos 2:** En aquesta xerrada recordarem l'anatomia genital femenina i masculina, el concepte d'intimitat i autoconeixement, higiene genital i el plaer. Introduïrem el tema de l'orientació sexual, sexualitat, sistema reproductor i relacions sexuals, i l'embaràs. Treballarem com deixar anar el cos i les emocions amb música i ball.



PÍNDOLES INFORMATIVES FISIOTERAPIA SÓL PÉLVIC

PER CICLE SUPERIOR:

- **Autoconeixement i autocura del propi cos 3:** En aquesta xerrada recordarem els temes tractats anteriorment i incidirem en el tema de posar límits, saber dir no i respectar-ho, ampliarem la informació sobre sexualitat, relacions sexuals, anatomia del plaer i autoconeixement. Tractarem temes com la diversitat corporal i col·lectiu LGTBIQ+.
- **Canvis corporals de la pubertat i cicle menstrual:** En aquesta xerrada parlarem sobre els canvis corporals propis de la pubertat tant en nens com nenes, i sobre la menarquia o primera menstruació. Incidirem en la informació sobre el cicle menstrual, no només en la fase menstrual per que coneguim com funciona durant el mes el cos d'una dona, de forma cíclica. Parlarem sobre la fisiologia de la menstruació, que passa a cadascuna de les fases del cicle menstrual, incidirem en que el dolor no es normal, com alleujar les molèsties pròpies de la inflamació en la fase premenstrual, com portar el control del cicle i productes saludables de recollida menstrual.

