

EVENTO VIRTUAL PRIMERA CONVENCION CIENTIFICA INTERNACIONAL "ISLACIENCIA 2021"

La flexibilidad como indicador de la condición física de una niña con Síndrome de Down

Temática: La salud y la calidad de vida

Resumen

La investigación es parte del proyecto "Actividad Física Adaptada e Inclusión educativa", en ella se abordan elementos teóricos sobre Educación Física Adaptada, Síndrome de Down (SD) y la flexibilidad como un indicador de la condición física. De la problemática expuesta se deriva el siguiente problema científico: ¿cómo se comporta la flexibilidad como indicador de la condición física en una niña con Síndrome de Down, de la Escuela Especial "Carlos Coello" de Caibarién?; para darle respuesta al problema formulado se propone diagnosticar el comportamiento de la flexibilidad y caracterizar la flexibilidad como uno de los indicadores de la condición física del caso estudiado. Se utilizaron métodos teóricos y empíricos, dentro de estos últimos, el estudio de caso como metodología general para presentar los resultados de métodos como: el análisis documental, la observación, entrevista, y la triangulación por el método. Como resultado se obtiene la descripción de la prueba de flexibilidad, donde se corroboró que sus resultados se corresponden con los de otros niños con Síndrome de Down, al ser superiores a los de los escolares que no tienen esta condición. Finalmente se arribaron a conclusiones claras y precisas, así como a recomendaciones que permiten continuar la investigación en el futuro. Palabras claves: flexibilidad, síndrome de Down, actividad física.

Metodología empleada

Analítico-sintético

Estudio de caso

Inductivo-deductivo

Análisis de documentos

Historico-lógico

Observación Entrevista

Triangulación

Resultados

El diagnóstico arrojó que la niña tiene 11 años, pero se manifiesta como si tuviera 6 años, tiene talla y peso acorde a su edad cronológica, es aparentemente sana, cariñosa, alegre, voluntariosa, su ritmo de trabajo es lento, le tiene fobia a los ruidos, no le gusta que le hablen en voz alta, por lo que se abstrae ante el llamado de atención, en ocasiones se enfusca pero por poco tiempo, es muy disciplinada y obediente, hace lo que se le ordena; es muy imaginativa tanto en lo que habla como en los dibujos que realiza. Le gusta mucho la educación física, ver televisión, jugar con otros niños, desempeñar roles, cantar, bailar, las narraciones, entre otras actividades.

Muestra interés por aprender y ha logrado avanzar en su aprendizaje, aunque se observa que presta mayor atención cuando se utilizan medios o juegos didácticos que la motivan y despiertan su interés.

Se educa en un medio familiar favorable, en el seno de una familia funcional, potenciadora del desarrollo de la niña, logrando su estimulación e intervención desde edad temprana, es cooperadora con el proceso educativo. Se aprecian métodos educativos adecuados y apropiadas relaciones interpersonales entre los miembros de la familia.

En la entrevista realizada a los padres, estos refieren que desde que la niña nació siempre supieron que tenía SD, recibiendo la ayuda de los especialistas, familia, así como vecinos que la quieren y cuidan.

Los padres tienen conocimiento acerca de la condición física de la niña, ellos refieren que tiene un hermano más pequeño de 9 años al que la niña quiere y muestra afecto, pues le gusta jugar, bailar, pero es muy dependiente de los adultos de la casa y aún le cuesta realizar actividades cotidianas como alimentarse, bañarse, vestirse, por sí sola, aunque le gusta verse bonita y limpia, pues es muy presumida.

En cuanto al mantenimiento de su salud física y para mantener su flexibilidad la niña hace resistencia ante los ejercicios que requieren fuerza, es por ello que para medir este indicador de la condición física se elige el Test de Wells y Dillon, también conocido como Seat and Reach (declarado por Santo, 1999), que traducido sería alcance sentado. La niña se sienta en el suelo con un poco de dificultad debido a su peso, con las piernas extendidas y rectas, inclina el tronco hacia delante y extiende los brazos, se desliza con las manos extendidas hasta el máximo de sus posibilidades y con la cinta métrica se anota la distancia máxima. Aunque esta prueba requiere de dos intentos, pero por las características de la niña, no se le insiste y solo se obtiene el resultado de un solo intento.

Los resultados que se obtienen:

Talla: 1.36 metros; Peso: 42 kilogramos y Flexibilidad: 10 centímetros

Autores: M. Sc. Rosa Hernández Moya, Lic. Ernesto Pacheco Rodríguez, Dra. C. Daniela Palacio González

Filiación: Facultad de Cultura Física. Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas.

País: Cuba

La triangulación de los resultados de los métodos utilizados, permite establecer determinados elementos de la niña con Síndrome de Down, a tener en cuenta en futuras investigaciones que se realicen en busca de su desarrollo psicomotor:

Presenta problemas al no poder escalar por un plano vertical con coordinación.

No es capaz de conducir, golpear y rebotar la pelota, solo logra hacerlo con ayuda.

Le resulta difícil saltar obstáculos, corre con inseguridad.

No le gusta realizar ejercicios o juegos que requieran de fuerza, aunque si se le motiva se puede lograr que los ejecute por un tiempo corto.

Le gusta jugar, aunque prefiere actividades pasivas, aunque no se muestra reacia a la actividad física.

Cuenta con el apoyo de la familia en la realización de las actividades que le gusta, así como para su aprendizaje escolar.

Cuando se estimula se esfuerza por realizar las actividades físicas. Esta información es fundamental para entender el comportamiento de los componentes de la condición física de los niños con Síndrome de Down.

Conclusiones

1. El diagnóstico realizado a la niña con Síndrome de Down, corroboró que aún es insuficiente el estudio de la flexibilidad como indicador de la condición física, y que es necesario utilizar métodos persuasivos y de estimulación para lograr que la escolar ejecute las pruebas propuestas.
2. Se constató que los resultados de la flexibilidad obtenidos están en correspondencia a los de otros niños con Síndrome de Down, ya que estos cuentan con un aumento de la movilidad articular, determinada por el aumento de elasticidad de los tejidos.
3. Se pudo corroborar que a la niña con SD, se debe motivar, animar y estimular para la realización de los ejercicios y pruebas, siempre utilizando un tono cariñoso, comprensivo y no exigiéndole más de lo que ella puede realizar en ese momento.