

Día Mundial de la Atención Primaria

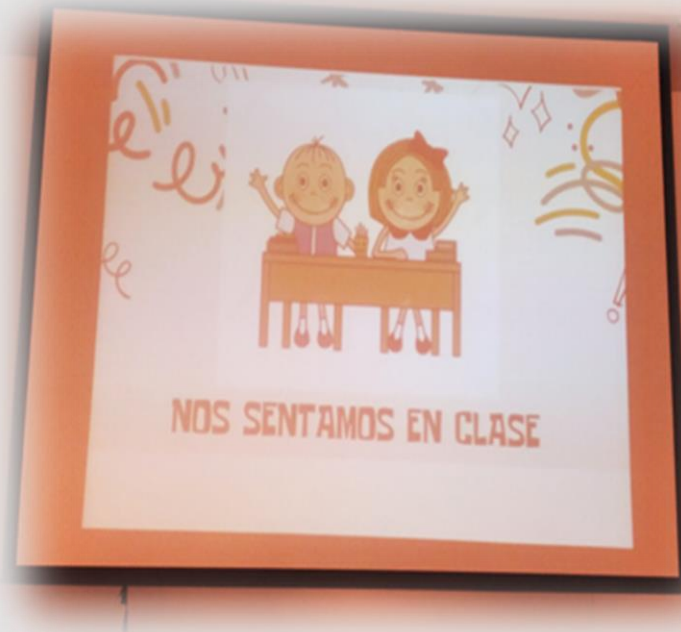
12 de abril de 2025



PROGRAMA EPS ESPALDA SANA

Colegios de Teruel

Este programa se implantó en la Unidad de Fisioterapia Atención Primaria Teruel Ensanche en 2018 a partir de un Proyecto de Calidad y posteriormente se quedó como actividad comunitaria, con una interrupción en 2020 y 2021 debido a la pandemia. Después se retomó la actividad llevando a cabo contenidos del material divulgativo basado en los conocimientos actuales llevando al alumnado el mensaje “La mejor postura es la que menos dura”.



Las sesiones que se imparten son fundamentalmente participativas e interactivas intentando fomentar la actividad física y evitar el sedentarismo. Además el profesorado participa activamente colaborando en la sesión.

El objetivo de la actividad es dar a conocer a los alumnos que es necesario mantener una espalda fuerte y sana, explicar cómo deben llevar las mochilas y el material escolar y cómo sentarse en el aula.

Intentamos año a año ampliar el número de Colegios y alumnos que participan en la actividad.

Este curso escolar 2024-25 han participado un total de 6 Centros Educativos, se han realizado 9 sesiones educativas y han sido 356 alumnos de los niveles 1º y 2º de Primaria los que han participado.

Así hemos trabajado en los colegios...



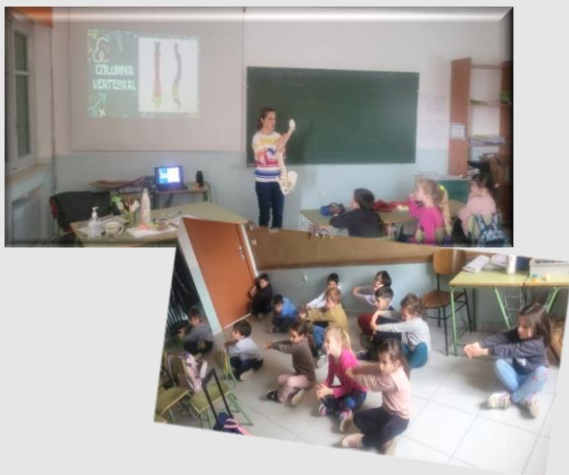
La Salle. 20/11/2024 sesión educativa a dos grupos de 1º de Primaria. 43 alumnos.



Miguel Vallés. 29/11/24 dos sesiones educativas a dos grupos de 2º de Primaria separados. Total 35 alumnos.



Ensanche. 10/12/24, 2 sesiones educativas, 3 grupos de 1º de Primaria juntos y 3 grupos de 2º de Primaria juntos. Total 102 alumnos.



Las Viñas. 07/03/2025 Sesión educativa a un grupo de 1º de Primaria, 14 alumnos.



Fuenfresca. 09/01/25 dos sesiones educativas a tres grupos de 1º Primaria juntos y 3 grupos de 2º de Primaria juntos. Total 126 alumnos.



La Purísima. 04/02/25 sesión educativa a 1º y 2º de Primaria juntos. Total 36 alumnos.

Proyectos en marcha



Proyectos de Atención Primaria y Salud Comunitaria

Desde Barbastro la fisioterapeuta Aina Andrés nos comparte estos proyectos puesto en marcha en la UFAP.

[Ver vídeo](#)

PROYECTO DE MEJORA

Educación para la salud en dolor crónico:
CHARLAS DIVULGATIVAS
SOBRE EL NUEVO PARADIGMA DEL DOLOR

Sector Zaragoza III

Proyecto de Mejora: Educación para la salud en dolor crónico

Fisioterapeutas del Sector Zaragoza III nos comparten este proyecto.

[Ver vídeo](#)

ACTIVIDADES COMUNITARIAS

Sector II del Servicio Aragonés de Salud

CS Seminario

Sesión de uno de los seminarios celebrados con el grupo *Andarinas*.



Otras actividades desarrolladas:

Charlas de reanimación cardiopulmonar (RCP) y actuación ante un atragantamiento dirigidas al alumnado de 5º de primaria, con el objetivo de que conozcan cómo responder ante situaciones de emergencia.

Charlas sobre hábitos saludables para estudiantes de 1º a 3º de primaria, donde les explicamos la importancia del ejercicio físico y les ofrecemos consejos para cuidar y mantener un cuerpo sano.