

**PROPUESTA PARA EL DISEÑO DE UN PROGRAMA DE PILATES EN
NIÑOS CON SÍNDROME DE DOWN PARA FAVORECER EL
DESARROLLO MOTOR.**

**PAOLA RAQUEL CONTRERAS MARTINEZ
EDUARDO ANTONIO ZAPATA QUINTERO**

**Estudiante Diplomado de Salud Ocupacional
FUNDACIÓN UNIVERSITARIA MARIA CANO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

INTRODUCCION

El síndrome de Down no tiene una afectación motora como la parálisis cerebral, que tiene un curso habitualmente retardado, es posible conseguir grandes beneficios a través del desarrollo de programas aplicando una técnica específica como la técnica pilates, teniendo en cuenta la edad motora del desarrollo del niño, a partir de las habilidades alcanzadas. Al hacer referencia al desarrollo motor, se debe considerar siempre que en este proceso se produce una amplia variación individual y existe una amplia serie de elementos que actúan como facilitadores o retardadores del desarrollo.



Es primordial la intervención fisioterapéutica en el proceso del desarrollo motor del niño ya que este se da en una forma secuencial y progresiva, de acuerdo a la edad cronológica, acumulando las funciones simples primero y

después las más complejas; integrando todas las partes del sistema nervioso para que actúen en una forma coordinada y lograr favorecerlo.



DESCRIPCION DEL PROBLEMA

El proceso del desarrollo motor, la adquisición de habilidades, de destrezas, de conocimientos, de capacidad para interactuar con el mundo que rodea al niño, esta condicionado por la relación entre lo genético y lo ambiental. Se conoce que el defecto genético, presente en el síndrome de Down, determina un curso atípico del desarrollo del niño afectado, el que en proporción directa con el grado de hipotonía determina una demora en adquirir habilidades tales como; sostener la cabeza, gatear, pararse, caminar, pero el medio ambiente rico en actividades apropiadas puede ser un elemento facilitador para un desarrollo pleno de sus potenciales biológicos. Y es ejercitando con sentido terapéutico como mejor se logra el éxito.



JUSTIFICACION

El diseño de este programa no pretende un planeamiento inmutable de actividades organizadas en una secuencia determinada, inalterables, todo lo contrario, cualquier diseño de programa de intervención se con base a un comportamiento promedio, pero la individualidad determinará adecuar el programa a las necesidades especiales del niño, a su habilidad en un área determinada y a su falta de destreza en otra.



El programa de pilates posibilita a cada niño estimular la coordinación motriz y la tonificación muscular, mejorar la capacidad cardiorrespiratoria, capacidades físicas; ofrece facilidades de aprendizaje motor y posibilita la intervención social. Este programa puede abordarse como un método educativo, recreativo, lúdico, terapéutico y cultural. por esto se siente la necesidad de implementar un programa con la técnica de pilates en niños con Síndrome de Down que favorezca el desarrollo motor.



MARCO TEORICO

SINDROME DE DOWN

El síndrome de Down es un grave trastorno genético que ocasiona retraso mental al igual que ciertas deformidades físicas. En este síndrome, la cara tiene algunos rasgos semejantes a los grupos mongoles, de ahí que en el pasado se le llamara, incorrectamente mongolismo.



DESARROLLO MOTOR

El desarrollo del niño ocurre en forma secuencial, esto quiere decir que una habilidad ayuda a que surja otra. Es progresivo, siempre se van acumulando las funciones simples primero, y después las más complejas. Todas las partes del sistema nervioso actúan en forma coordinada para facilitar el desarrollo; cada área de desarrollo interactúa con las otras para que ocurra una evolución ordenada de las habilidades. La dirección que sigue el desarrollo motor es de arriba hacia abajo, es decir, primero controla la cabeza, después el tronco. Va apareciendo del centro del cuerpo hacia afuera, pues primero controla los hombros y al final la función de los dedos de la mano.

Para describir el desarrollo del movimiento se divide en motor grueso y motor fino. El área motora gruesa tiene que ver con los cambios de posición del cuerpo y la capacidad de mantener el equilibrio. La motora fina se relaciona con los movimientos finos coordinados entre ojos y manos.



TECNICA DE PILATES EN NIÑOS

La practica del método Pilates en niños, es ideal para favorecer el desarrollo motor. El método Pilates ayuda al desarrollo natural del cuerpo. Los estiramientos y la descompresión ayudan a un crecimiento sano e integral, estimulando el cuerpo y la mente de los niños.

Progresan en fuerza, resistencia, flexibilidad, coordinación y equilibrio. Enseñándoles a trabajar desde pequeños con control, y por lo tanto tomando conciencia de su cuerpo. Aprenderán a mantener una postura correcta en las diversas situaciones cotidianas de la vida (sentarse, andar, agacharse, etc.)



CONCLUSIONES

La técnica de pilates es un método alternativo que ofrece múltiples beneficios en personas con síndrome de down para favorecer el desarrollo motor, a demás mejora la concentración, autoestima, interés, motivación; para la realización de actividades de la vida diaria.

Al realizar esta propuesta de diseño se pudo establecer que realmente en el medio existen muy pocos trabajos encaminados a mejorar y favorecer el desarrollo tanto físico como social de niños que presentan síndrome de Down.

Por consiguiente este es un punto de partida para todos aquellos profesionales que muestren interés por desarrollar nuevas propuestas para este tipo de poblaciones.

El desarrollo este programa tiene un fin establecido, como es el de posibilitar que el niño desarrolle todas sus potencialidades biológicas y de esta manera poder desempeñarse de un modo eficiente en su integración social; es importante para esto el carácter lúdico, de disfrute y recreativo para lograr una mayor adaptabilidad del niño al programa y conseguir un mejor resultado.



RECOMENDACIONES

Para la realización de este programa, es de vital importancia contar con profesionales que dominen el tema de manera que se puedan realizar las evaluaciones que permitan un seguimiento antes, durante y al finalizar el programa.

Se debe buscar que los niños mantengan la motivación, el interés y la concentración de las diferentes actividades teniendo en cuenta sus diferencias individuales, solo de esta manera se podrá incrementar el desarrollo integral del niño en la esfera motora, cognoscitiva, social, del lenguaje y validalismo.

Es importante que estos programas cuenten con la participación directa de la familia de los niños, además de las diferentes instituciones de salud, educación especial, organizaciones de discapacitados, la comunidad y diferentes profesionales del área de la salud, para lograr estimular de forma integral el desarrollo de las potencialidades residuales.

