

Η ισορροπία σε μαθητές με Μέτρια και Ήπια Νοητική Υστέρηση που φοιτούν σε Εργαστήριο Ειδικής Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης (ΕΕΕΕΚ)

Πτση Ελισσάβετ

Φυσικοθεραπεύτρια ΠΕ28, ΡΤ, ΡΕΤ, ΜSc

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η **ισορροπία** αποτελεί σημαντικό παράγοντα στον έλεγχο των καθημερινών κινητικών δεξιοτήτων. Η **έλλειψη** ισορροπίας οδηγεί σε μειωμένη λειτουργικότητα, δυσκολία στο συντονισμό των κινήσεων και μακροχρόνια στον περιορισμό των καθημερινών δραστηριοτήτων (Kubilay et al., 2011; Maiano Chr, et al 2018; Junjie ZhouID, et al. 2024). Η **ελληνική και διεθνής βιβλιογραφία επισημαίνει ότι η στατική και δυναμική ισορροπία είναι περιορισμένη σε παιδιά και εφήβους με ΝΥ**. Η παρούσα μελέτη εστιάζει στη σύγκριση της στατικής και δυναμικής ισορροπίας μεταξύ εφήβων με μέτρια και ήπια ΝΥ με στόχο να αναδείξει τη σημασία της διαφοροποιημένης κινητικής παρέμβασης στο σχολικό πλαίσιο.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Σχολείο ΕΕΕΕΚ Αττικής

Αρχικά έγινε ενημέρωση γονέων και έγγραφη συγκατάθεση για τη συμμετοχή των μαθητών στη μελέτη. Οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν σε 2 ομάδες. Στην ομάδα Α με μέτρια ΝΥ (N=13) και στην ομάδα Β με ήπια ΝΥ (N=15) (πιν. 1). Η ικανότητα της **δυναμικής ισορροπίας** μετρήθηκε με τη δοκιμασία **Timed Up & Go Test (TUG)** και της **στατικής ισορροπίας** με τη δοκιμασία **Sit to Stand Test (STS)** και **One Leg Stance with Open Eyes Test (OLSOE)** (πιν. 2).

Πίνακας 1. Κλινικά χαρακτηριστικά μαθητών με μέτρια ΝΥ και με ήπια ΝΥ (μέσοι όροι $\pm$ SD)

Χαρακτηριστικά	Μέτρια ΝΥ	Ήπια ΝΥ	p
Αριθμός μαθητών (n=)	13	15	-
Αγόρια/Κορίτσια ^a	8/5	12/3	-
Ηλικία (έτη)	17,92 $\pm$ 1,97	18,40 $\pm$ 1,88	0,50
Ύψος (cm)	159,54 $\pm$ 13,36	167,42 $\pm$ 11,07	0,10
Βάρος σώματος (Kg)	63,83 $\pm$ 17,13	65,22 $\pm$ 15,17	0,82

*p<0,05 ^a=0,05

Πίνακας 2. Αποτελέσματα στατικής και δυναμικής ισορροπίας

Όργανο μέτρησης	Μέτρια ΝΥ	Ήπια ΝΥ	p
TUG (sec)	8,26 $\pm$ 1,78*	5,99 $\pm$ 0,92	0,001
STS (sec)	10,75 $\pm$ 1,69*	9,06 $\pm$ 1,80	0,017
OLSOE	10,00 $\pm$ 12,38	20,31 $\pm$ 23,55	0,056

*P<0,05 μεταξύ των ομάδων

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η διαφοροποίηση των επιδόσεων ανάλογα με το επίπεδο ΝΥ ενισχύει την ανάγκη για εξατομικευμένα ή ομαδικά προγράμματα φυσικοθεραπείας εντός σχολικού πλαισίου (Maiano Chr, et al 2018; Wolan-Nieroda A. Et al 2023; Junjie ZhouID, et al 2024). Απώτερος σκοπός των προγραμμάτων αυτών πρέπει να είναι ο καλύτερος κινητικός έλεγχος για βελτίωση των καθημερινών δεξιοτήτων.