



¿UNA CARGA PENSADA?

Un plan para disminuir el peso de las mochilas escolares en el IES Ginés Pérez Chirinos de Caravaca de la Cruz (Murcia).

Por Miguel Gual Pérez-Templado, coordinador del Plan de Educación para la Salud y Ángeles Carmen Sánchez Gil, coordinadora.

EL IES Ginés Pérez Chirinos de Caravaca de la Cruz (Murcia) comenzó este curso escolar 2007-2008, adhiriéndose al Plan para la Salud en la Escuela promovido por la Consejería de Educación de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. Se constituyó el grupo de trabajo del que forman parte no sólo un determinado número de profesores, sino también varias madres y otros miembros de la comunidad educativa. Se han puesto en marcha distintas actuaciones relacionadas con los ámbitos de este programa: salud mental, ecología y medio ambiente, alimentación, etc.

Uno de los principales objetivos que nos marcamos fue conseguir reducir la carga que soportan a diario nuestros escolares en sus espaldas, ya que en estas

edades las mochilas no deben pesar más del 10% del peso corporal para preservar así la salud del estudiante. Algo que, obviamente, no se está cumpliendo. Y para comprobarlo, pusimos en la báscula las mochilas de nuestros alumnos de 1º de la ESO, y asombrados vimos como la aguja llegaba hasta los 10 o 12 kg. Teniendo en cuenta que su peso medio está entre 40 y 45 kilos, el problema es más serio de lo que parece y creemos que ya ha llegado el momento de hacer algo al respecto.

Nos pusimos a trabajar con una doble intención:

Por un lado, contar con la colaboración de los profesionales de la Salud de la Comarca del Noroeste complementada por una campaña general de recogida de firmas en contra del peso excesivo de las mochilas.

¿UNA CARGA PENSADA?
CAMPAÑA EN CONTRA DEL PESO EXCESIVO DE LAS MOCHILAS
PROMOVIDA POR EL I.E.S. GINÉS PÉREZ CHIRINOS

EL SABER SÍ OCUPA LUGAR Y ADEMÁS PESA

FUNDACIÓN CAJAMURCIA OBRA SOCIAL CAM

Y por otro, buscar una solución al problema desde nuestro Centro

En cuanto al primer punto, se elaboraron una serie de documentos que se mandaron por correo electrónico a los centros educativos de la Comarca del Noroeste, públicos y privados, para que todos los sectores implicados, padres, alumnos, profesores y consejos escolares, los firmasen. Además pedimos el apoyo de los profesionales de la Salud de dicha Comarca (pediatras, traumatólogos, fisioterapeutas, enfermeros...) los cuales coordinados por la Subdirectora médica del área IV, Doña Juana Fernández Cuenca, firmaron los diferentes escritos y redactaron las cartas correspondientes avalando nuestra iniciativa y explicando las graves consecuencias que acarrea para la espalda de los jóvenes, una carga excesiva y continua.

En esta campaña pedimos a las editoriales la publicación de los libros de texto por módulos o fascículos de manera que el alumno, en una carpeta de anillas, lleve a clase únicamente lo que necesite en cada momento. No tiene sentido que se transporten todo el curso temas que no se van a trabajar hasta el mes de junio. De hecho, este material ya se publica para profesores con este formato.

Nos pusimos en contacto con dos entidades bancarias, la CAM y Cajamurcia, para conseguir ayuda económica, ya que queríamos hacer unos carteles que apoyaran visualmente la campaña. Nuestro compañero de Plástica José Yepes elaboró el cartel que refleja claramente la idea que queríamos transmitir; se han distribuido a los distintos centros educativos a través del Centro de profesores de Cehegín. También se han colocado por todos los centros sanitarios así como en distintos lugares de Caravaca.

Como hemos dicho anteriormente, desde nuestro Centro queríamos hacer algo para solucionar de alguna manera tan grave problema. Para ello, mantuvimos una reunión con los padres de los alumnos de 1º de ESO a los que les propusimos guillotinar los libros de texto. Y así lo hicimos valiéndonos del Centro ocupacional de discapacitados psíquicos APCOM, donde además se han encuadernado los libros por trimestres. Al mismo tiempo, se cambiaron las libretas por una carpeta con anillas para todas las materias.

La experiencia ha sido muy positiva pues de los 10 o 12 kg que pesaba la mochila al principio, hemos llegado hasta los 3 kilos, con lo cual ya no superamos el 10% del peso corporal al que anteriormente hacíamos referencia. Y no nos cansamos de oír cada día la frase que repiten nuestros alumnos: " ¡maestra!, (que es como nos llaman por aquí) ¡la mochila ya no pesa tanto!".

Además, hemos desarrollado una labor social importante dando trabajo a las personas que trabajan en este taller de discapacitados a los que desde estas

páginas queremos agradecer la atención tan cariñosa y amable que han tenido con nosotros en todo momento y la gran efectividad con la que han realizado su trabajo.

Para dar a conocer la experiencia, creímos conveniente publicarla en la página de EDUCARM, por lo que varios medios de comunicación regionales y nacionales se han interesado por ella y ya hemos hecho varias entrevistas en directo explicando dicha iniciativa. Creemos que es muy importante contar con su apoyo para que nuestra propuesta sea lo más conocida posible.

Pedimos la publicación de los libros de texto por módulos o fascículos de manera que el alumno, lleve a clase únicamente lo que necesite en cada momento

Finalmente, convocamos una rueda de prensa en la que explicamos detalladamente nuestro proyecto, y en la que participaron, no sólo los profesores implicados, sino una representante del Centro de atención Primaria, así como el secretario de la Federación de Padres de Caravaca.

Estamos convencidos de que merece la pena el gran esfuerzo que estamos haciendo, ya que además de la satisfacción de haber conseguido aligerar el peso de las mochilas de nuestros alumnos, algunas editoriales ya nos han mostrado su inquietud, manifestando su interés y predisposición al cambio. Probablemente con un poco más de difusión, apoyo político y concienciación social, acabaremos con un problema que está provocando desde retrasos en el crecimiento hasta malformaciones diversas en plena fase de crecimiento. Suponemos que un gran número de editores también son padres y que sus hijos se ven afectados igualmente por este problema.

Dentro de muy poco tiempo nos gustaría no tener que volver a pronunciar la frase que aparece en el cartel; "EL SABER SÍ OCUPA LUGAR Y ADEMÁS PESA", y esperamos que el saber ocupe todo el lugar que sea posible en la mente pero no en los discos intervertebrales de nuestros alumnos.

Esta iniciativa ha contado desde el primer momento con el respaldo de la Dirección médica del área IV, a la que desde aquí agradecemos el gran interés que está mostrando en colaborar y con el del doctor Avilés, pediatra del Centro de Atención Primaria de Caravaca, a quien también damos las gracias por su buena predisposición.