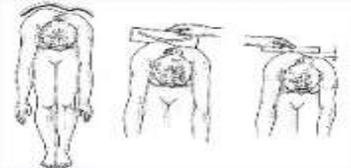
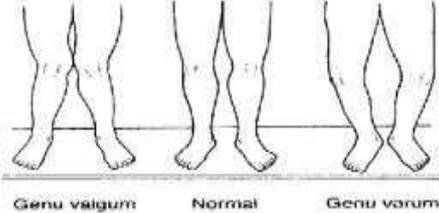
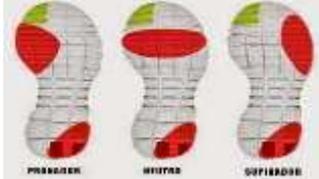


# FICHA HIGIENE POSTURAL

ALUMNO/A \_\_\_\_\_ CURSO: \_\_\_\_\_

Observador/a \_\_\_\_\_

Rodea con un círculo las anomalías que observes en tu compañero/a:

Aspecto a observar	
<p>¿Puedo tener escoliosis?</p> 	<p><b>SÍ</b></p> <p><b>NO</b></p>
<p>Test de Cafra. Mis pulsaciones después de caminar 3 minutos están por encima de 160</p>	<p><b>SÍ</b></p> <p><b>NO</b></p>
<p>Tengo rodillas en:                      -“( )”                      -“X”                      -Son normales</p>  <p style="text-align: center; font-size: small;">Genu valgum      Normal      Genu varum</p>	
<p>Tumbados boca arriba y flexionando las rodillas, ¿tengo una rodilla más alta que la otra?</p>	 <p style="text-align: center;"><b>SI</b></p> <p style="text-align: center;"><b>NO</b></p>
<p>¿Qué pie tengo?</p>  <p style="text-align: center; font-size: x-small;">Egiptia    Romana    Griega    Germana    Celta 1            2            3            4            5</p>	<p>Mi pie es:</p> <p>¿Dedos en garra?  <b>SÍ</b>    <b>NO</b></p>
<p>¿Por dónde gasto más la zapatilla?</p>  <p style="text-align: center; font-size: x-small;">PROGRESION    INTERIO    SUPERIORES</p>	<p>-Por dentro</p> <p>-Por fuera</p> <p>-Por el centro</p>
<p>¿Cómo es mi huella?</p>  <p style="text-align: center; font-size: x-small;">PIE NORMAL    PIE PLANO    PIE CAVO Neutra    Pronador    Supinador Tipos de pie más comunes y correspondencia con tipo de pisada</p>	<p>-Pie cavo (exceso de puente.</p> <p>-Pie plano</p> <p>-Normal.</p>

En caso de haber detectado alguna posible anomalía, el alumno/a debería pedir cita con su médico de cabecera.

Firma padre/madre: