



**BUEN USO DE LAS MOCHILAS**

La Organización Médica Colegial y la Fundación Kovacs alertan de que la sobrecarga de la mochila escolar produce dolor crónico. Para evitarlo, recomiendan que las mochilas no superen el 10% del peso total del niño y vayan pegadas al cuerpo. Además, se aconseja que el armazón sea semiblando; los tirantes anchos, acolchados y extensibles y que los objetos más pesados vayan lo más pegados posible a la espalda.