

Domingo, 15 de septiembre 2013

buscar

Castilla-La Mancha

## Más del 50% de niños han padecido dolor de espalda por el peso de la mochila escolar, según Colegio de Médicos de Toledo

Castilla-La Mancha | 15/09/2013 - 16:11h

0 [Notificar error](#) [Tengo más Información](#) [✉](#) [🖨](#) [A A](#)

[Seguir](#) [Menéalo](#) [👤](#)

TOLEDO, 15 (EUROPA PRESS)

El Colegio de Médicos de Toledo señala que a los **15 años**, más del 50 por ciento de los niños y casi el 70 por ciento de las niñas ha padecido alguna vez en su vida dolor de **espalda** por el peso de la **mochila escolar** y estima que aproximadamente un tercio de los escolares transportan una carga superior al 10 por ciento de su peso, que es el límite que los expertos recomiendan para los adultos.

El órgano que preside el doctor Luis Rodríguez Padial, ante el inicio del nuevo curso escolar, ha emprendido una Campaña para llamar la atención a niños y adolescentes y sus padres, las administraciones sanitarias, las autoridades y entidades educativas, el profesorado y los demás agentes sociales, sobre la importancia de controlar el excesivo peso de material escolar que llevan los estudiantes diariamente en el recorrido del colegio a sus casas, para prevenir dolencias de espalda y reducir el impacto de sus consecuencias.

Esta Campaña, en colaboración con la Organización Médica Colegial y la Fundación Kovacs, recuerda que padecer dolencias de la espalda durante la adolescencia aumenta el riesgo de sufrirlas de manera crónica al ser adulto. Hasta los nueve años la prevalencia de las dolencias de espalda es muy baja, pero año tras año va en aumento y hacia los 15 ya es similar a la de los adultos, ha informado el Colegio en un comunicado.

El Colegio de Médicos recomienda que se promueva sistemas que no hagan necesario el transporte por parte de los estudiantes de excesivo peso, la utilización de mochilas con ruedas para descansar la espalda, la promoción de los hábitos deportivos para fortalecerla, además de los comunes de alimentación saludable, y el conocimiento y mayor atención de los padres del dolor de espalda de sus hijos cuando se produzca, para conocer sus causas y prevenir los posibles efectos negativos futuros.

Entre otras acciones de divulgación el Colegio de Médicos ha colgado en su Web un Comic sobre conocimientos para prevenir este tipo de dolencias, que se puede descargar por los interesados en su difusión de forma totalmente gratuita.

Te puede interesar: los usuarios que han consultado esto también han visto...

0 [Notificar error](#) [Tengo más Información](#) [✉](#) [🖨](#) [A A](#)

[Seguir](#) [Menéalo](#) [👤](#)

Publicidad

Publicidad

LO MÁS >>

Ofrecido por 

LO MÁS VISTO

LO MÁS COMENTADO

[Ir a Lo más](#)

AL MINUTO >>

15:52  **Galería de fotos** - Hannibal Laguna y Francis Montesinos en la Madrid Fashion Week septiembre 2013

15:45  **Orenga**: "El Italia-España es como si fuese una final"

15:15  **El Barça B** se apunta el primer clásico de filiales

15:05  **El Espanyol** sigue en alza

14:50  **Lorenzo** nunca se rinde

[Ir al minuto](#)

Publicidad