

noticiasdclm | SOCIEDAD · TOLEDO

15/09/2013

## Más de la mitad de los niños padece dolor de espalda por el peso de la mochila

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.



UN GRUPO DE NIÑOS EN CLASE. CON LA MOCHILA EN LA SILLA.

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 promuevan 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 Comico sobre conocimientos para prevenir este tipo de dolencias, que se puede descargar por los interesados en su difusión de forma totalmente gratuita.

Imprimir

COMENTARIOS (0)



### ¿Madrid olímpica?

14/09/2013 | Lo único que quiere Cospedal es 'la mayoría para las próximas elecciones'

13/09/2013 | Nuevos abucheos de castellano-manchegos a Cospedal, en Alcázar



### editorialdclm



10/09/2013 | WWW.DCLM.ES

Carta abierta a los empresarios donantes del Partido Popular



**BHUS y TINÍN** Gusi & Trapote

Tras el sueño olímpico... llega el sueño Eurovegas

Podemos ser campeones: en la ruleta y el black-jack... No hay controles anti-doping

viñetadclm  
POR GUSI & TRAPOTE

### ¿Quieres recibir gratuitamente nuestras noticias?



Date de alta en nuestro boletín

ALTA

publicidad

publicidad



### opinióndclm

