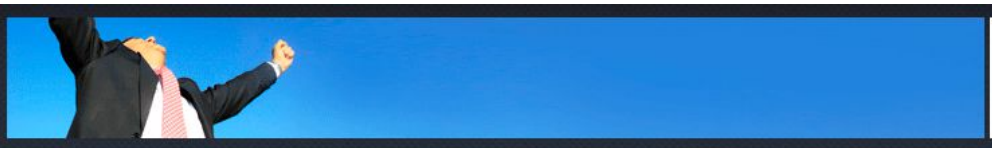

Préstamo
Nuevos Propósitos
de GlobalCaja

AVISA EL COLEGIO DE MÉDICOS DE TOLEDO

Más de la mitad de los niños de 15 años han tenido algún dolor de espalda

Inician una campaña para señalar la importancia de controlar el peso del material escolar

POR EFE. DOMINGO, 15 DE SEPTIEMBRE DE 2013

Más de la mitad de los niños de 15 años y casi el 70 por ciento de las niñas ha padecido alguna vez en su vida dolor de espalda, según datos del Colegio Oficial de Médicos de Toledo, que ha iniciado una campaña para señalar la importancia de controlar el peso del material escolar que transportan los chicos.

Ante el inicio del nuevo curso escolar, el presidente del colegio de médicos, Luis Rodríguez Pardial, ha informado de que esta campaña tiene como finalidad 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.

Además, se 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 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 y la promoción de los hábitos deportivos para fortalecerla,

También resaltan la necesidad de fomentar hábitos 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 cómic sobre conocimientos para prevenir este tipo de dolencias, que se puede descargar de forma totalmente gratuita.

(0) DEJA TU COMENTARIO | IMPRIMIR

COMENTARIOS

Todas

OPINIÓN — VER MÁS (+)

MAR G. ILLÁN — 12 SEP 08:12
EL DEBATE QUE NADIE RECUERDA Y LA OLÍMPICA DERROTA QUE NADIE OLVIDA
No fue un día de los que hacen afición. Ni una sesión para recordar. Ni mucho menos un debate con pasaporte a la historia...

CÉSAR DEL RÍO — 12 SEP 08:04
ESTAMOS EN UN MUNDO DE LOCOS
Comparto aquello de que al que lo necesita, al que no tiene lo necesario para vivir, al que en definitiva es pobre, porque bien la vida le ha...

AGUSTÍN YANEL — 12 SEP 08:00
LAS GOTERAS DEL CONGRESO
Parece increíble, pero es verdad: el Congreso de los Diputados, después de varios meses de obras que realiza la constructora Dragados...