

AVISO: Utilizamos cookies propias y de terceros para mejorar nuestros servicios y mostrarle publicidad relacionada con sus preferencias mediante el análisis de sus hábitos de navegación. Si continua navegando, consideramos que acepta su uso. Puede cambiar la configuración de su navegador u obtener más información [aquí](#).



lainformacion.com

M'agrada

254 mil Seguir @lainformacion

11

RSS



Una madre con alzheimer recuerda a su hija

Busca en miles de textos, videos y fotos

buscar

lainformacion.com

Secciones

España

Movimiento 15M

Sociedad

Madrid

Andalucía

Cataluña

Castilla y León

Valencia

Sucesos

Galicia

martes, 02/09/14 - 15:11 h

ADemás

Humor

Video

Fotogalerías

Fotos

Gráficos

Blogs

Lo último

Lo más

Temas

Tiempo

Microservios

Practicopedia

NIÑOS

Más de la mitad de los menores de quince años tiene dolores de espalda

lainformacion.com

martes, 02/09/14 - 14:16

comentar []



0

Twitter

0

Recomendar

El 51% de los chicos y más del 69% de las chicas menores de quince años tiene dolores de espalda, lo que limita sus actividades diarias y aumenta el riesgo de que estos dolores se cronifiquen en la edad adulta. Esta es una de las principales conclusiones que se extraen de la campaña de prevención de las dolencias de espalda en los escolares, creada por la Organización Médica Colegial (OMC) y la Fundación Kovacs.

"Más de la mitad de los jóvenes de quince años tiene dolor de espalda y se tratan fisioterapéuticamente. Cuando este dolor se cronifica en la edad adulta es porque se ha tenido en la infancia", explicó Francisco M. Kovacs, presidente de la Fundación Kovacs.

La comunidad médica recuerda que la práctica intensa de deporte a nivel competitivo aumenta el riesgo de tener dolor de espalda, ya que facilita la aparición de sobrecargas, lesiones o desequilibrios musculares.

Del mismo modo, el peso del material escolar que los **niños** cargan diariamente, la incorrecta manera de transportarlo o el mobiliario escolar inadecuado, también constituyen factores asociados a un mayor riesgo de tener dolor de espalda.

"El peso de la mochila no debe superar el 10% del peso corporal del escolar. Sin embargo, los datos disponibles reflejan que como mínimo un tercio de los escolares supera ese límite", subrayó Kovacs.

IMPORTANCIA DE LA PREVENCIÓN

Los autores de la campaña recalcan que el ejercicio es la principal medida que ha demostrado ser eficaz para la prevención de las dolencias de espalda.

"La prescripción de ejercicio en sí no soluciona el problema, sino la disciplina del individuo. Hay que convertirlo en un hábito desde la infancia, ya que se ha de trabajar por prolongarlo en el tiempo", afirmó Kovacs.

En ese sentido, los expertos consideran que las campañas de prevención deben ser aplicables para conseguir que las medidas que se adopten se adapten a los objetivos propuestos, así como efectivas, lo que permitirá evaluar el impacto de las propuestas aplicadas.

"Las campañas de prevención tienen que ser aplicables y efectivas. Por eso, hay que caminar para conseguir que en los colegios los escolares dispongan de taquillas, mochilas

Suscríbete a el **boletín**

La mejor información a diario en tu correo.

E-MAIL

recibir »

ahora en portada

El paro sube en 8.070 personas en el mes de agosto, el segundo mejor desde el 2000



La Seguridad Social pierde 97.582 afiliados en agosto tras seis meses consecutivos al alza



Galicia es la Comunidad donde más ha caído el paro y Valencia donde más ha subido



El PP reconoce que no es un buen dato, pero que no quiebra la tendencia positiva



Los contratos indefinidos aumentan en 10.501 en un año



teinteresa.es

Lo más visto en España

hoy

esta semana

este mes

- 1 Seis meses de cárcel para una mujer por golpear a un agente de Movilidad y darse a la fuga con su coche tras ser multada
- 2 Podemos admite que sus propuestas pueden no resultar viables para España
- 3 Manos Limpias amplía su denuncia contra la ANC por delito fiscal
- 4 El método Waldorf: cómo educar a los niños sin ver la televisión ni jugar con videojuegos

con ruedas y sillas ajustables a su altura con el propósito de reducir las dolencias de espalda", manifestó Kovacs. Por último, la OMC y la Fundación Kovacs han desarrollado una campaña que consiste en la distribución entre niños menores de diez años del 'Tebeo de la Espalda', que explica qué se debe hacer para tener una espalda sana en el colegio. "Distintos estudios internacionales demuestran que la entrega de un tebeo con recomendaciones sobre el impacto de los dolores de espalda es efectiva a la hora de conseguir la disminución progresiva de este tipo de dolencia", concluyó Kovacs. (SERVIMEDIA)

Temas Enfermedad | Enfermedades | Investigación médica | Niños

Notificar Error | Enviar | Leer más tarde

españa

La Guardia Civil afirma que Matas evadió a paraísos fiscales "importantísimas" cantidades de dinero

Hoy, 13:44 h.

Montoro admite que Hacienda investiga a Pujol desde el año 2000

Hace 3 minutos

Conmovedor momento en el que una madre con alzheimer recuerda a su hija

Hoy, 11:59 h.

Familiares de secuestrados por Estado Islámico irrumpen en el Parlamento iraquí

Hoy, 12:34 h.



'La Republica' habla de separación inminente entre Don Juan Carlos y Doña Sofía

Hace 28 minutos |

'La Republica' asegura en su edición impresa que don Juan Carlos y doña Sofía estarían a punto de "anunciar su separación definitiva". En las últimas semanas no hemos visto juntos a



En España hay 583.000 viviendas nuevas sin vender

Hace 14 minutos |

Barcelona, con 47.466 pisos, Alicante (47.022 unidades) y Madrid (42.821 viviendas) son las provincias con mayor 'stock' de piso. En España era preciso destinar 4,4 años de salario individual bruto para

- 5 Los economistas cuestionan la viabilidad del programa de Podemos para España
- 6 La política exterior de Podemos apuesta por una alianza con los países del sur de Europa
- 7 Los padres de Aysha King demandarán a los médicos británicos
- 8 La exnovia del hijo de Jordi Pujol afirma que la familia funcionaba como una mafia
- 9 Un indio se divorcia de su esposa agotado por su "insaciable apetito sexual"
- 10 La 'mordida' de los Pujol fue de un 3% para el partido y un 1,5% para la familia

más... »

- 1 Seis meses de cárcel para una mujer por golpear a un agente de Movilidad y darse a la fuga con su coche tras ser multada
- 2 Podemos admite que sus propuestas pueden no resultar viables para España
- 3 Manos Limpias amplía su denuncia contra la ANC por delito fiscal
- 4 Fallece un hombre tras precipitarse desde un tercer piso de un edificio de Jerez (Cádiz)
- 5 El método Waldorf: cómo educar a los niños sin ver la televisión ni jugar con videojuegos
- 6 Este lunes se abre el plazo para optar a las 2.250 becas de excelencia que impulsa la Comunidad para el curso 2014/15
- 7 Iglesias, Sánchez y Rivera, los políticos mejor valorados
- 8 Los españoles tendrán cuatro festivos hasta finales de año
- 9 La Policía centra el foco en 12 sospechosos de ser el pederasta de Madrid
- 10 La Policía centra la investigación del pederasta en una docena de sospechosos

más... »

Destacamos



¿Qué ha empeorado en 50 años en España?

Triunfamos en turismo, en sol y playa, pero no lo es todo.



El Shadow Banking se pondrá de moda

Este nuevo fenómeno financiero se extiende por todo el mundo.



La violencia le sale cara al mundo

9,8 trillones de dólares es lo que cuestan las guerras.

