



Iniciativa OMC y Fundación Kovacs

El Colegio de Médicos de Toledo se suma a la campaña de prevención del dolor de espalda entre escolares

El Colegio de Médicos de Toledo se ha sumado a la campaña promovida por la Organización Médica Colegial y la Fundación Kovacs para llamar la atención sobre la importancia de controlar el excesivo peso de material escolar para prevenir dolencias de espalda y reducir el impacto de sus consecuencias

Toledo, 16 de septiembre 2014 (medicosypacientes.com)

El Colegio de Médicos de Toledo se ha sumado a la campaña promovida por la Organización Médica Colegial y la Fundación Kovacs 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 recuerda, ante el inicio del curso escolar, 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.

El Colegio de Médicos de Toledo recuerda 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. 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.

La entidad colegial 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, y que ha sido remitido a todos los centros docentes de nuestra provincia, tanto para su divulgación entre sus alumnos, como para difundirlo a su vez en sus páginas web.

Videodebates "MedicosyPacientes"



Tribunas de Opinión



Intervención Presidente OMC en Forum Europa