

Toledo

EL COLEGIO MÉDICO LLAMA LA ATENCIÓN EN LAS DOLENCIAS DE ESPALDA

REDACCIÓN / ALBACETE

El Colegio Oficial de Médicos de Toledo, en coincidencia con el inicio del nuevo curso escolar, emprendió una campaña para llamar la atención a escolares, padres, administraciones sanitarias, 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.

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, ha informado el Colegio en nota de prensa.

DOLENCIA DE ESPALDA.

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 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. 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.

Por ello, los médicos toledanos recomiendan 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.

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 de forma totalmente gratuita y que ha sido remitido a todos los centros docentes de la provincia, tanto para su divulgación entre sus alumnos, como para difundirlo a su vez en sus páginas web.

En cualquier caso, el Colegio de Médicos de la capital regional de Castilla-La Mancha pretende llamar la atención a alumnos, padres, profesores y administraciones sanitarias y educativas con el objetivo de prevenir dolencias de espalda y reducir el impacto de sus consecuencias, según ha informado en un comunicado la organización presidida por Luis Rodríguez Padial.