

Comparte en directo
Editorial



Historia en CIUDAD

ABC.es
EDICIÓN
TOLEDO

El tiempo en: Toledo
Ofrecido por: Iberdrola



NACIONAL DEPORTES CULTURA VIAJAR GENTE&ESTILO TV VIDEO SALUD BLOGS HEMEROTECA SERVICIOS TECNOLOGÍA COPE

TOLEDO Actualidad Toledo ciudad Talavera Pueblos Deporte local Gente&Estilo Disfruta Toledo Vídeos y galerías Quijote 2015

Cataluña más allá de la polarización
Lee el artículo completo

Publicidad

CIUDAD

Cómo prevenir los peligros de la mochila escolar a través de un cómic

ABC / TOLEDO

Día 27/09/2015 - 19.09h

Campaña del Colegio de Médicos de Toledo sobre la importancia de controlar el excesivo peso del material escolar que llevan los estudiantes



EFE

Una niña lleva su nueva mochila

El **Colegio Oficial de Médicos de Toledo**, presidido por Luis Rodríguez Padial, ante el inicio del nuevo curso escolar, ha emprendido una campaña sobre la importancia de controlar el excesivo peso de material escolar que llevan los estudiantes, con acciones como un cómic a los colegios con recomendaciones para el dolor de espalda.

Esta campaña nace con el objetivo de **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 este peso que llevan diariamente en el recorrido del colegio a sus casas, para prevenir dolencias de espalda y reducir el impacto de sus consecuencias, según informa el Colegio de Médicos en una nota de prensa

En colaboración con la Organización Médica Colegial y la Fundación Kovacs, esta campaña 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.

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.

Este organismo 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.

El cómic, colgado en la web del colegio de médicos, con conocimientos para prevenir este tipo de dolencias, se puede descargar por los interesados en su difusión de forma totalmente gratuita.