

CAMPAÑA DE SALUD

Cómic del Colegio de Médicos para los centros escolares de Toledo

[Eldigitalcastillalamancha.es](http://eldigitalcastillalamancha.es)

28/09/2015 09:24.

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 nota de prensa.

Controlar el riesgo

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.

Promover mejoras

Este organismo 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.

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. ■



[Quiénes somos](#) / [Publicidad](#) / [Contactar](#) / [Cartas al director](#) / [Suscripción al boletín](#) / [RSS](#) / [Envíanos tu CV](#)

Copyright © Digital Comunicación 2006, S.L. © El Digital Castilla la Mancha es una marca registrada.

Derechos reservados. España. E-mail: eldigital@eldigitalcastillalamancha.es

Oficina central: C/ San Francisco, 21 - 45600 Talavera de la Reina - Toledo (España).

Teléfono de contacto: Talavera 606713383 / Toledo 606018622

[Política de información](#) / [Política de privacidad](#) / [Política de cookies](#) / [Aviso legal](#)