

ESTUDIO DE LA FUNDACIÓN KOVACS

El 60% de los escolares sufre dolor de espalda

▶ **Aconseja que la mochila no supere el 10% del peso del usuario**

▶ **Reducir la carga de material escolar y fomentar la actividad disminuye riesgos**

ANTONIO M. YAGÜE
eparagon@elperiodico.com
MADRID

Ante la vuelta al cole y con el respaldo de la Organización Médica Colegial (OMC), la Fundación Kovacs ha lanzado una campaña en la que advierte de que el 60% de los escolares ya han sufrido dolores de espalda antes de los 15 años, y aconseja que las mochilas no superen el 10% del peso del usuario. «Esto se consigue, por ejemplo, dejando los libros y el material escolar en las taquillas, utilizando mochilas de ruedas, enviando las tareas por correo electrónico y haciendo un mayor uso de las nuevas tecnologías en el aula», propuso ayer Francisco M. Kovacs,

uno de los grandes doctores especialistas en lumbalgias en toda España.

La campaña recomienda una serie de medidas preventivas «sencillas, gratuitas y sin efectos negativos», en palabras del presidente de la OMC, Juan José Rodríguez Sendín, quien recordó que la mayor parte de las dolencias cervicales tienen su origen en la etapa escolar.

La campaña insiste en que reducir el peso del material escolar y fomentar la actividad física disminuyen el riesgo de sufrir dolor de espalda entre los escolares. Junto al excesivo peso de las mochilas, un mobiliario escolar que no se adecua a la complejidad física de los pequeños puede también causar problemas.☰