

Los médicos piden suplir la mochila por portátiles para evitar sobrepeso

El material escolar “no debe pesar más del 10 por ciento de lo que pesa el menor”, aclaran

Madrid. La Organización Médica Colegial (OMC) y la Fundación Kovacs han alertado del riesgo de dolencias de espalda que puede acarrear entre los escolares el uso de mochilas con demasiado peso, y han aconsejado que se aprovechen las nuevas tecnologías y la presencia de ordenadores en muchos centros para reducir esta carga.

“Existiendo ordenadores en los colegios, hay que utilizarlos”, según ha defendido el presidente de esta Fundación, el doctor Francisco Kovacs, durante la presentación de la campaña 2013 que cada año llevan a cabo ambas entidades sobre este tema.

Los datos son preocupantes, según ha reconocido, ya que se estima que en España cerca del 51 por ciento de los niños y el 69 por ciento de las niñas sufre dolor de espalda antes de los 15 años, lo que se suele asociar al excesivo peso del material escolar y a la manera de transportarlo.

Sin embargo, este experto considera que la situación podría mejorar si usaran más los ordenadores que hay en muchos centros educativos, ya que además es “lo que un niño va a utilizar más a lo largo de su vida”.

“Debemos prepararlos para el futuro por lo que, si tenemos ordenadores en las clases, es para usarlos. Es bueno que utilicen en la escuela los soportes con los que van a trabajar a lo lar-

go de su vida. La capacidad es mayor, y les va a preparar la vida que le espera de forma más eficaz”, ha añadido. Este experto también ha defendido que los problemas de espalda también se podrían reducir si los centros instalaran taquillas para sus alumnos, si se adaptara el mobiliario a la estatura real de los escolares o si las editoriales dividieran los libros de texto por fascículos.

“En primaria se podría hacer por meses y en secundaria por capítulos, pero a efectos prácticos da lo mismo. Con que se hiciera por trimestre, ya se estaría reduciendo en dos tercios el tamaño de sus mochilas”, según Kovacs.

Y en caso de que el niño deba cargar el material escolar, ha recordado que la mochila nunca debe pesar más del 10 por ciento de lo que pesa el me-

nor, que es mejor una mochila con ruedas y, si es de tirantes, llevarla con las dos asas y sujeta tan cerca del cuerpo como sea posible con un cinturón, de manera que no se bambolee.

Ante estas y otras posibles medidas, el presidente de la Organización Médica Colegial (OMC), Juan José Rodríguez Sendín, ha animado a los padres que las reclamen dado que “tampoco se trata de nada extraordinario”. **E. PRESS**



Un escolar gallego a la salida de clase con una voluminosa mochila. Foto: Kiko Delgado