

Seguro de A La presente web utiliza cookies para mejorar su experiencia de navegación y realizar tareas de análisis. Al continuar con su navegación entendemos que da su consentimiento a nuestra política de cookies

Aceptar

prsalud



prsaludTV Sala de prensa ANIS Salud en los medios Ministerio Sanidad Salud 2.0 Gabinetes de prensa

Escucha Ondacro.com | Escucha Ondaiversion.com | Escucha Ondamujer.com | Escucha Ondaarcoiris.com

Audiencias de TV



Suscríbete a nuestro boletín



pr en tu móvil



La Sombra Producciones



Clubagencias



Top Blogs



Audiencia social

martes, 02 de septiembre de 2014

Buscar

Compartir

Email



Imprimir

Twitter

Facebook

Google+

Linkedin



Tuenti

Menéame

El archivo de pr

- 2004-11-16 - Campaña Publicitaria con Música
- 2011-06-21 - PRSALUD: La nueva campaña del VIH repite rostros famosos
- 2005-02-10 - Publicidad televisiva en estado puro
- 2005-03-17 - El estado de la Comunicación en España
- 2005-03-18 - Veo y Net presionan al Gobierno en el día clave para las analógicas
- 2011-06-20 - La campaña contra los pepinos se valora en 30 millones
- 2005-04-14 - Zapatero anuncia que el Estado asumirá la deuda de RTVE
- 2005-04-15 - Campaña de comunicación online de Nintendo DS

Mejorar el estado muscular del niño, clave en la campaña para prevenir sus dolores de espalda

REDACCIÓN PRNOTICIAS

02/09/14 13:58



Comienza la duodécima edición de la Campaña de Prevención del Dolor de Espalda entre los Escolares, de la Organización Médica Colegial (OMC) y la Fundación Kovacs, con el objetivo de prevenir estas dolencias entre los menores y reducir su impacto durante su niñez y futura vida adulta. La campaña se centra no solo en reducir el peso del material escolar que transportan los escolares para prevenir los dolores de espalda, sino también subraya la importancia de realizar deporte de forma regular.



Según los estudios científicos, antes de los 15 años, cerca del 51% de los chicos y más del 69% de las chicas ya ha padecido dolor de espalda, lo que limita sus actividades diarias y aumenta

Últimas noticias

- 14:07 Moncloa presiona a Unidad Editorial para que Pedrojota deje de escribir en 'El Mundo' 'cuanto antes'
- 13:58 Mejorar el estado muscular del niño, clave en la campaña para prevenir sus dolores de espalda
- 13:55 Pablo Vañó nuevo Director General de Proximia
- 13:36 La OCU pierde los estribos en redes sociales ante las críticas de los farmacéuticos
- 13:31 Se acelera la venta de Digital + a Telefónica: la CNMC confirma que Bruselas le cede el expediente
- 13:18 Discovery MAX presenta una gran batería de estrenos para esta temporada en el FestVal
- 12:41 Las princesas de las Redes Sociales: perfiles 'reales' que humanizan
- 11:50 Casi la mitad de los internautas navega diariamente por medios de comunicación digitales
- 11:44 La RSC, uno de los pilares de CaixaBank para compensar sus emisiones de CO2
- 11:41 Telemadrid vuelve con un concurso de cocina y una campaña de publicidad en periódicos

Más Leídas Últimos comentarios

- Pedrojota Ramírez confirma que fue vetado por García-Abadillo en 'El Mundo'
- Las periodistas españolas, entre las mujeres más influyentes en Twitter de nuestro país
- 'Gran Hermano 15' llega en septiembre con novedades y logo de estreno
- Mariló Montero la lía incluso antes de empezar la temporada por decidir en 'La Mañana'

- 2005-07-04 - 'Una buena campaña no es sólo una imagen'
- 2005-09-08 - Campaña de Tiempo BBDO contra la pobreza

significativamente el riesgo de que padezcan estos dolores de forma crónica al ser adultos. Además, con el paso del tiempo el dolor tiende a aumentar de intensidad y extenderse a otras zonas, por lo que conviene prevenirlo desde edades tempranas.

Según explica el **Dr. Francisco Kovacs**, presidente de la **Fundación Kovacs**, 'el ejercicio es la principal medida que ha demostrado ser eficaz para la prevención de las dolencias de espalda, y su efecto se ejerce tanto a través de mecanismos específicos (el desarrollo de la potencia, resistencia y coordinación de la musculatura que protege el resto de las estructuras de la columna vertebral y reduce la carga que soportan) como inespecíficos (como la mejora del riego sanguíneo -del conjunto de la musculatura y otros tejidos-, o el aumento de la confianza en la propia capacidad física)'.
 Por eso, 'más importante que cuál sea el ejercicio o deporte concreto que practique un niño, lo fundamental es que lo haga de manera regular'. En concreto, es recomendable realizar ejercicio físico o deporte como mínimo dos veces a la semana, en días no seguidos, durante un total de tres horas semanales como mínimo.

Además, 'los estudios científicos realizados demuestran que la actividad física es necesaria para que la columna vertebral adquiera su forma definitiva, y realizar ejercicio de manera periódica reduce el riesgo de padecer dolencias de la espalda y aumenta la probabilidad de que si aparece dolor, éste sea de corta duración', añade.

Sin embargo, la práctica muy intensa de deporte a nivel competitivo aumenta el riesgo de padecer dolor de espalda, probablemente porque facilita las sobrecargas, lesiones o desequilibrios musculares. Por eso, los jóvenes deportistas de élite tienen que seguir programas de entrenamiento adecuados, que eviten prácticas potencialmente lesivas para su espalda, y seguir estrictamente las pautas marcadas por sus entrenadores.

La campaña consiste en la distribución de un nuevo monográfico del Tebeo de la Espalda, que explica qué hacer para tener una espalda sana en el colegio. Su efectividad ha sido demostrada científicamente en ensayos clínicos controlados. A través del personaje del doctor Espalda y mediante viñetas atractivas y de fácil comprensión, se facilita a los menores los conocimientos fundamentales para la salud de su espalda.

La campaña consiste en la distribución de un nuevo monográfico del Tebeo de la Espalda, que explica qué hacer para tener una espalda sana en el colegio. Su efectividad ha sido demostrada científicamente en ensayos clínicos controlados. A través del personaje del doctor Espalda y mediante viñetas atractivas y de fácil comprensión, se facilita a los menores los conocimientos fundamentales para la salud de su espalda.

Seguiremos informando...

[Siguiente >](#)

 **Escribir un comentario**

JComments

- La negativa de la cantante Grimes a donar fondos para la ELA crispa a las redes sociales
- Julio Somoano sigue imbatible con su remodelación de los Servicios Informativos de TVE
- La locura de Photoshop en publicidad en pleno siglo XXI
- Inforpress, LL&C y Planner Media animan el mercado estival con ofertas de empleo en el sector
- ¿Quiere Zara ser la nueva United Colors of Benetton? La asocian a Gaza por una polémica camiseta
- LL&C, única consultora de Comunicación entre las mejores empresas para trabajar en España
- TVE ha perdido 2,5 puntos de audiencia desde la llega de Julio Somoano hace 26 meses (1)
- El nuevo 'Anda Ya!' llega con polémica: los miembros del antiguo equipo explican su salida (1)
- Marc Martín y Arseni Cañana costarían 3.200€ mensuales extra a los Deportes de Fin de Semana de TVE (1)
- 'Nos convencemos de que las ideas son buenas cuando las validan las personas afectadas' (1)
- Mañana se pone en marcha la 16ª temporada de 'Cuéntame': Ganga ha presentado a TVE una precuela (12)
- Recaudados 14.000 € durante la primera semana del 'Cubo hELAdo' (1)
- Canal Plus Liga ya está en Imagenio y GOL TV lanza una oferta de 19,9 euros (13)
- 'Pesadilla en la Cocina' para Luis Sans: 'el liquidador' de Intereconomía: fracasa como restaurador (6)
- Los 40 Principales ficha a Cristina Pedroche y Ernesto Sevilla para '¡Anda ya!' (1)
- ¿Quién es el nuevo Director de TVE? José Ramón Díez, un gestor de la casa especializado en Deportes (1)



PRNoticias - C/ Marqués de Monteagudo 18, 2ª Planta, 28028 Madrid (España) - Tlf (34) 91 713 11 72 -
 © Copyright 1999 - AVISO LEGAL - NORMAS DE USO DE COMENTARIOS - POLÍTICA DE COOKIES

pr

LA SOMBRA PRODUCCIONES

ondacro
.com

noticias.com
SOLO BUENAS NOTICIAS

KioskoFree.com

clubagencias.com