

**URGENT**

11.50 PROTEGEIX ELS CROMOSOMES

Tres nord-americans guanyen el Nobel de medicina amb l'enzim telomerasa

3/10/2009 16:10 H CAMPANYA D'HIGIENE POSTURAL

imprimir enviar votar

## Més de la meitat dels nens tenen mal d'esquena abans dels 15 anys

• Moltes de les lesions d'adults es poden prevenir



Un estudiant va a l'escola amb una motxilla a l'esquena a l'Hospitalet. Foto: RICARD CUGAT

### MÉS INFORMACIÓ

[Espanya ignora quants fills tenen els donants de semen](#)

EFE  
SALAMANCA

Més del 50% dels nens espanyols tenen mal d'esquena abans de complir els 15 anys i entre el 60 i 65% de les desviacions de columna d'origen postural que es diagnostiquen entre la població adulta acaben produint lesions musculars adverses.

Així ho han posat de manifest avui a Salamanca en una roda de premsa el president del Consell General de Col·legis de Fisioterapeutes d'Espanya, Pedro Borrego Jiménez, i el degà del Col·legi Professional de Fisioterapeutes de la Comunitat de Madrid, Javier Sainz de Murieta Rodeyro.

Tots dos experts han presentat la campanya nacional titulada *Higiene postural de l'escolar* amb què, a través de vinyetes, es pretén que els escolars "aprenquin com prevenir el mal d'esquena", ha explicat Borrego.

### Un llapis dóna els consells

El cartell, que es repartirà a totes les escoles de la geografia nacional, mostra, segons el seu autor, Simón Pedro Simón Ruano, també degà del Col·legi Professional de Fisioterapeutes de Cantàbria, "com s'ha de cuidar l'esquena i la columna vertebral durant la realització de les activitats més habituals".

Recomanacions que estan protagonitzades per *Vicero*, un llapis que de forma visual "fa un recorregut per les diferents posicions comparant les correctes amb les incorrectes o menys recomanables", segons ha explicat l'autor.

### Estudi amb 1.000 menors

En aquest sentit, ha afegit que l'elecció de les postures s'ha fet a partir d'"un estudi elaborat amb més de 1.000 escolars d'edats compreses entre els 6 i els 14 anys".

La campanya posada ara en marxa pel Consell General s'uneix a les ja empreses per les escoles de Madrid i les Balears que també incideixen en els bons hàbits.

Un desplegable i jocs interactius són els suports utilitzats a les dues comunitats en què, a més, els professionals fisioterapeutes es desplacen als col·legis per tenir un contacte més directe amb els nens.

Borrego Jiménez ha insistit que "moltes lesions d'esquena" que es produeixen a l'edat adulta "podrien ser evitades des de la infància". Segons ell, "és més una adopció d'hàbit que una teràpia postural en el nen" i per això és tan important "la prevenció, que és més efectiva que el tractament sobre el dolor d'esquena".

imprimir enviar votar

### Compra-venda Empreses

Valoracions i assessorament en operacions compra-venda empresarial  
[www.comptaquestio.com](http://www.comptaquestio.com)

#### PARTICIPACIÓ

- Compartir

- ¿Què són aquests serveis?

#### EINES

Sigueu el primer a conèixer aquesta notícia amb l'aplicació **ÚLTIMA HORA**

Rep El PERIODICO al teu correu amb el Butlletí de titulars.

**fotocasa.es**  
 más de 350.000 inmuebles

#### FOTOGALERIA: TERROR I FANTASIA A SITGES



El festival compleix la 43a edició amb una selecció de 200 pel·lícules que aglutinen totes les variants del gènere.



#### BLOC: FOCUS MANUAL

#### Photoshop Elements 8

L'esperada nova versió del 'software' d'edició de fotografia ja està disponible

**Un evento para Empresas en el que probar las últimas novedades**



#### PARTICIPA

#### Fotos i vídeos

Compartiu les vostres millors imatges amb els lectors i entreu en el sorteig d'un lot de llibres de Zeta Bolsillo

#### RECOMANEM



**CRÒNICA EUROPEA**  
Des de Bèlgica



**ARGENTINA**  
Bloc d'Abel Gilbert



**PAU ARENÓS**  
Crítica de restaurants



**PER BCN**  
Bloc de Catalina Gayà



**GPS**  
Guia per sobreviure



**BLOCS DEL MÓN**  
Cooperació

#### LA PREGUNTA

¿Anireu a comprar amb el carretó a partir d'ara?

- Sí
- No

[veure'n més]

Vota i guanya un Mercedes Benz

[Portada](#)

[Societat](#)

[Les més llegides](#)

#### Ver Más Ofertas Aquí



**Todo lo que necesitas. ADSL 20 Mb + Llamadas + Tv + Videoclub + cuota de línea incluida, sólo 34,95 euros/mes. 34,95 €**