SALUD

Los fisioterapeutas advierten del 'abuso' del aire acondicionado

Su contacto directo con el cuerpo, especialmente con la espalda o la cara, puede degenerar en lumbalgias y cervicalgias de temporada

AGENCIAS - BARCELONA - 27-07-2010

El Colegio de Fisioterapeutas de Catalunya ha advertido del uso 'abusivo' del aire acondicionado y del peligro que supone su contacto directo con partes del cuerpo como la espalda o la cara, especialmente mientras se está durmiendo.

Según los profesionales, 'es importante que la musculatura no se resfríe, y ello sucede cuando el aire contacta directamente'.

El vocal de Comunicación del Colegio, Martí Armengol, ha explicado que 'el mecanismo de regulación del cuerpo en relación a un exceso de calor provoca el sudor de forma natural para refrigerar y preservar el equilibrio de la temperatura corporal, pero la posibilidad artificial que proporciona el aire hace que el cuerpo no pueda adaptase al contraste de este ambiente creado artificialmente'.

La inadaptación a este exceso de frío puede degenerar en una retracción de fibras musculares y provocar las clásicas lumbalgias y cervicalgias de temporada. Por otro lado, la falta de limpieza de los filtros de los aires también puede provocar problemas en las vías respiratorias tales como faringitis, típicos resfriados e incluso problemas gastrointestinales.

El aire acondicionado puede resultar peligroso, especialmente mientras se está durmiendo

Palabras relacionadas: Fisioterapeutas advierten abuso aire acondicionado