

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

27/07/2010 | Actualizada a las 12:54h | [Ciudadanos](#)

Barcelona. (EUROPA PRESS).- 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 adaptarse 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.