

Els fisioterapeutes adverteixen de l'"abús" de l'aire condicionat

Ayer, 12.15

europa
press

BARCELONA, 27 (EUROPA PRESS)El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha advertit de l'ús "abusiu" de l'aire condicionat i del perill que suposa el seu contacte directe amb parts del cos com l'esquena o la cara, especialment mentre s'està dormint.

Segons els professionals, "és important que la musculatura no es refredi, i això succeeix quan l'aire contacta directament".

El vocal de Comunicació del Col·legi, Martí Armengol, ha explicat que "el mecanisme de regulació del cos en relació amb un excés de calor provoca la suor, de manera natural, per refrigerar i preservar l'equilibri de la temperatura corporal, però la possibilitat artificial que proporciona l'aire fa que el cos no pugui adaptar-se al contrast d'aquest ambient creat artificialment".

La inadaptació a aquest excés de fred pot degenerar en una retracció de fibres musculars i provocar les clàssiques lumbàlgies i cervicàlgies de temporada.

D'altra banda, la falta de neteja dels filtres dels aires també pot provocar problemes en les vies respiratòries com ara faringitis, típics refredats, i, fins i tot, problemes gastrointestinals.

Share

tweet 0

[Envía esta noticia](#)

[Compartir](#)

[Imprimir](#)

PUBLICIDAD



[Repetir](#)