



Sánchez Martos participa en la presentación de la campaña de prevención del Dolor de Espalda en Escolares del Colegio de Fisioterapeutas de Madrid

Los Centros de Salud atienden al año 164.150 consultas de fisioterapia para la rehabilitación

- Los fisioterapeutas, clave en fomentar entre los niños conductas saludables que eviten problemas de columna
- El ejercicio físico, un peso adecuado y los buenos hábitos posturales previenen los dolores de espalda

28 de septiembre de 2015.- El consejero de Sanidad de la Comunidad de Madrid, Jesús Sánchez Martos, ha participado hoy en la presentación de la campaña “Dolor de Espalda de Escolares”, del Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Madrid, una iniciativa, que según destacó el propio consejero, está en línea con los programas de educación para la salud de Sanidad.

En el acto estuvieron presentes, asimismo, el decano del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, José Antonio Martín, y el director general de Educación Infantil, Primaria y Secundaria de la Comunidad, Juan José Nieto. Esta iniciativa cuenta con el apoyo de las Consejerías de Sanidad y de Educación, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid.

Los fisioterapeutas de los Centros de Salud, en coordinación con el resto de profesionales sanitarios, desempeñan un papel primordial en la promoción del buen hábito postural en los niños con acciones educativas como charlas, talleres y ejercicios prácticos. Con respecto a la actividad rehabilitadora, las 90 Unidades de Fisioterapia de los Centros de Salud de la Comunidad de Madrid realizaron el pasado año un total de 164.150 consultas.

Sánchez Martos destacó que la Consejería cuenta con una línea estratégica para impulsar el autocuidado de manera que los pacientes y familiares sean los protagonistas en la toma de sus decisiones.

En este sentido, recordó que la práctica regular de ejercicio físico, mantener un peso adecuado, gracias a una dieta variada y buenos hábitos posturales se previenen gran parte de los dolores de espalda. Resulta esencial inculcar estas costumbres en la edad infantil para evitar futuras lesiones en la edad adulta.



Desde los Centros de Salud se realizan distintas actuaciones dirigidas a la prevención de problemas de espalda en los niños y a la promoción de estilos de vida saludable. Durante el pasado año, los profesionales sanitarios realizaron controles a 707.010 niños de 0 a 14 años para comprobar su talla, peso y percentiles, y controlar, su adecuado desarrollo.

El consejero también destacó la actividad de los fisioterapeutas de la Atención Hospitalaria, tanto en la promoción de estilos de vida sanos como en su actividad asistencial en la atención de patologías más complejas.

En total, el Servicio Madrileño de Salud cuenta con una plantilla de 828 fisioterapeutas: 664 prestan su actividad en los hospitales públicos de la región y 164 en los centros de salud.

USO CORRECTO DE LAS MOCHILAS

Coincidiendo con el inicio del curso escolar, Sanidad recuerda que el uso incorrecto de las mochilas puede provocar dolores de espalda. Los profesionales sanitarios aconsejan que el menor no porte una carga que supere el 10% de su peso corporal, por lo que es importante, a la hora de elegir la mochila más adecuada, que tenga un refuerzo en la zona lumbar y tirantes anchos.

También es importante evitar excesos de carga en una sola parte del cuerpo por lo que se desaconseja llevar carteras que se transportan en una mano o tipo 'bandolera' que se cuelgan de un hombro, así como las mochilas con ruedas, ya que pueden producir dolencias en la muñeca, codo y hombro.

