

Els fisioterapeutes alerten que la roba ajustada produeix problemes circulatoris i digestius

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha advertit aquest divendres que l'ús continuat i abusiu de roba ajustada pot comportar problemes circulatoris ---com inflors i retorns venosos que poden afavorir l'aparició de varius o cel·lulitis--, de columna, obstaculitzar una correcta digestió i fins i tot problemes respiratoris, en el cas dels sostenidors.



Aquest text és un servei de l'agència Europa Press. VilaWeb no ha intervingut ni en la selecció, ni en la redacció, ni en el contingut de la notícia.

21.10.2016 14:42



Sense anuncis Favorit

BARCELONA, 21 (EUROPA PRESS)

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha advertit aquest divendres que l'ús continuat i abusiu de roba ajustada pot comportar problemes circulatoris ---com inflors i retorns venosos que poden afavorir l'aparició de varius o cel·lulitis--, de columna, obstaculitzar una correcta digestió i fins i tot problemes respiratoris, en el cas dels sostenidors.

El consell, llançat en format de vídeo, forma part de la campanya '12 mesos, 12 consells de salut' que impulsa al costat dels col·legis professionals de fisioterapeutes de Madrid, País Basc, Navarra i Galícia, ha explicat el col·legi català en un comunicat.

La roba excessivament ajustada pot obstaculitzar també una correcta digestió a l'afavorir el reflux gàstric amb sensació d'acidesa, i l'ús inadequat de les talles pot produir una disminució de la circulació sanguínia, el que genera un augment de la tensió ocular i de la tensió de la musculatura del coll.

Han alertat de la necessitat de prestar una atenció especial a la talla de sostenidors, ja que aquesta vestimenta pot produir problemes respiratoris al dificultar el moviment fisiològic d'expansió costal i limitar una correcta respiració diafragmàtica, així com problemes en la columna dorsal.

També cal considerar l'altura on es lliguen els pantalons i les faldilles, perquè portar roba molt cenyida limita el lliure moviment del maluc i la columna lumbar, el que pot generar dolors.

idealista
vacances a
la Costa Brava



Troba
la teva casa!

ÚLTIMES NOTÍCIES

10:25 La donació d'òvuls: el sistema de reproducció emergent del segle XXI

10:20 Airbnb: economia col·laborativa o destructiva?

10:18 Revolució a les aules

09:43 El PSOE passa del 'no és no' a justificar 'per coherència' l'aval a Rajoy

09:42 Què pensava Antonio Hernando sobre l'abstenció abans de la crisi del PSOE?

08:53 El debat d'investidura de Mariano Rajoy al congrés espanyol, en directe

08:00 Les portades: 'Rajoy, pel bé d'Espanya' i 'Generalitat i ajuntaments portaran Adif als jutjats'

07:02 Lectura de les Cartes de Llorenç Villalonga i Baltasar Porcel

02:00 Joan Pera interpreta Pau Casals