

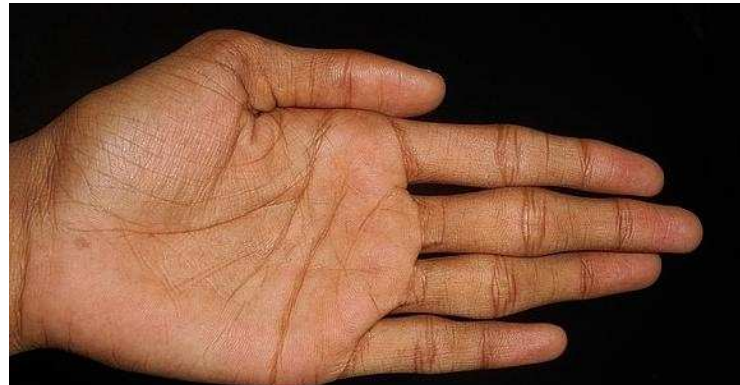
DIRECTO

Sigue en directo la mascletà de hoy a partir de las 13.55 horas en [lasprovincias.es](http://www.lasprovincias.es)

SOCIEDAD

¿Sabías que es perjudicial crujir los dedos de la mano?

Distintos colegios de fisioterapeutas ponen en marcha una campaña que tiene como objetivo el cuidado de las articulaciones



Crujir los dedos es perjudicial para las articulaciones

LAS PROVINCIAS |

@lasprovincias

2 marzo 2016

21:23

La acción de crujir los dedos es más habitual y común de lo que parece y por lo visto todos aquellos que la llevan a cabo no saben o no recuerdan que ese pequeño gesto es perjudicial para las articulaciones.

Esta costumbre ha generado que el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, el Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña, el Colegio Oficial de Fisioterapeutas del País Vasco, el Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Navarra, y el Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Galicia, hayan puesto en marcha una campaña con el objetivo de cuidar las articulaciones.

Esta medida se debe al problema que supone la realización de esta práctica, ya que provoca desgaste en la misma articulación y por consiguiente también en los ligamentos o tendones que las rodean.

Por lo mismo, estos profesionales recuerdan que es necesario consultar con un médico si se experimentan crujidos en otras partes del cuerpo de forma regular.