

Secció: Sociedad SOCIEDAD
22/02/2017

CATALUNYA.-Colegios de fisioterapeutas recomiendan a los peluqueros hacer estiramientos diarios

BARCELONA, 22 (EUROPA PRESS)

Los colegios profesionales de fisioterapeutas de Catalunya, Madrid, el País Vasco, Navarra y Galicia han recomendado a los profesionales de la peluquería que realicen estiramientos diarios, utilicen un calzado adecuado y corten el pelo sentados para evitar lesiones, ha explicado el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya en un comunicado este miércoles.

La campaña '12 meses, 12 consejos de salud' dedica el mes de febrero a los peluqueros, que pasan largas jornadas de pie, con los brazos elevados durante mucho tiempo mientras manejan diferentes instrumentos, lo que provoca que con el tiempo aparezcan dolores de espalda, hombros, codos y muñecas.

En la mayoría de casos se trata de sobrecargas musculares y tendinopatías, y han recomendado seguir un plan de ejercicios terapéuticos para estabilizar y reforzar la musculatura de la espalda para prevenirlas.