

Els fisioterapeutes alerten que l'ús abusiu de les sabates amb rodes o els patinets és perjudicial per als infants

Els experts recomanen un ús limitat del que consideren joguines per evitar sobrecàrregues i desequilibris en els més petits



(/#disqus_thread)

Les sabates amb rodes, els monopatins o els patinets són estris força utilitzats pels nens i nenes en el seu dia a dia. En ocasions, serveixen per agilitzar desplaçaments però els fisioterapeutes asseguren que un "ús abusiu" d'aquests elements de transport podria ser perjudicial per la musculatura i els ossos en creixement, i a la llarga, podrien comportar conseqüències més greus com ara lumbàlgies, sobretot perquè el cos ha de compensar el desequilibri que suposa fer-los servir. Per aquest motiu, des del Col·legi, es recomana tractar les sabates amb rodes com una joguina més i limitar-ne l'estona d'ús, mentre que pels patinets i monopatins s'aconsella combinar els dos peus.

En declaracions a l'ACN, Francesc Rubí, membre de la Junta del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya (CFC), ha explicat que fa temps que els professionals alerten dels riscos de l'ús abusiu de dispositius com els patinets, els monopatins o les sabates que incorporen rodes per poder patinar, ja que poden portar problemes als infants que ho utilitzin amb molta freqüència o en estones massa llargues

Rubí detalla que, pel que fa a les sabates amb rodes, els problemes es poden donar als músculs i ossos de les cames ja que, per exemple, la flexió que es fa amb el turmell per aconseguir patinar, inicialment fa "patir" als bessons amb una sobrecàrrega ja que s'evita "la marxa normal" de la persona. D'aquí, es podria desenvolupar una patologia cap a la musculatura posterior o els glutis, i acabar generant problemes a la pelvis, i de retruc, a l'esquena.

Rubí explica que tots aquests estris tenen l'inconvenient afegit que generen desequilibri al cos, que ha de buscar aquest equilibri en "una zona que treballi més del compte" i per això, alerta que a la llarga podria donar problemes de lumbàlgies o fins i tot problemes de cervicals, per exemple, amb mal de caps. En l'ús de monopatins i patinets, explica Rubí, s'hi suma el fet que es fa molt més ús d'un costat que de l'altre, com passa amb alguns esports com ara el tennis, que complicaria encara més els problemes.

Per minimitzar tots aquestes conseqüències, Rubí recorda que aquests estris s'han de tractar com joguines i per tant han de tenir "una utilització

limitada" dins el dia, i evitar per exemple, que set dies a la setmana, el nen patini "tot el dia". El fisioterapeuta també recomana que els infants combinin l'impuls del monopatí o patinet amb els dos peus, de manera que es treballi més equilibradament la força amb les dues extremitats.

Des del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya asseguren que no s'ha detectat un augment de lesions ni d'incidències amb infants que utilitzin dispositius com ara les sabates amb rodes, els monopatins o els patinets, perquè no són malalties de declaració obligatòria i per tant, no en queda constància de les possibles consultes que s'hi relacionen.

🔍 ETIQUETAS: SALUD (/BUSCADOR.PHP?ID_TAG=36)