

L'abús de l'aire condicionat pot causar problemes musculars

Els fisioterapeutes alerten que el contacte directe pot afectar la zona cervical i la lumbar i provocar problemes respiratoris

LAMALLA.CAT / AGÈNCIES

Double click
on any wordClica aquí per
escoltar

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha alertat aquest dimarts que el mal ús de l'aire condicionat pot provocar dolors a la zona cervical i lumbar, així com problemes respiratoris. Els especialistes indiquen que "no és convenient que l'aire condicionat entri en contacte directe amb certes parts del cos, com l'esquena i la cara, sobretot quan dormim".



Noticiari - CFC

El tractament per a aquestes afeccions, avancen els especialistes, poden ser la massoteràpia i els estiraments musculars

[Tancat per calor](#)

[09/07/2010]

[La Policial local de Sevilla es despulla per reclamar aire condicionat](#)

[02/06/2010]

[El CAP de Premià de Mar funciona sense aire condicionat des del juny](#)

[25/08/2009]

[Enllaços](#)

[Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya](#)

[Comunicat del Col·legi de Fisioterapeutes](#)

Segons el Col·legi de Fisioterapeutes, "si es refreda la musculatura es pot generar una retracció de les fibres musculars i provocar les clàssiques cervicàlgies o lumbàlgies de temporada". A això s'hi afegeix el fet que l'estiu i la calor acostumen a provocar cansament físic i mental, cosa que, segons el vocal de Comunicació del Col·legi, Martí Armengol, "ens fa més proclius a partir certes patologies com dolors musculars o migranyes". El tractament per a aquestes afeccions, avancen els especialistes, poden ser la massoteràpia i els estiraments musculars.

Filtres nets

La prevenció a l'hora d'engegar l'aire condicionat és l'eina que recomanen els fisioterapeutes per prevenir aquests problemes, ja que "sovint fem un abús" de l'aire i el fem servir "quasi de manera irreflexiva" per aconseguir un "contrast d'ambients". Els especialistes musculars també alerten que, en cas d'haver de fer-lo servir, la neteja dels filtres de l'aire condicionat és indispensable perquè un mal

manteniment també pot ocasionar problemes a les vies respiratòries, com faringitis, refredats i fins i tot malalties gastrointestinals.

Publicat 27/07/2010 17:22h



Ppntori

Segons el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, el mal ús de l'aire condicionat pot provocar dolors a la zona cervical i lumbar, així com problemes respiratoris

PUBLICITAT

Clica aquí per
escoltar

COMENTARIS

+Vist | Al minut | Agenda | Enquesta

- 1 Toros sense futur amb prohibició o sense
- 2 S'estavella un avió amb 152 persones a bord al Pakistan, a prop d'Islamabad
- 3 Pimpam - Capítol III
- 4 Els toros aclaparen el protagonisme del darrer