



“Prevención de problemas de columna en niños y jóvenes”

Ponente: Dr Marmier (Doctor en chiropráctica)

En Europa no es conocido, en EEUU es una ciencia reconocida (carrera de 6 años). No hay costumbre de hacer chequeos de la columna como se hacen de otras partes del cuerpo. ¿Para qué si no me duele? Luego a los 30-40 años nos damos cuenta de que tenemos espalda.

Estudio piloto en Texas: Se encontró que los problemas de columna estaban relacionados con algunos casos de hiperactividad, asma, ansiedad...

LA COLUMNA VERTEBRAL recubre la medula espinal que esta compuesta del mismo tejido que el cerebro. Una de las formas de protegerlas es con las curvas , estas son necesarias ya que ayudan a matizar los golpes.

- ❖ El Sistema nervioso controla cada parte del cuerpo y los nervios salen de la columna vertebral
- ❖ Papel de SN es controlar y coordinar todos los órganos , estructuras del cuerpo y permitir al individuo adaptarse al entorno.

CAUSAS DE LAS SUBLUXACIONES:

Parto difícil

Forceps, cesárea

En algunos casos, síndrome de muerte súbita

“Las lesiones de columna cervical ocurren a menudo durante el parto , pero frecuentemente no se diagnostican”

Consecuencias:

Cólicos, desórdenes, infecciones respiratorias crónicas, infecciones de oído crónico, alergia, asma , ansiedad..

CONVENIENTE: Chequeo vertebral

- ❖ **Sobre todo si alguno de los padres sufre de la columna, el factor herencia hay que tenerlo en cuenta.**
- ❖ **Caidas Aproximadamente el 50% de los niños sufre una caída seria desde el cambiador o desde la cama.**
Antes de los seis años se sufren más de 1000 caidas, choques, lesiones.

Muchas consecuencias no son detectadas, y muchos de los problemas de adulto tienen su origen en esto.

- ❖ **Malas posturas**
- ❖ **Cuidado con las mochilas: llevar la mochila apoyada sobre los dos hombros.**
 - **Nunca llevar más del 15% del peso de su masa corporal**

- Si después de haber llevado una mochila de peso durante tres días permanece dolor de espalda, conviene revisar.

❖ **ESCOLIOSIS(DESVIÓ DE LA COLUMNA)**

CÓMO SE DETECTA:

- **Una paletilla prominente**
- **Un hombro más alto.**
- **Caderas desiguales.**
- **Un espacio brazo-tronco más grande.**
- **Una joroba dorsal**

Esto tiene como consecuencia:

- ❖ **Presión sobre el corazón.**
- ❖ **Reduce la a pulmonar.**
- ❖ **Deforma la silueta**
- ❖ **Limitación de la actividad física.**

CÓMO DETECTAR POSIBLES LESIONES:

Cabeza ladeada hacia un lado.

Movimiento limitado de la cabeza, cuello. Pautas de sueño alteradas.

Problemas persistentes de oído.

Cólicos, dolores de cabeza

Enuresis.

Columna equilibrada = SISTEMA NERVIOSO SANO