

Diga adiós a los dolores de espalda

La Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que el 80% de la población mundial sufre de lumbalgia. Y más del 50% de ellas no saben que la padecen*.

Este dolor en la parte inferior de la espalda es causado a veces por una mala postura mantenida por mucho tiempo.

Este padecimiento los ha llegado a afectar al grado de que se ha convertido en una de las causas más comunes para incapacidad laboral.

Sus episodios de dolor pueden durar hasta tres meses y llega a convertirse en un padecimiento crónico que afecta el estado anímico general de quien lo sufre.

¿Qué lo causa?

Una de las razones de este malestar es el estilo de vida diario al que se somete el cuerpo. Por ejemplo, el constante sobresfuerzo al levantar cosas pesadas, una mala postura al sentarse, el sedentarismo y sobre todo la constante búsqueda de la "comodidad" al dormir en una cama demasiado blanda, entre otras razones.

Los esfuerzos físicos, sin preparación previa, cuando realizan ejercicios también colaboran a incrementar el riesgo.

Las mejores recomendaciones

Lo que usualmente recomiendan los médicos, en casos no crónicos, es mejorar su estilo de vida. Realizar algún tipo de ejercicio, e incluso durante las largas jornadas de trabajo agregar un poco de actividad física irregular como estiramientos periódicos.



En la actualidad hay muchas opciones en el mercado para aliviar estos dolores.

Electrolab Medic se ha preocupado por ofrecer a sus clientes una amplia variedad de productos que pueden ayudar a prevenir o a disminuir esos intensos dolores de espalda.



Respaldo Freedomback

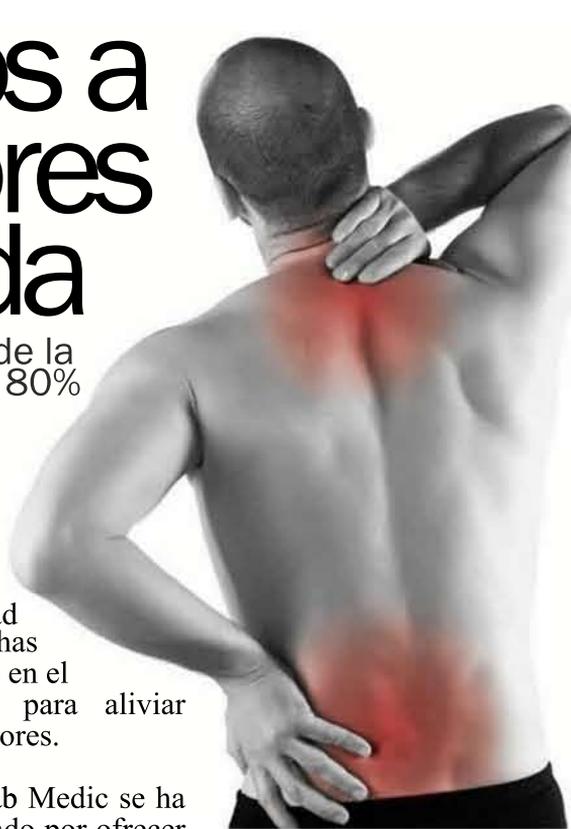
En su oficina puede mejorar su postura y alcanzar el posicionamiento adecuado con un buen respaldo.

En las sucursales de Electrolab Medic puede encontrar una amplia variedad de modelos diseñados para alinear la columna y brindar soporte a la espalda. El respaldo le exige al cuerpo mientras está sentado que mantenga una postura adecuada.

Otra excelente solución es mejorar su postura al dormir. Es necesario que la almohada proporcione comodidad sin sacrificar el mejor posicionamiento. Una almohada a base de agua que se ajuste a las necesidades particulares de cada usuario puede ser una buena opción.



La almohada a base de agua Mediflow brinda tres niveles de soporte: regular, medio y firme.



Los correctores de postura son una gran ayuda para prevenir este malestar; además de que brinda una mejor apariencia al usuario. Le permite al mismo tiempo regresar a la postura natural del cuerpo. Mantiene las articulaciones y huesos en la alineación adecuada para evitar el desgaste de ellos.



Corrector de postura

Nuevas técnicas para eliminar el dolor

Electrolab Medic ofrece dentro de su amplia gama de productos para el manejo del dolor la técnica de vendaje neuromuscular Leukotape K. Ésta consiste en la aplicación de un vendaje con técnicas específicas para las zonas afectadas. El vendaje está diseñado para no impedir el movimiento; por el contrario fue creado bajo el concepto de que el movimiento y un correcto aporte sanguíneo y linfático contribuyan a la recuperación de la lesión. Resulta importante resaltar que la venda no contiene ningún tipo de medicamento.



Recuerde que todos estos productos y muchos más los encuentra en:

Electrolab Medic
Todo para el cuidado de su salud

*Tomado de la página www.esmas.com