



[INICIO](#) [ALCOBENDAS](#) [ALGETE](#) [COLMENAR VIEJO](#) [TRES CANTOS](#) [S.S DE LOS REYES](#) [GUADALIX DE LA SIERRA](#) [BO](#)
[MIRAFLORES DE LA SIERRA](#) [SOTO DEL REAL](#) [COVID19](#) [ONDA CERO MADRID NORTE](#) ▾ [MN24H TV | VIDEOS](#)

GENTE | ALCOBENDAS

Alcobendas: Curso para la prevención de dolor de espalda e higiene postural



Publicado 21 horas atrás el 04/05/2021
Por **Nota de Prensa**



- **Los días 14 y 17 de mayo.**

Ayto. de Alcobendas.- Dolor de espalda e higiene postural es el nombre del curso que profesionales del Servicio de Salud del Ayuntamiento van a impartir el viernes 14 y el lunes 17 de mayo, de 10 a 12 h, en el Centro de Arte Alcobendas. En él se darán a conocer conceptos como los diferentes tipos de dolor de espalda que existen, las causas que lo pueden originar y, además, se tratará cómo prevenirlos mediante una buena higiene postural. Causa principal de incapacidad laboral El dolor de espalda es la segunda causa más frecuente de consulta médica, después de la gripe.

Representa más de dos millones de consultas anuales y es la causa principal de incapacidad laboral en la población menor de 45 años y la segunda más frecuente de absentismo laboral en los mayores de 55. Aproximadamente, un 80% de la población sufrirá dolor de espalda en algún momento de su vida. El dolor de espalda puede variar desde un dolor sordo, constante, hasta otro súbito e intenso. Puede durar algunos días o semanas, o bien hacerse crónico si dura más de tres meses. En la mayoría de los casos, el dolor de espalda desaparece espontáneamente. Las personas interesadas en conocer más sobre este tema pueden inscribirse al curso gratuitamente llamando al teléfono 91 663 70 01 (extensión 4016) de 9 a 14 h. Plazas limitadas. Como en todos los actos y actividades municipales, se cumplirán todas las medidas sanitarias frente a la COVID-19: control de aforo, uso de mascarillas y distancia interpersonal.

Renault Autofer

<http://www.autofer.com>

Aprovecha tus reparaciones de carrocería. *Asumimos el 100% de tu Franquicia.

Centro Comercial Plaza Norte 2

<http://www.plazanorte2.com>

La mayor oferta comercial en el Norte de Madrid

Universidad Autónoma de Madrid

Fundada en el año 1968, está en el Campus de Cantoblanco, al norte de Madrid. <http://www.uam.es>

Asador El Molino

“Quien a su padre parece, honra merece” <http://asadorelmolino>.

Artículos Relacionados: