¿Pasas mucho tiempo con el teléfono? Tenemos malas noticias para ti

Un estudio reveló que pasar mucho tiempo con el teléfono móvil puede causar lesiones, entre leves y severas, en la cabeza y el cuello.

Todos sabemos que la tecnología avanza a pasos agigantados, pero lo que pocos saben es que con todas las comodidades y facilidades que traen consigo también hay consecuencias negativas que impactan en nuestro organismo de manera directa o indirecta.

En los últimos 20 años, los constantes dolores de cuello y cabeza han aumentado de manera significativa a consecuencia del uso excesivo de teléfonos inteligentes, según el estudio de Revista de la Asociación Médica Americana (JAMA, por sus siglas en inglés).

El estudio indica que entre enero de 1998 y diciembre de 2017 se registraron 2.501 casos de pacientes que se presentaron en los servicios de urgencias de EEUU con lesiones en la cabeza y el cuello de un total nacional ponderado de 76.043 pacientes. La distribución en grupos de edad que realizó el estudio reveló que la mayoría eran personas entre los 13 y 29 años de edad.

En la mayoría de los casos, las lesiones graves y severas son consecuencia por la distracción de combinar las actividades cotidianas con el uso del móvil. Las personas suelen llegar a los servicios de emergencia con contusiones, o lesiones en órganos internos porque se caen en canalizaciones, son atropellados por un medio de transporte, se caen de las gradas o incluso se tropiezan con postes eléctricos.

A pesar de lo mencionado, simplemente pasar mucho tiempo en el teléfono también genera dolores en la región de la cabeza, el cuello y la parte superior de la espalda.

El estudio concluye que se necesita educar a los usuarios en la prevención de lesiones y peligros al momento de usar estos dispositivos inteligentes.

Fuente: sputniknews.