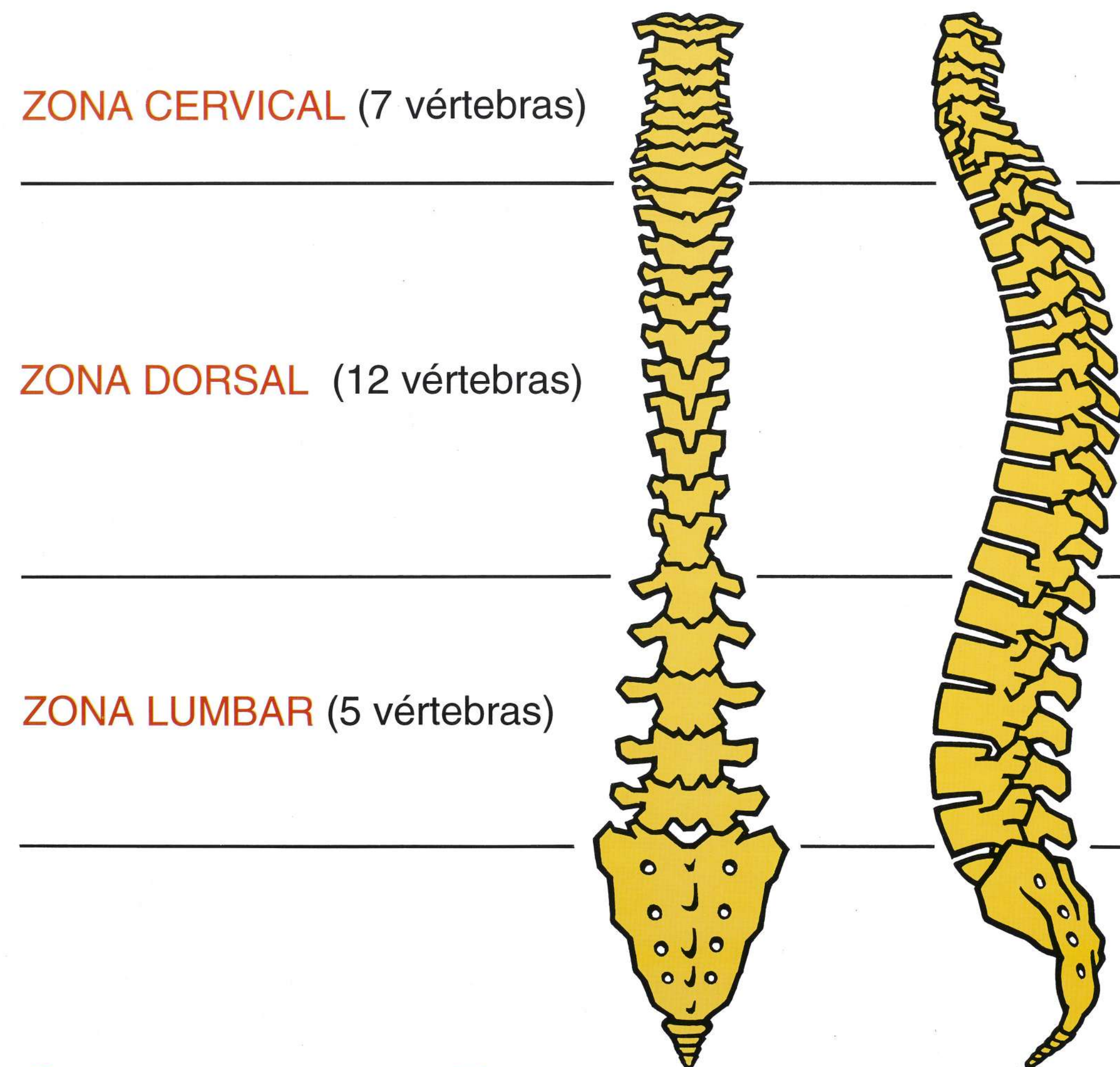


ESTRUCTURA DE LA ESPALDA

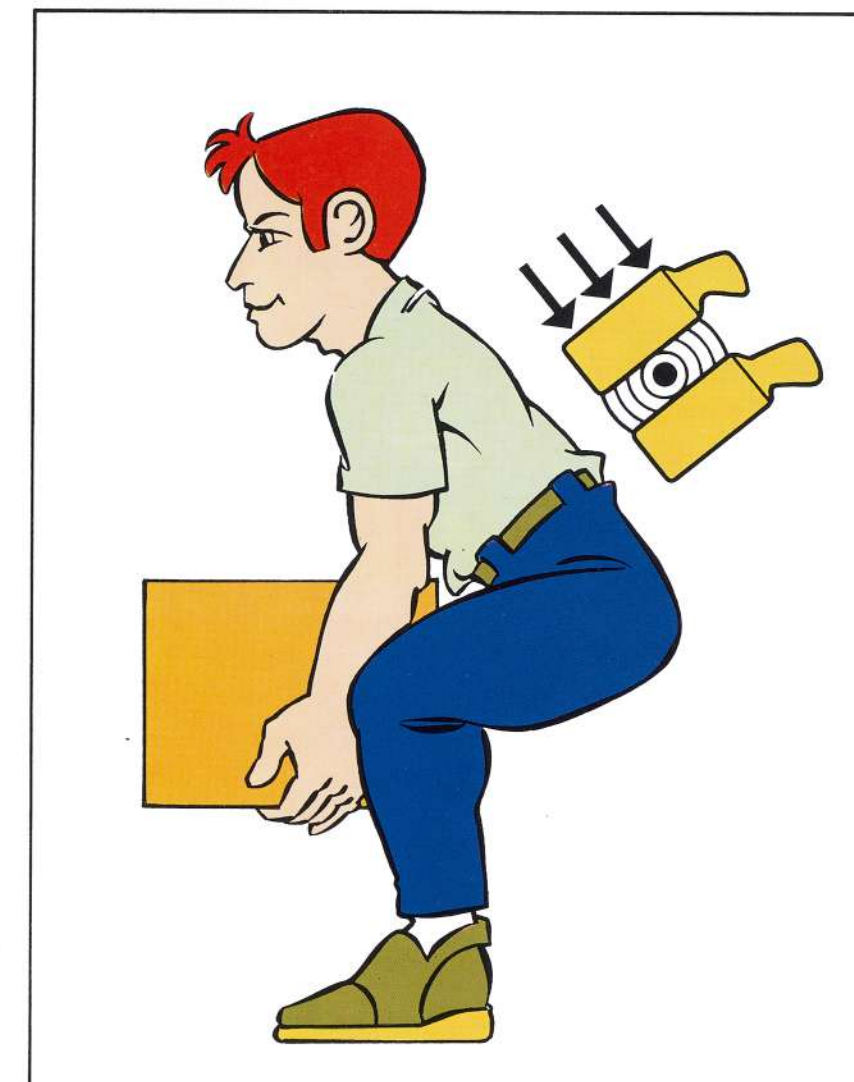
La espalda está soportada por la columna y la musculatura que la conforma.

El dolor surge cuando se lesiona cualquier parte de la espalda, por exceso de carga o por malas posturas.

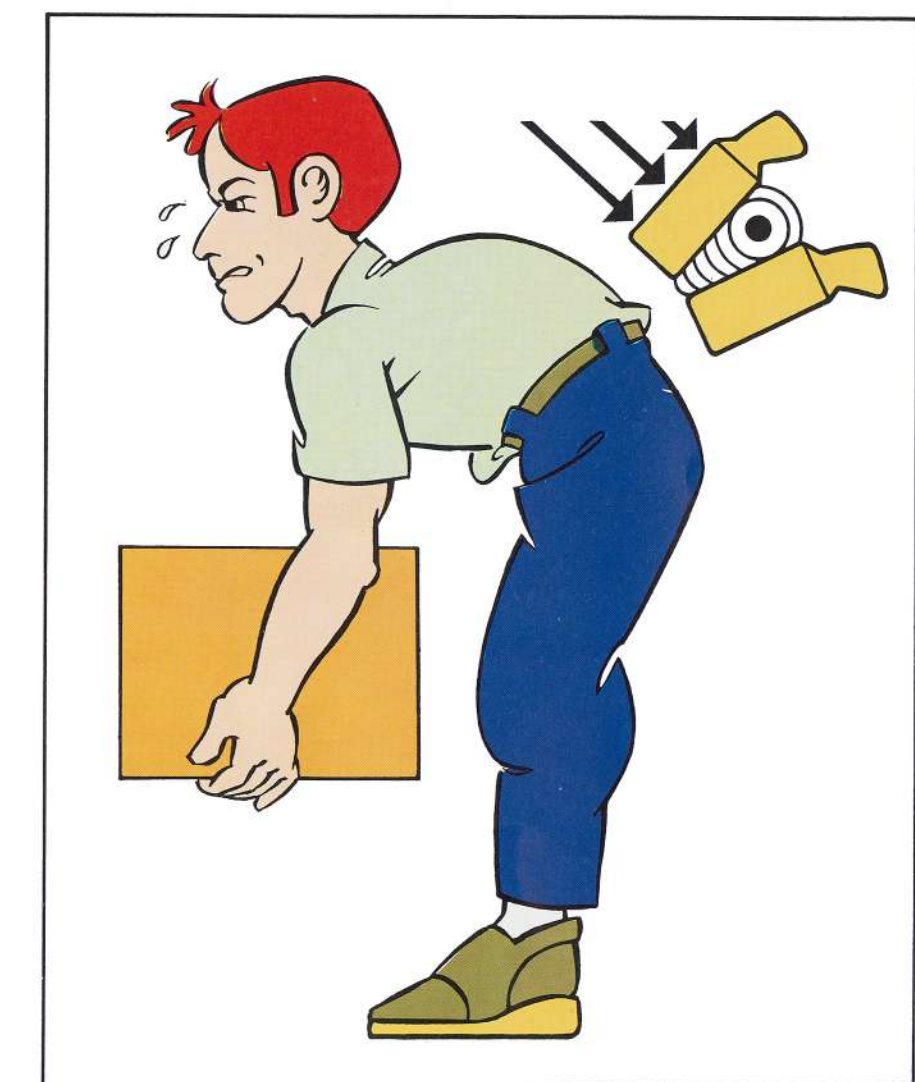
Las zonas principales de la columna son:



LAS MALAS POSTURAS PUEDEN PRODUCIR MÚLTIPLES LESIONES



CORRECTO



INCORRECTO

Las **CARGAS** producen aplastamiento del disco intervertebral

