

COMMUNIQUE DE PRESSE

La Journée du dos de ChiroSuisse "N'oublie pas ton dos!" : un succès Le dos de 1 000 enfants et adolescents examiné

Berne, 13 novembre 2016 – Un quart des enfants et adolescents souffre régulièrement de douleurs dorsales. Entre onze et seize ans, ils sont la moitié à avoir des problèmes de colonne vertébrale. À l'occasion de la Journée du dos de hier samedi, des cabinets de chiropratique ont offert une consultation gratuite à des enfants et adolescents.

Une mauvaise posture, trop peu d'exercice, un excès de sport ou un cartable trop lourd causent souvent des problèmes de dos. Les troubles les plus fréquents chez les enfants et jeunes gens examinés se situent au niveau de la nuque et du haut du dos. Rien de surprenant à cela. Une position penchée pendant la lecture, l'utilisation du smartphone ou de la tablette y engendrent souvent des tensions. Après l'examen, afin que les enfants et les jeunes gens puissent adapter eux-mêmes leur attitude, la chiropraticienne ou le chiropraticien leur ont donné des conseils personnalisés pour conserver un dos sain.

Les maux de reins et de dos font partie des affections les plus fréquentes du monde industrialisé. Quatre cinquièmes des Suissesses et des Suisses en souffrent au moins une fois dans leur vie. Et les douleurs dorsales affectent souvent déjà les enfants dès l'âge scolaire. C'est à cette situation que répond la Journée du dos. Elle vise à prévenir, par une détection aussi précoce que possible, des problèmes dorsaux qui ne peuvent qu'empirer avec les années, devenir chroniques et entraîner de fortes souffrances et atteintes à la qualité de vie, avec des conséquences financières lourdes aussi, tant pour les victimes que pour le système de santé publique. Cette initiative des chiropraticiennes et chiropraticiens suisses, instaurée il y a une douzaine d'années, permet chaque année d'examiner plus d'un millier d'enfants et adolescents.

((Encadré))

- Bouger régulièrement, éviter les surcharges
- Utilisation du smartphone ou de la tablette avec des pauses raisonnables
- Adopter une posture bien droite : relever la tête, tirer les épaules vers l'arrière, rentrer le ventre
- Éviter de porter des sacs trop lourds (si c'est inévitable, emballer le sac à dos de manière à ce que éléments lourds soient placés directement contre le dos)

JOURNÉE DU DOS 2016



Questions : service médias de ChiroSuisse, santémedia AG, Grazia Siliberti, **tél. mobile 079 616 86 32**, info@santemedias.ch

La chiropratique, l'une des cinq professions médicales universitaires reconnues, est une approche médicale naturelle (essentiellement manuelle) et globale des problèmes de l'appareil locomoteur et de leurs conséquences biomécaniques et neurophysiologiques. La colonne vertébrale, le bassin et les articulations périphériques y jouent un rôle central, sur les plans diagnostique et thérapeutique. Les chiropraticiens, au bénéfice d'une formation médicale et spécialisée de neuf ans, sont donc des thérapeutes de premier recours, habilités à poser un diagnostic, à procéder à des examens, à émettre des prescriptions et à assurer une prise en charge complète des patients. ChiroSuisse est l'association professionnelle des chiropraticiens suisses et compte quelque 300 membres, la plupart exerçant comme praticiens indépendants.

Les chiropraticiennes et chiropraticiens suisses assurent aux patients souffrant de douleurs au dos, aux épaules ou aux hanches un traitement moins coûteux et plus satisfaisant. C'est ce que montre des études.

Les prestations des chiropraticiens sont d'ailleurs prises en charge par l'assurance maladie de base.



N'oublie pas ton dos!

Les chiropraticiennes et chiropraticiens examinent gratuitement le dos des enfants et des adolescents.

Samedi, 12 novembre 2016

Liste des cabinets participants: www.chirosuisse.ch

JOURNÉE DU DOS 2016