

### Los especialistas recomiendan

Ir al colegio con una mochila muy cargada supone que los niños puedan padecer dolores de espalda u otras patologías físicas. Cada comienzo de curso coincide con informes que relacionan estas dolencias con el uso indebido de las mochilas. Algunos médicos aconsejan que el contenido de las mochilas se limite al 10% del peso corporal del niño.



[Fuente Banco en materiales didácticos y formativos del CNICE](#)