Près de 180 milliards de SMS sont envoyés chaque année en France, soit plus de 5 400 par seconde. Ces chiffres en constante augmentation ne font qu'aggraver l'un des troubles musculo-squelettiques (TMS) des nouvelles générations d'accros aux smartphone :
le TEXT NECK
.

Le fait de conserver la tête baissée trop longtemps et de se pencher pour consulter son mobile engendre une hyper sollicitation de la tête, un blocage du cou et une hyper extension de la colonne vertébrale, à l'origine des douleurs. En effet, plus l'inclinaison de la tête (qui pèse déjà seule près de 5 kg) est grande, plus la tension supportée par la nuque est importante.

La chiropraxie est une thérapie manuelle de référence pour traiter et prévenir les troubles musculo-squelettiques.

Dans le communiqué, Caroline Lambert, chiropracteur et Vice-Présidente de l'Association Française de Chiropraxie rappelle quelques gestes simples pour éviter le *Text-Neck*.