Publicado en Madrid el 18/02/2019

sillasgaming10.com: "El desconocimiento es el gran riesgo para la espalda si se elige una silla gaming barata"

Una silla gaming es un elemento que, a todas luces, cuenta con un coste bastante elevado. La compra de este producto a golpe de oferta en páginas online desconocidas, o que no ofrecen ningún tipo de garantía, puede suponer un aumento en las lesiones de espalda y cuello, en lugar de cumplir su objetivo principal: prevenirlas

Casi el 80% de la población española sufre riesgo de padecer dolor de espalda en algún momento. Así lo afirman estudios como el EPISER, de la Sociedad Española de Reumatología. Y en esto, la salud postural juega el papel clave ahora que estar sentados frente a un ordenador se ha convertido en la rutina de la mayoría de los españoles. Pero, "¿dónde nos sentamos para estar frente al ordenador?" Tal y como afirman desde sillasgaming10.com, portal especialista en sillas gaming, "elegir un buen asiento se antoja imprescindible para evitar dolores de espalda crónicos".

Sobre la elección de una silla gaming para utilizar tanto en casa como en la oficina, ya hay mucho escrito, pero, ¿cómo afecta el precio a la calidad y seguridad del producto?

En sillasgaming10.com aseguran que, si bien está claro que la necesidad también está dictada por las posibilidades económicas del comprador, el coste de una buena silla gaming está más que justificado tanto en cuanto han de ser mejores la ergonomía, el material de fabricante y los complementos que incluya.

Según los datos arrojados por esta web experta, las sillas especializadas para gamers más vendidas tienen un precio medio de 120€, el justo para una silla gaming de gama estándar. Lo que no hay que perder de vista es cuántos españoles que no se dedican al uso ‘extremo’ de las tecnologías cuentan con una de estas en casa. Y es que el uso de las sillas que son, a priori, para gamers y youtubers, se extiende a todo aquel que pase muchas horas en el ordenador. La única diferencia en cuanto a su comercialización son los puramente relacionados con el diseño y el aspecto de la silla.

¿Dónde está, pues, el peligro? En todas aquellas compras que se realizan a través de páginas web sin certificar o en marketplaces de dudosa reputación que se anuncian con ofertas de sillas gaming baratas a precios que escapan al sentido común. "Además del lugar en el que se compran, influye sobremanera la marca del producto. Los consumidores más expertos saben que buscar reseñas y leer opiniones de otros usuarios en foros es muy útil antes de comprar un producto de este tipo. Sin embargo, cuando se habla de hogares que quieren comprar una de estas sillas precisamente para mejorar su postura cuando están con el ordenador, el desconocimiento es el gran riesgo para la espalda si elige una silla gaming barata. La abundancia de ofertas que se puede encontrar online puede inducir a la compra de productos que no cumplen los estándares de calidad y seguridad exigidos", aseguran.

¿Qué riesgo puede representar una silla barata y de baja calidad? "Una mala silla gaming puede forzar peores posturas que una silla tradicional de escritorio u oficina, las que hemos tenido todos en casa hasta ahora. La calidad de la espuma para mantenernos bien colocados y el peso que soportan son, por lo general, las características que más afectan a dolencias futuras. A veces, incluso, pueden causar importantes accidentes domésticos".

La recomendación en este sentido es clara: lo mejor es comprar una silla gaming algo más cara que asegure sus prestaciones con todas las garantías necesarias. Esto quiere decir que, ante la duda, es preferible huir de tiendas no especializadas o con ofertas descabelladas. Buscar el mejor asesoramiento antes de hacer una compra de este tipo también puede evitar malas pasadas a futuro.

Más sedentarismo, peor sentados

La tecnología ha cambiado la forma de entender tanto el trabajo como el ocio en la sociedad actual. Un español pasa, de media, 2,5 horas frente a una pantalla una vez terminada su jornada laboral, según datos de una encuesta del Eurostat. Si a esto se suma el horario de oficina, hacen más de 10 horas sentados ante una pantalla. Al mismo tiempo, el Informe Anual del Sistema Nacional de Salud de 2017 ya revela que el dolor de espalda lumbar es la segunda dolencia más extendida entre la población adulta española. Y es que el 17,3% de la población mayor de 15 años ya está afectado por este problema de salud.

Algunos datos de referencia:

Los españoles pasamos más de 10 horas frente a la pantalla
El 17,3% de los mayores de 15 años sufren dolor lumbar
Las sillas gaming son uno de los productos destacados en secciones de tecnología

A estos datos hay que sumar el hecho de que la población española es cada vez más sedentaria y sufre de más obesidad, que además se presenta en edades más tempranas.

Los expertos coinciden en que el cambio de paradigma laboral y social debe acompañarse de un incremento de la actividad física para compensar estas largas horas sentados con ordenadores, consolas y cualquier otro dispositivo. Uno de los principales puntos para evitar lesiones laborales en la oficina, por ejemplo, es realizar estiramientos tanto de la espalda como del cuello y los brazos antes, durante y al finalizar la jornada.

¿Cómo elegir la silla correcta?

A la hora de elegir una silla gaming para trabajar o para disfrutar del mejor ocio en casa, se debe tener en cuenta el precio, el fabricante, el lugar de compra y que el estilo encaje con el que busca el comprador. Sin embargo, existen otro tipo de características que harán que la silla sea de mejor calidad, que es lo que debe primar a la hora de tomar esta decisión. ¿En qué hay que fijarse para

comprar la silla más adecuada?

Altura. De la misma forma que una bicicleta cuenta con diferentes alturas, es imprescindible medir, antes que nada, la altura de la silla para que la postura tanto del tronco como de la parte inferior de las piernas sea la correcta. Lo ideal es que la espalda se pueda apoyar por completo (cabeza incluida) y las piernas puedan llegar al suelo en un ángulo de 90 grados.

Tapizado. Cuanto más resistente sea el material, mejor. Esto dotará de más durabilidad a la silla, permitiendo su uso intensivo sin problema. En este campo destacan el PVC y el poliuretano, este último capaz de aguantar altas temperaturas, que es por lo que se utiliza también en la industria textil.

Adaptabilidad. Si hay algo fundamental en una silla gaming es que se pueda adaptar al máximo a las necesidades de cada usuario. Reposabrazos adaptables, cabezal, altura al suelo, inclinación de la espalda etc. Toda personalización es poca.

Peso. La capacidad de resistencia de una silla gaming pasa porque pueda soportar sin ningún problema el peso del cuerpo. Cada una cuenta con una resistencia determinada, la cual debe comprobarse antes de hacer la compra. Influye aquí también el material de fabricación, siendo el acero el más resistente.

Complementos. Muchas sillas gaming incorporan complementos que permiten adaptar el cuerpo a una mejor postura, como los cojines extra. Los más beneficiosos son los lumbares y cervicales.

Datos de contacto:
Manuel Campos

Nota de prensa publicada en: Madrid

Categorías: Nacional Telecomunicaciones Sociedad Juegos Entretenimiento E-Commerce Consumo Gaming

NotasdePrensa
https://www.notasdeprensa.es