

## El fotógrafo y su esqueleto

Escrito por Pedro Meyer

---

Me arriesgaría a decir que la mayoría de los fotógrafos tienen problemas de espalda. En apariencia no hemos sido diseñados para soportar sobre nuestros hombros pesadas cargas de equipo fotográfico. Cuando era mucho más joven, no me cuestionaba acerca de llevar por equipaje tres o cuatro cámaras y sus lentes. Seguro podría cansarme, pero aparte de eso nunca se me ocurrió que me afectara en algo más.

Mi padre siempre tuvo problemas de espalda, y aun así nunca me aconsejó sobre las precauciones necesarias al cargar todo ese peso por todos lados, simplemente había un vacío de información sobre las causas y efectos de tal comportamiento.

Sin embargo, los hechos nos hacen saber ahora que llevar todo ese peso durante años afectará inevitablemente los discos entre las vértebras de nuestra columna. Y eso por no mencionar el daño sobre la alineación de esas vértebras.

En una placa de rayos X mi espina dorsal luce como un signo de interrogación, lo cual es resultado de la total falta de atención que tuve al llevar carga de manera continua sobre mi hombro o mi cuello.

## El fotógrafo y su esqueleto

Escrito por Pedro Meyer

---

Mi motivación al escribir esto es porque estoy seguro que hay muchas buenas ideas sobre cómo lidiar con este tema. Así que espero escucharlas de ustedes, y que compartan sus experiencias, y sobre todo soluciones.

*Pedro Meyer*

## El fotógrafo y su esqueleto

Escrito por Pedro Meyer

---

