



Jennifer Lopez 'trava' durante show e é socorrida por dançarinos

A cantora Jennifer Lopez enfrentou um contratempo em seu show em Las Vegas na última quinta-feira, 1.

Ao executar o passo de uma coreografia, em que se ajoelha e inclina o corpo para trás, JLo travou e não conseguiu se levantar, devido às dores que sentiu. Os bailarinos, que a acompanhavam na apresentação, ajudaram a cantora a sair da posição.

A assessoria da cantora informou ao [New York Daily News](#) que o 'passo' da coreografia é feito em todo show de [Jennifer](#), que se apresenta quatro vezes por semana no Planet Hollywood, em Las Vegas.

O problema foi momentâneo e Lopez já voltou a se apresentar, como comenta em vídeo postado há 2 dias em seu Instagram. "Então é assim que é antes do show. Eu sento aqui, sem cabelo feito, maquiagem ou nada. Só tentando ficar mentalmente preparada para dar a vocês tudo que eu tenho", disse.

Lombalgia: sintomas e causas

Não houve pronunciamento sobre o que teria acontecido com a cantora, mas o caso remete a algo muito mais comum do que se imagina, a lombalgia.

"É um problema muito prevalente e pode ser causa de incapacidade. Mais de 90% da população mundial sofre episódio de dor lombar em algum momento da vida e a lombalgia é a segunda causa mais frequente de procura pelos serviços médicos.", afirma especialista.

Ainda segundo a médica, crises de lombalgia aguda não estão relacionadas a nenhum fator específico, ocorrendo geralmente após um esforço físico excessivo e fazendo com que o paciente sinta a sensação de ter “travado a coluna”.

“Frequentemente, o problema é postural, isto é, causado por uma má posição para sentar, se deitar, se abaixar no chão ou carregar algum objeto pesado. Outras vezes, a lombalgia pode ser causada por inflamação, infecção, hérnia de disco, escorregamento de vértebra, artrose (processo degenerativo de uma articulação) e até problemas emocionais”, explica Hasegawa.

Ainda segundo ela, é importante estar atento à postura do dia a dia, especialmente na hora de se sentar, na hora de praticar exercícios (executando-os de acordo com o indicado por um professor/ instrutor especializado), evitar carregar muito peso, não ficar curvado por muito tempo e quando precisar abaixar, o correto é dobrar os joelhos e não a coluna.

Fonte: Catraca Livre

[Read More](#)
