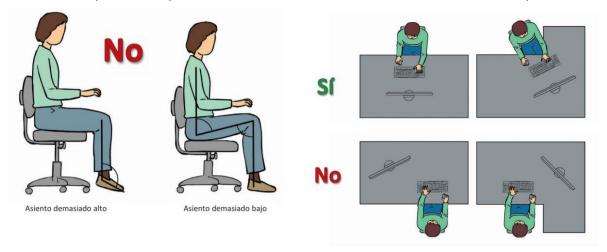




## Trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización

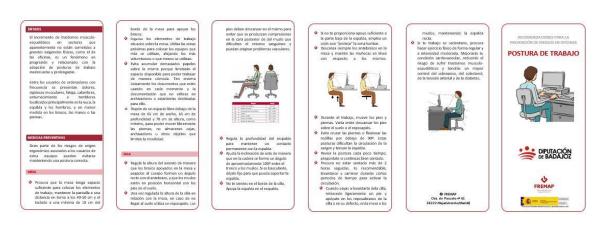
¿Conoces los posibles riesgos para la vista y los problemas físicos y de carga mental, así como el posible efecto añadido o combinado de los mismos?

Una mala postura puede ocasionar trastornos musculoesqueléticos.



Para más información, Diputación de Badajoz pone a tu disposición:

✓ Tríptico; Postura de trabajo.





## Por una diputación (+) saludable



✓ Cartel; Cuando trabajes con el ordenador.



Trabajar con una pantalla de visualización también tiene sus riesgos que, si no se pone remedio a tiempo, pueden convertirse en un problema de salud.

Está a tu disposición enlaces a videos de:

✓ Estiramientos



**VIDEO ESTIRAMIENTOS** 

✓ Relajación



VIDEO RELAJACIÓN

Juntos para mejorar nuestra salud!

