TRABAJO DE PIE

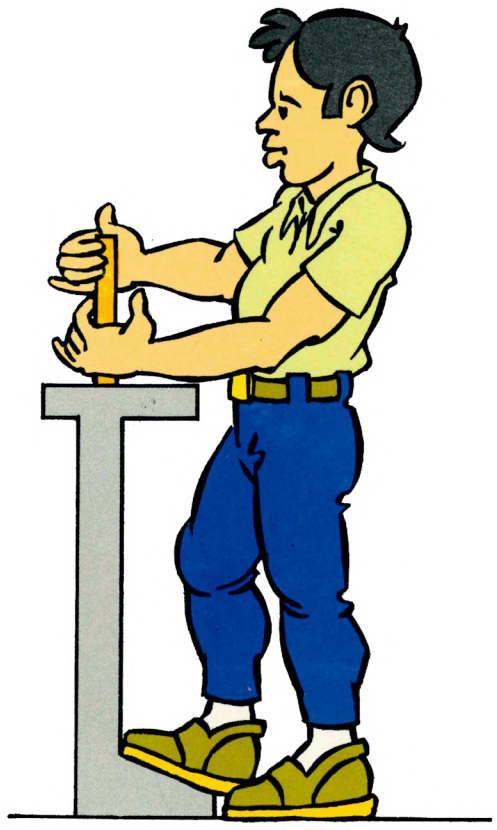
SE ACONSEJA:

Alternar esta postura con otras que faciliten el movimiento.

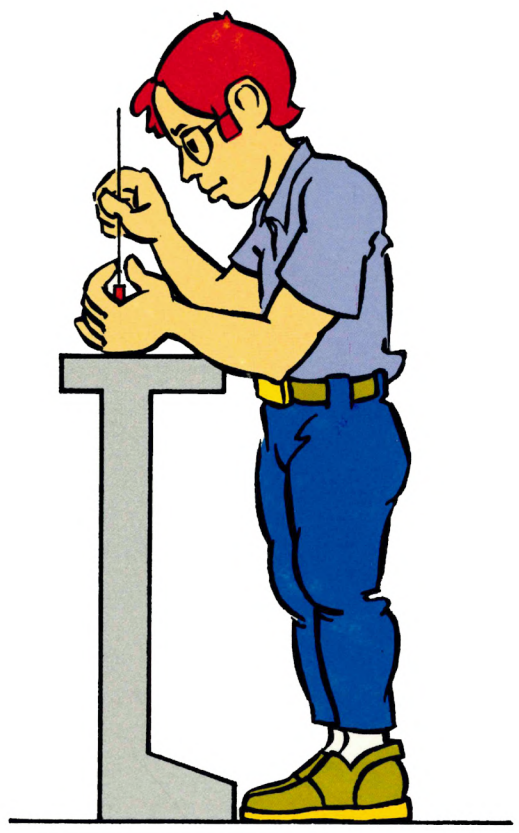
Cambiar la posición de los pies y repartir el peso de las cargas.

- Adaptar la altura del puesto al tipo de esfuerzo que se realiza.
- Utilizar un reposapiés portátil o fijo.

Trabajo Pesado



Trabajo Ligero



Trabajo Precisión

TRABAJO DE PIE / SENTADO

SE ACONSEJA:

- Utilizar una silla pivotante que sea regulable.
- Ajustar la altura de la silla de 25 a 35 cm más abajo de la superficie de trabajo.
- Utilizar un reposapiés adecuado.

INSTITUTO NACIONAL
DE SEGURIDAD E HIGIENE
EN EL TRABAJO

Diseño: CHESKA LENCERO GALÁN FD. 2317 D.L.: B. 41909.95 NIPO: 211-95-022-7