TRABAJO DE PIE

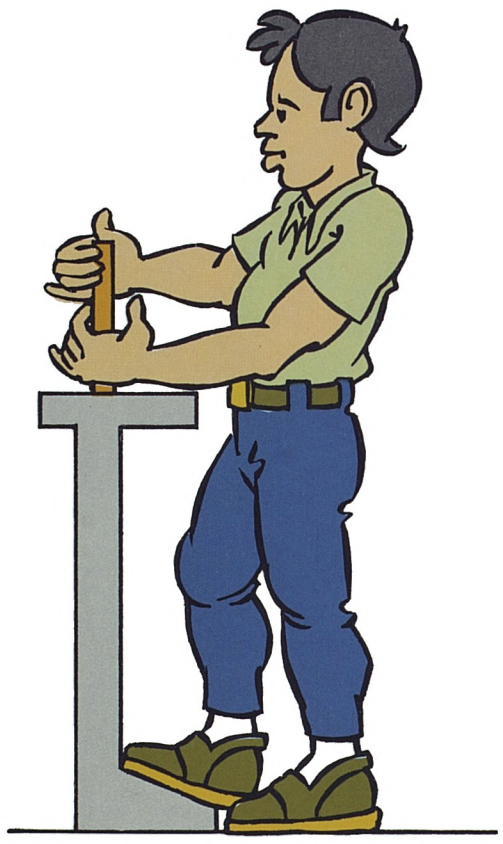
SE ACONSEJA:

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.

MINISTERIO DE TRABAJO
Y ASUNTOS SOCIALES

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD
E HIGIENE EN EL TRABAJO

Diseño: CHESKA LENCERO GALÁN D.L.M. - 7453 - 1998 N.I.P.O.: 211 - 98 - 008 - X