

La PREVENCIÓN de Riesgos Laborales en Actividades físicas y deportivas...



...es cosa de todos.

Medidas preventivas

Caída al mismo nivel

Utiliza un calzado apropiado y vigila que tus cordones estén bien anudados en todo momento.

Atrapamiento

Sigue las normas de seguridad indicadas por el fabricante en las máquinas que utilices de la sala de máquinas.

Esfuerzo sostenido de la voz

Utiliza un pequeño micrófono inalámbrico en las actividades colectivas.

Postura de trabajo

No permanezcas demasiado tiempo en la misma posición, cambia de postura y efectúa movimientos suaves de estiramiento de los músculos.