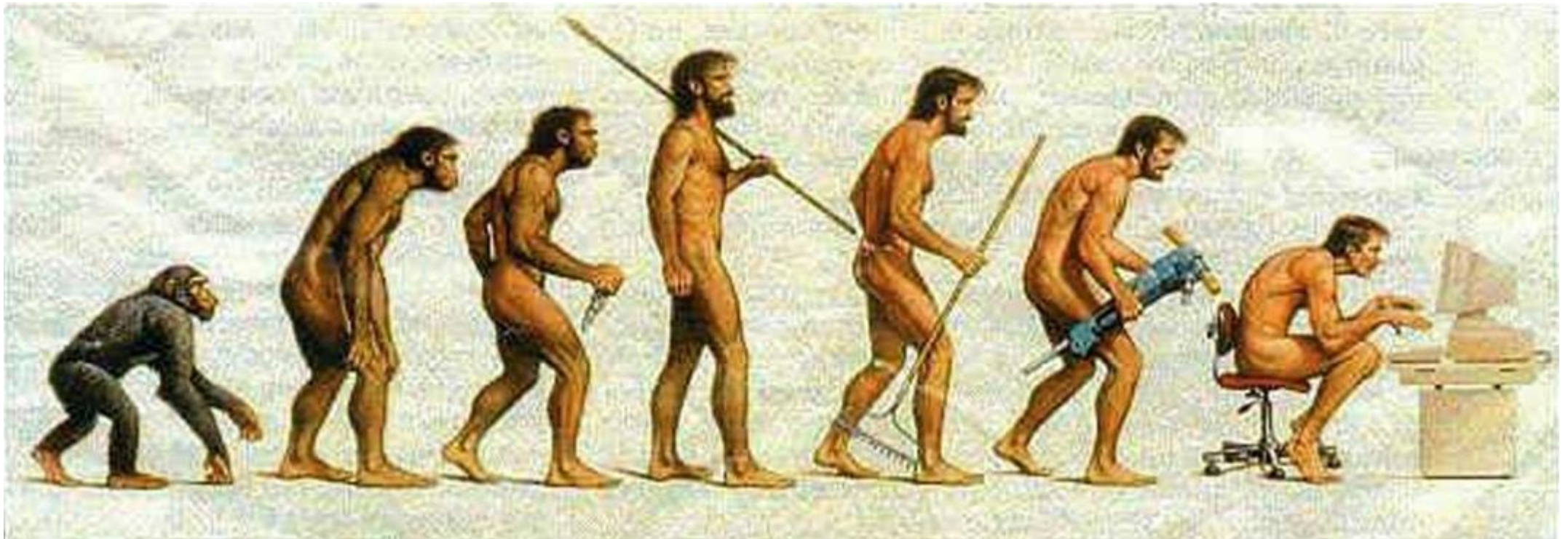


¿TE DUELE CUELLO, ESPALDA Y LUMBARES?

Ajusta tu silla ergonómica, aquí te explicamos cómo hacerlo.

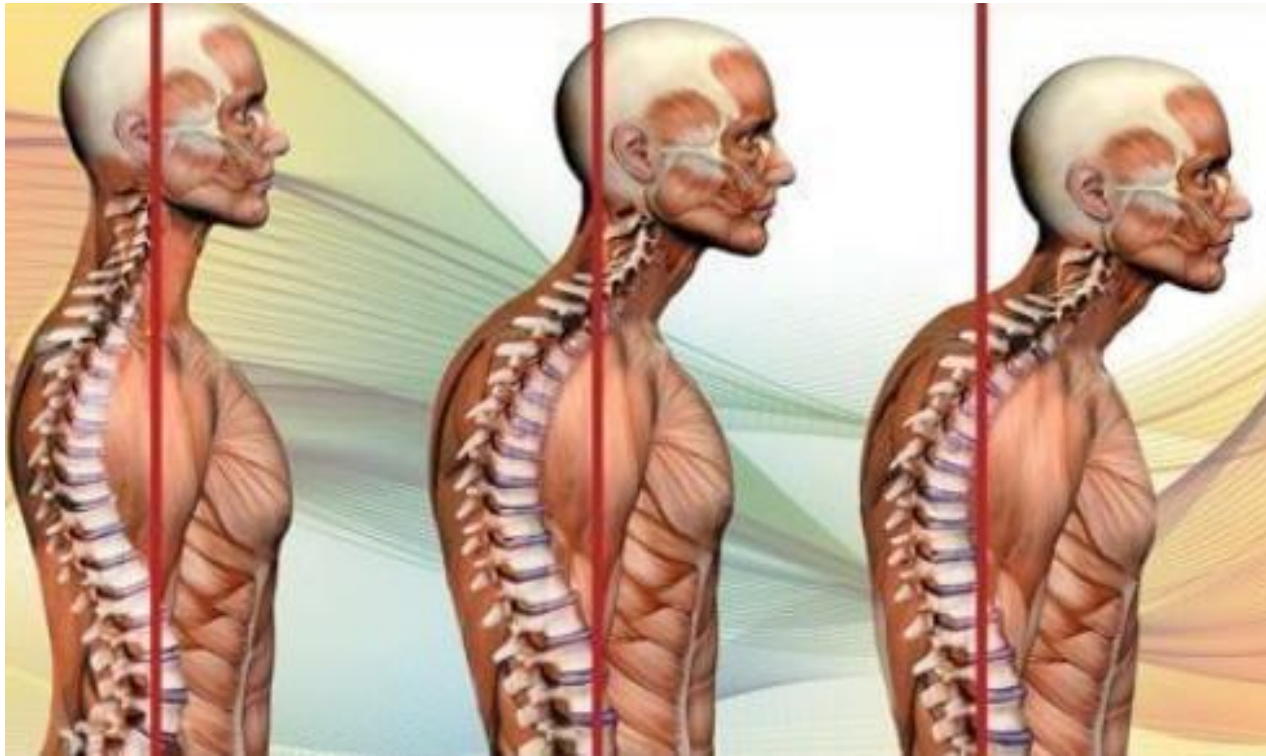
Nuestro estilo de vida moderno y nuestra vida laboral limitan nuestras posibilidades de movimiento. Nuestra forma de vida ha cambiado tan drásticamente, que una postura correcta al estar sentados, resulta vital para mantenerse sano y eficaz en el trabajo.





El daño no se percibe mientras ocurre, si no que los síntomas se producen más tarde, es decir, cuando el daño ya está hecho.





EVITA FUTURAS LESIONES Y CORRIGE AHORA TU POSTURA FRENTE A LA PANTALLA

Prevén lesiones
musculares, esqueléticas y
circulatorias.

DAÑOS PRINCIPALES



- Lumbalgia
- Ciática
- Hernia discal
- Dolores en la columna vertebral
- Dolor cervical
- Dolor lumbar
- Escasa concentración: por dolor o falta de oxigenación en el cerebro
- Trastornos en los brazos
- Pesadez en las piernas
- Problemas de circulación sanguínea
- Compresión de la caja torácica
- Compresión del aparato digestivo



**POSTURA
CORRECTA
CUANDO ESTÁS
SENTADO FRENTE
A LA PANTALLA**
