Justo Sierra

INFORMÁTICA

Actividad

Postura correcta

COMPUTADORA

Una mala postura puede traer consigo: dolores de espalda o probemas como la ciática



Ojos

Cabeza y cuello

Codos

Muslos y espalda

Pies

Piernas

Ligeramente abiertas, formando un ángulo de 90º con las rodillas

Planta del pie totalmente apoyada en el suelo

Ángulo de 90º entre ellos

Rectos y relajados

Pantalla a la misma altura

Pegados al cuerpo y flexionados 90º

Justo Sierra

LIVEWORKSHEETS