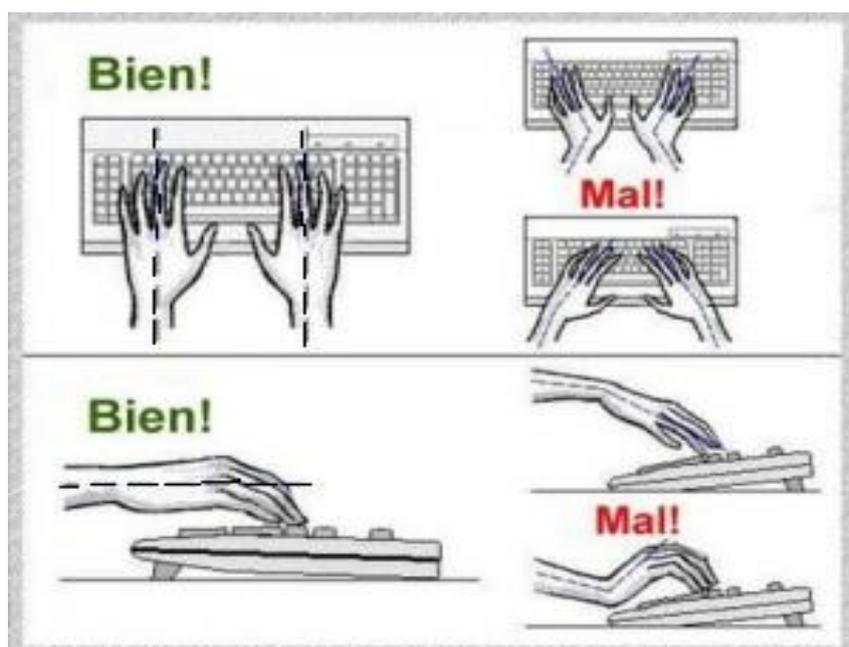
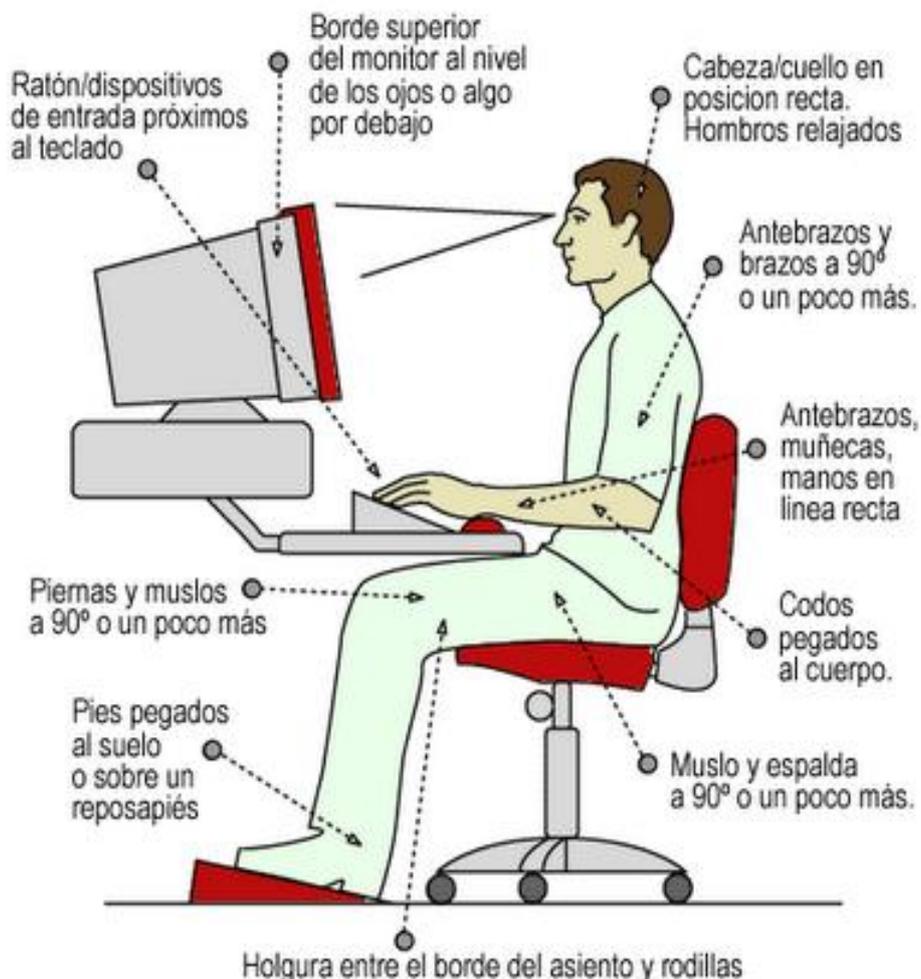


# Consejos posturales para la prevención de lesiones músculo-esqueléticas





## EJERCICIOS RECOMENDADOS

Hacer estos ejercicios, te llevará tan solo un minuto. Es recomendable su práctica tres veces durante la jornada



Para cualquier duda o consulta, ponte en contacto con el equipo de salud laboral de COMFIA-CCOO en Unicaja



Payo Yebra	<a href="mailto:fyebracr@unicaja.es">fyebracr@unicaja.es</a>	950297413
Maleni Sanchez	<a href="mailto:mfsanche@unicaja.es">mfsanche@unicaja.es</a>	952224260
Antonio G <sup>a</sup> Escobar	<a href="mailto:ajgescobar@comfia.ccoo.es">ajgescobar@comfia.ccoo.es</a>	679892599
Jose Antonio Ortiz	<a href="mailto:jortizlo@comfia.ccoo.es">jortizlo@comfia.ccoo.es</a>	956258007