

POSTURA AL VOLANTE PREVENCIÓN DE LOS TME* CONDUCCIÓN RESPONSABLE

* Trastornos Músculo Esqueléticos

1ª PARTE

FRAIKIN
ALQUILER - RENTING
DE VEHÍCULOS INDUSTRIALES

Octubre 2022

PROGRAMA DE PREVENCIÓN Y BUENAS PRÁCTICAS EN LA CONDUCCIÓN

Tu **postura** al conducir puede **prevenir lesiones** y mejorar el confort en la conducción.



El **respaldo** debe estar lo más **vertical posible**, para que la espalda mantenga siempre el **contacto** y así pueda descansar.



Regula también la **posición**, altura e inclinación del **asiento** para mayor comodidad.



Sube de manera correcta al vehículo, utilizando para ello las barras de soporte y las escaleras, para evitar tirones musculares.