

**La mejor postura que puedes tomar  
para evitar problemas de salud en el trabajo  
es la prevención.**

**Infórmate en [www.ugt.es](http://www.ugt.es)**

Con la Financiación de: AD-0013/2011



**FUNDACIÓN  
PARA LA  
PREVENCIÓN  
DE RIESGOS  
LABORALES**



**Tu Sindicato.**

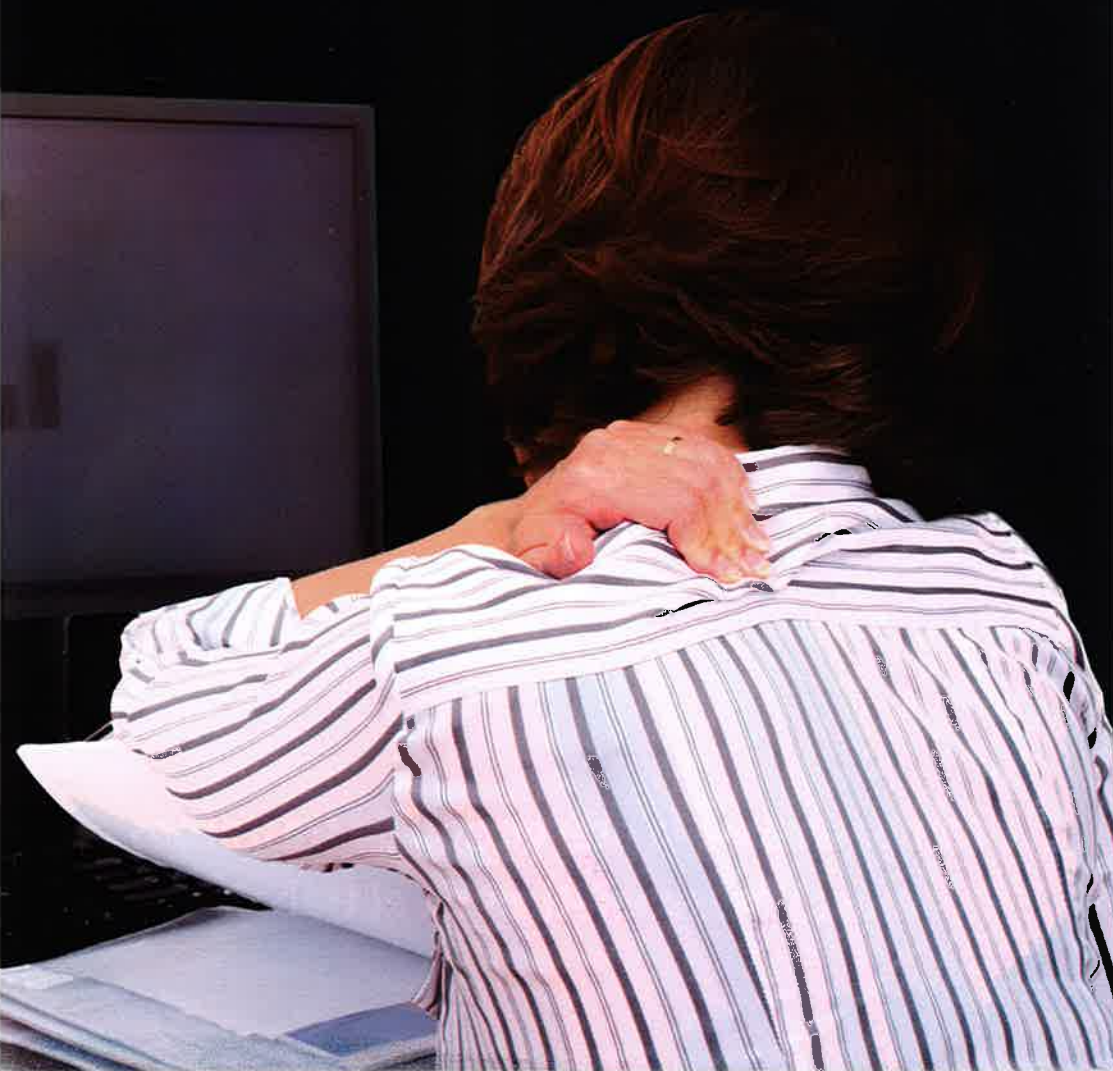
**Si leyera así durante  
un año acabaría  
padeciendo una lesión  
de cervicales.**

**Campaña para la prevención de trastornos  
músculo-esqueléticos en el trabajo.**

# La prevención, es la mejor postura.

La mayor parte de tu tiempo lo pasas en el trabajo. Una mala postura en el trabajo, repetida durante años, puede generar enfermedades crónicas más serias de lo que te imaginas.

Cada año, miles de trabajadores sufren las consecuencias derivadas de problemas músculo-esqueléticos y **la prevención es la única postura** que hay que tomar para evitarlos.



## Recuerda:

**PUEDES SUFRIR DAÑOS PSÍQUICOS Y FÍSICOS.  
NO TRABAJES EN CONDICIONES PELIGROSAS.  
DENUNCIA LOS FACTORES GENERADORES DE ESTRÉS.  
HABLA ANTES DE CONVERTIRTE EN UN "QUEMADO".  
LA VIOLENCIA EN EL TRABAJO EXISTE. DENÚNCIALA.  
NO TOLERES EL ACOSO LABORAL.**

**Infórmate en [www.ugt.es](http://www.ugt.es)**



**Tu Sindicato.**