

# HIGIENE POSTURAL PARA ALUMNOS DE IMAGEN PERSONAL, INFORMÁTICA Y ADMINISTRACIÓN



Raúl de Diego, doctor en Quiropráctica, impartió una charla titulada: EJERCICIOS Y CONSEJOS POSTURALES para concienciar a los alumnos sobre la importancia de la Ergonomía en su trabajo y la necesidad de adquirir hábitos posturales saludables. Con ello conseguiremos evitar enfermedades y daños a veces irreversibles derivados de las malas posiciones al desarrollar nuestro trabajo.

Cada sector de actividad tiene sus propios riesgos laborales y por lo tanto se han adaptado las charlas a las distintas familias profesionales haciendo hincapié en los ejercicios más convenientes en función de los trabajos propios de cada familia.

