



Al barrer o fregar el suelo:



- 1.** Mantén la espalda erguida.
- 2.** Asegúrate de que la longitud de la escoba o fregona es suficiente como para no flexionar la espalda.
- 3.** Efectúa movimientos solo con los brazos. Evita seguirlos con la cintura.
- 4.** Sostén el útil de trabajo con las muñecas lo más rectas posible.
- 5.** Utiliza calzado cerrado y antideslizante. Evitarás resbalones y caídas.