

MDS

DE BEM ♥
COM A VIDA



Evite LER/DORT — cuide dos seus punhos!

Movimentos repetitivos e postura incorreta podem causar dores e lesões sérias. Mas a prevenção está nas suas mãos!

Use a postura correta ao digitar ou manusear objetos, faça pausas para alongamento e utilize equipamentos ergonômicos sempre que possível. Proteger os pulsos é proteger sua saúde, sua produtividade e sua qualidade de vida.



Aponte a câmera
do celular para o
QR Code ou acesse:
debemcomavida
.mdsgroup.com.br