



**Asociación  
Provincial de  
Autoescuelas  
de Madrid**

Estimados compañeros:

Durante los días 8 y 9 de octubre, se han celebrado en Móstoles y Alcalá de Henares unas jornadas sobre higiene postural. A la misma han asistido unas 40 personas relacionadas con el sector pertenecientes a varias autoescuelas.

La jornada fue impartida por un compañero de profesión, que teniendo conocimiento de las tareas que tiene encomendado el personal de autoescuelas, hizo el curso eminentemente práctico tanto para el personal administrativo como docente, tanto en la versión de profesor de teórica como práctica.

En el curso se explicó la importancia que tiene para la salud de los trabajadores y para la economía de las empresas, al ser una de las enfermedades profesionales que más afectan a nuestra profesión, por la cantidad de horas que tenemos que pasar sentados en los vehículos y las posturas que en ellos tomamos.

La estructura del curso fue:

- Anatomía y trastornos músculo-esqueléticos.
- Prevención y tratamiento de estos trastornos.
- Técnicas de tratamiento.

Se vieron determinados ejercicios de relación, respiración y masaje que se pueden aplicar a nuestros profesionales.

Sin otro particular, recibe un cordial saludo



Fdo. Ricardo Cano Jiménez