

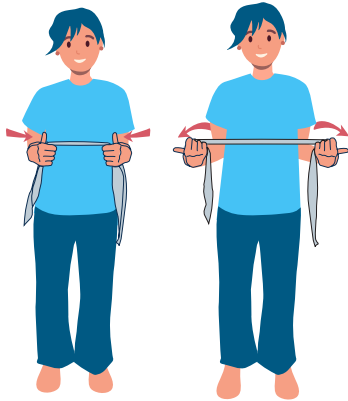


MEJORA
los TME

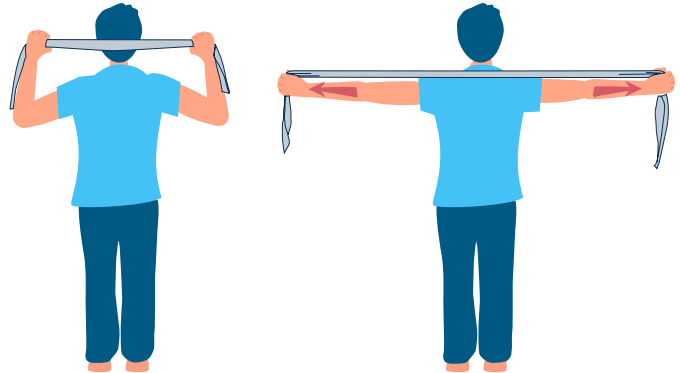
Ejercicios Dorsales

UNIÓN DE MUTUAS
Mutua Colaboradora con la Seguridad Social N.º 267

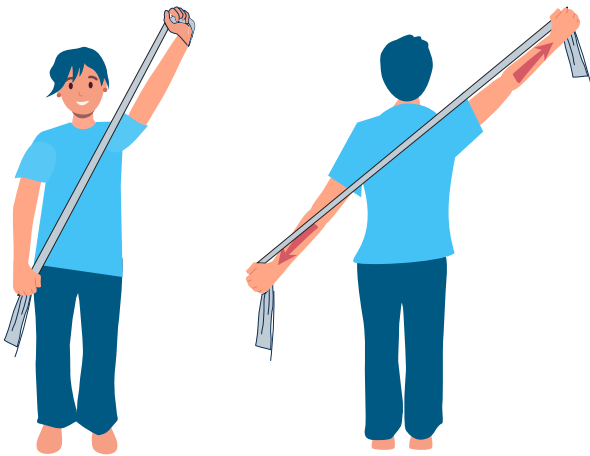
ROTACIÓN HOMBROS CON BANDA ELÁSTICA



ABRIR BRAZOS POR DETRÁS DE LA CABEZA CON BANDA ELÁSTICA



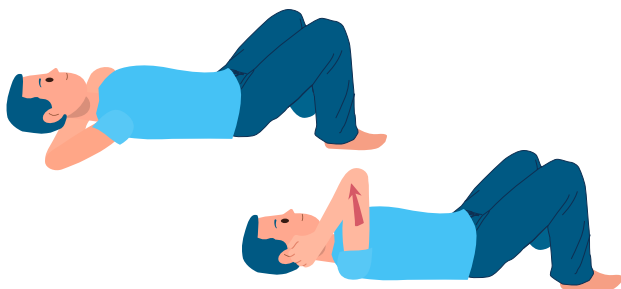
ESTIRAMIENTOS BRAZOS CON BANDA ELÁSTICA



ESTIRAMIENTOS BRAZOS A GATAS



LEVANTAMIENTO CODOS TUMBADO



GATO-VACA



CA-1275-ES/2026-01



Línea asistencial 24 h
900 100 692
Accede desde tu móvil



Área
Seguridad y Salud Laboral
de UNIÓN DE MUTUAS



Plan General de Actividades Preventivas de la Seguridad Social 2026