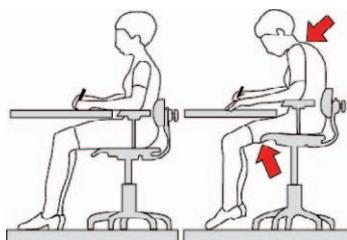


La función de un buen asiento es proporcionar un soporte estable al cuerpo, en una postura confortable y durante un período de tiempo razonable y apropiado para la actividad que se realiza, para ello:

- La altura del asiento debe regularse para permitir un ángulo muslo-pierna de 90° aproximadamente, permitiendo apoyar los pies en el suelo o en su caso en un apoyo externo a la silla.
- Si la silla esta dotada de regulación longitudinal del asiento, este debe situarse de modo que su profundidad sea inferior a la longitud del muslo. Así se permite usar eficazmente el respaldo sin que el borde de la silla presione la parte posterior de la pierna.
- La altura del respaldo debe regularse hasta situar la convexidad del mismo en la zona de apoyo lumbar de la espalda.
- Para evitar sobrecargas musculares en la espalda es aconsejable variar la inclinación del respaldo adecuándola al tipo de trabajo a realizar.
- Es muy importante elegir las ruedas adecuadas al suelo del puesto de trabajo. Deben ser de rodadura blanda para suelos duros o delicados como parquet, marmol o terrazo, y de rodadura dura para suelos de moqueta o alfombra.



## mantenimiento

Es necesario utilizar en la limpieza de cada tipo de material el producto adecuado.

### Tapicerías:

- Tejidos: Limpieza con espuma seca limpiando adecuadamente los restos de la misma.
- Nappel y plásticos: Paño humedecido con agua y jabón neutro.
- Pielés: Paño humedecido con agua y jabón neutro o producto específico de limpieza de pieles naturales de tapicería.

### Componentes:

- Maderas: Paño húmedo con agua (sólo si es necesario añadir jabón neutro).
- Plásticos: Paño húmedo.
- Metal pintado: Paño humedecido con productos alcalinos.
- Metal cromado o pulido: Abrillantador de metales.
- Ruedas: Es aconsejable mantener libre de residuos el eje de giro interior.

## IMPORTANTE

NO MANIPULAR  
EL CILINDRO DE AJUSTE  
DE ALTURA DEL ASIENTO