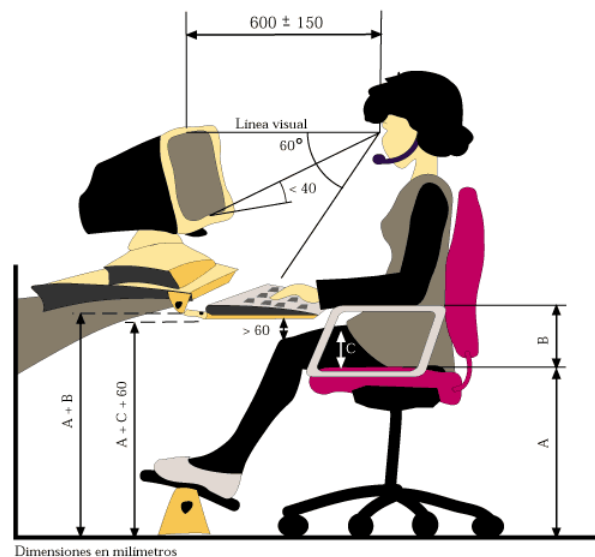


## Posición correcta para escribir a máquina

### Posición correcta para escribir a máquina

- La cabeza ligeramente inclinada a la derecha.
- Hombros sueltos, un poco inclinados hacia adelante.
- Tronco erguido y apoyado al respaldo de la silla.
- Los brazos colgando con naturalidad con la misma inclinación del teclado.
- Codos a nivel de la mesa, un poco separados del cuerpo.
- Vista fija en la copia.
- Dedos curvados sobre el teclado guía.
- Las muñecas a corta distancia, sin tocar la base de la máquina
- Texto al lado derecho de la máquina
- El área de trabajo limpia de artículos innecesarios.
- Sus pies firmes en el piso, uno ligeramente adelante del otro.





*Postura de referencia para el trabajo*

## Posición correcta del cuerpo

El estudiante o la persona que se sienta a trabajar en una máquina de escribir o una computadora, debe hacerlo correctamente, tal como se ilustra. La posición del cuerpo al escribir tiene su técnica y si no se pone en práctica desde el inicio, no se podrá desarrollar la eficiencia que se desea de todo buen mecanógrafo.

Acostúmbrese a mantener su área de trabajo limpia de artículos innecesarios. Sólo debe tener en ella su texto, el cartapacio con suficientes hojas y cualquier otro material que su profesor le indique.

