Ergonomic Breaks, Rest Periods, and Stretches Fallen Phrases – Spanish

L					A		S						G							A				Y				N	
							N								P	R				C			V				D		
							B			A	D				Y														
				A						N		D						I		N	E		.						
	S			R					N			S			U			E	N		A	Y		D					
		L	E	N		A	R			N		E	S																
R				J		R	S												A	S			A		S		S	.	

					M			I									D								R					
	E	S			R	A		A	S							E	L		R			S			U	A				
	A	L	A		T	E		E	J		E	R	R		D	Ó	M		O		A	U	A	U	L	R	A			
D	E	A	A	T	A	I		A	A	D	T	O	E	O	N	E	A	D	U		D	I	A	I	A	D	L			
C	A	T	P	U	A	M	I	T	A	T	O	R	A	N	L	E	S	L	C	E	S	B	C	I	O	A	Y	A		
E	A	L	I	P	R	U	C	E	Ó	R	U	L	A	P	T	E	O	I	T	R	T	P	U	J	D	O	S	A	A	

Respuesta:

Las pausas ergonómicas ayudan a aumentar la productividad del trabajador y a reducir la aparición de lesiones. Los estiramientos pueden ayudar a calentar antes del trabajo y a relajarse durante las pausas.