

SKĄD DOLEGLIWOŚCI BÓLOWE U MŁODYCH PRACOWNIKÓW UMYSŁOWYCH?

Ministerstwo Rodziny,
Pracy i Polityki Społecznej

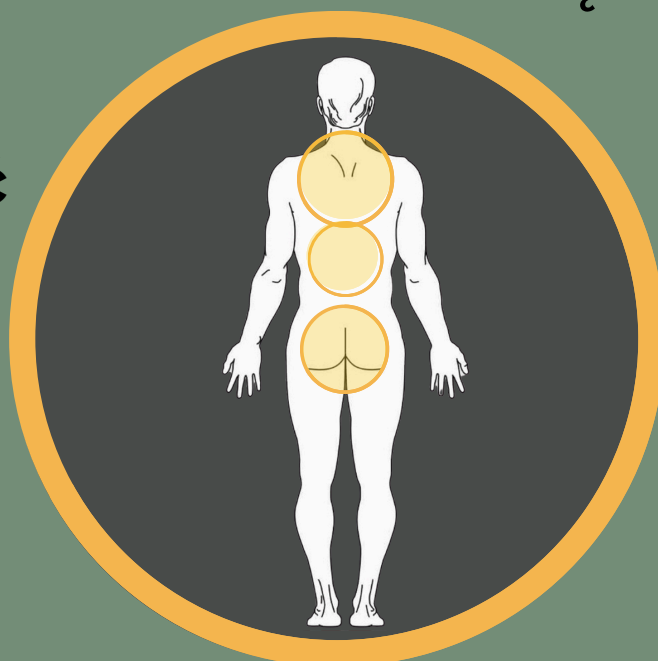
CIOP  PIB

 NPZ
NARODOWY PROGRAM ZDROWIA

„Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia
na lata 2021- 2025, finansowane przez Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej”.

NAJBARDZIEJ OBOLAŁE CZĘŚCI CIAŁA

GÓRNA CZĘŚĆ
PLECÓW
52,6%



KARK I SZYJA
62,2%

DOLNA CZĘŚĆ
PLECÓW
58,7%

SIEDZIMY WIECEJ NIŻ NAM SIĘ WYDAJE !!!



PRZESTRZEŃ BIUROWA NIE UŁATWIA



JEDYNNIE
22,7%

POSIADA REGULOWANE
BIURKO

BRAK AKTYWNOŚCI W PRACY I W CZASIE WOLNYM

71,2% OSÓB
W PRZERWIE SIEDZI

32,2% MA MAŁĄ AKTYWNOŚĆ
52,5% MA UMIARKOWANĄ
AKTYWNOŚĆ



38%
MA NADWAGĘ
LUB OTYŁOŚĆ

NADMIERNY STRES



STRES TWORZY
SZCZEGÓLNY ZWIĄZEK
Z PRZEWLEKŁYMI
BÓLAMI KARKU, SZYI
ORAZ RAMION