

Paso a Paso: Andadera a la Medida

Andadera a la Medida. Parado recto, coloca la andadera directamente enfrente de ti.

Determina la altura necesaria de las manijas asegurándote que se alineen con tus muñecas.

Ajusta cada pata de la andadera a medida igual a la altura necesaria de las manijas.

Asegúrate que tienes los brazos ligeramente doblados cuando estés de pie sosteniendo las manijas de la andadera.

El contenido de éste sitio web/video es únicamente informativo. Nada contenido en éste sitio web/video pretende sustituir al consejo médico, diagnóstico o tratamiento. Si tienes alguna preocupación o duda relacionada con tu salud, debes buscar consejo de tu doctor o profesionales médicos calificados. Nunca debes ignorar la importancia del consejo médico debido a algo que hayas visto o leído en este sitio web/video. Nunca debes retrasar tratamiento a consejo médico para una condición de salud debido a algo que hayas visto o leído en este sitio web/video.