



Soluciones Ergonómicas

**Fellowes**

para mejorar tu bienestar en el trabajo

# Nuestro objetivo es ayudar a los empleados a mejorar *su* ***Bienestar***

Hola,  
Soy el Coach del Bienestar  
en el trabajo de Fellowes.

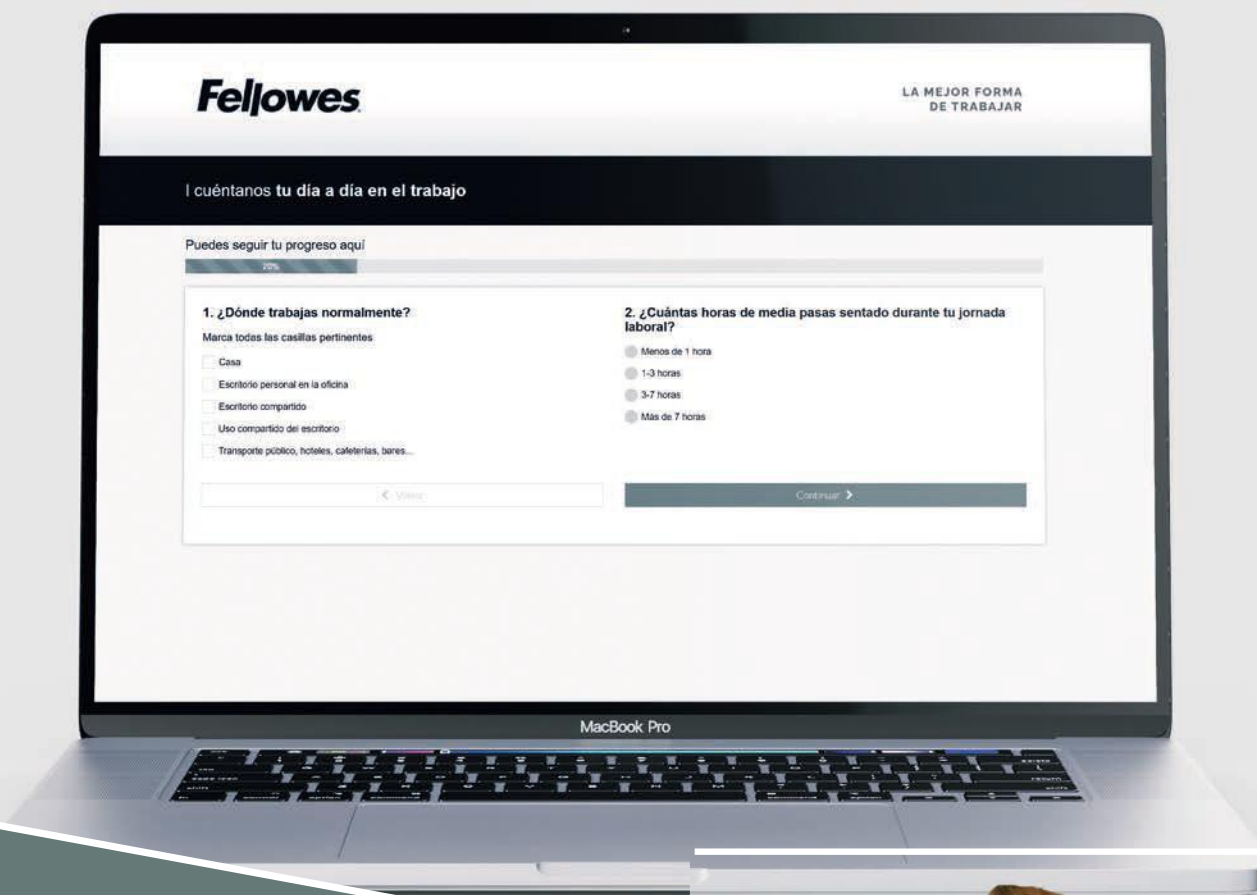
Como experto en bienestar en el trabajo, me interesa especialmente la ergonomía en el puesto de trabajo.

El trabajo ha cambiado mucho en los últimos años, y con los nuevos estilos de trabajo, ahora es más importante que nunca prestar más atención a tu entorno laboral.

Conciliar correctamente la vida laboral y personal consiste en ser feliz y tener éxito tanto en el trabajo como fuera de él.

A través de estas páginas, descubrirás la importancia de **las mejores prácticas ergonómicas saludables**. Y el papel que desempeña para ser más feliz y productivo.





## Realiza **GRATIS** una evaluación del puesto de trabajo saludable.

Desarrollada en colaboración con ergónomos, la Evaluación del puesto de trabajo de Fellowes es una herramienta online gratuita para **mejorar tu forma de trabajar en sólo 5 minutos.**

Haz tu evaluación **GRATUITA**



ESCANÉAME



# Ergonomía:

## *Cuidado personal para tu puesto de trabajo*

Al diseñar tareas, puestos de trabajo y herramientas que se ajusten a las necesidades y capacidades de los trabajadores, las prácticas ergonómicas ayudan a prevenir lesiones, mejorar la eficiencia y promover el bienestar a largo plazo.

### He aquí por qué es importante:

#### 1. Prevención de lesiones laborales

El trabajo ergonómico es clave para reducir el riesgo de trastornos musculoesqueléticos (TME), que son una de las principales causas de baja laboral. Estas lesiones, que afectan a músculos, tendones y nervios, suelen ser consecuencia de una mala postura, tareas repetitivas o puestos de trabajo mal diseñados.

Problemas comunes como el dolor de espalda, el síndrome del túnel carpiano y la tensión cervical pueden evitarse aplicando prácticas ergonómicas. **Una altura de escritorio adecuada, una posición correcta de la pantalla, el ratón y el teclado, y soluciones de apoyo para sentarse**, pueden ayudar a los trabajadores a mantener una mejor postura y evitar tensiones.

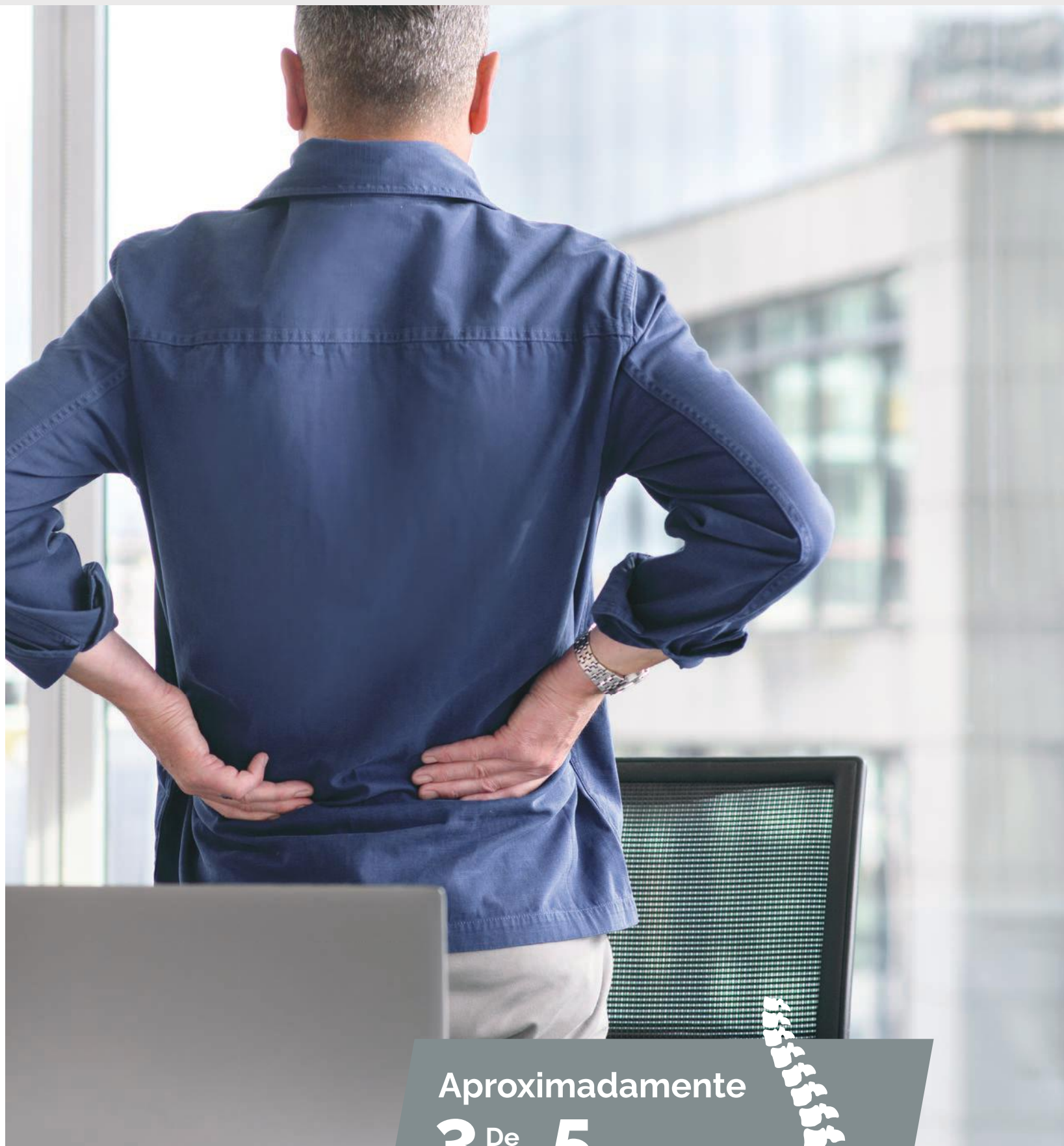
**Intervenciones ergonómicas eficaces en la oficina por término medio reduce los TME en un\*.**

**61%**

**y reducen la pérdida de días de trabajo en un**

**88%**

\* Fuente: Office ergonomics - Chartered Institute of Ergonomics & Human Factors



Aproximadamente

**3** De cada **5**

trabajadores de la  
UE-28 informan de  
quejas TME

\* osha.europa.eu



**2. Mayor comodidad y satisfacción en el trabajo**

Un espacio de trabajo ergonómico bien diseñado produce una mayor comodidad, que a su vez mejora la satisfacción en el trabajo. Cuando los trabajadores se sienten físicamente cómodos, es más probable que permanezcan concentrados y comprometidos, lo que se traduce en un mejor rendimiento. La ergonomía minimiza las molestias, reduce la fatiga y permite a los trabajadores concentrarse en sus tareas en lugar de en los dolores y molestias causados por malas posturas o condiciones de trabajo incómodas.



**3. Aumenta la productividad y la eficiencia**

La ergonomía desempeña un papel importante en la mejora de la productividad. Cuando los empleados trabajan en un entorno diseñado para su comodidad y facilidad, generalmente completan las tareas más rápido y con mayor precisión.

Los diseños ergonómicos de las oficinas podrían aumentar la productividad hasta un \*

**40%**

**4. Reduce la fatiga y mejora los niveles de energía**

En un entorno en el que los trabajadores se estiran, retuercen o esfuerzan constantemente para alcanzar objetos y herramientas de trabajo, la fatiga puede aparecer rápidamente, lo que reduce el rendimiento. Una ergonomía adecuada garantiza que el cuerpo funcione con eficacia, permitiendo a los empleados mantener niveles de energía más altos a lo largo del día.



El **50%** de los encuestados dijeron que "siempre" o "a menudo" se sienten agotados, estresados o agobiados.\*

\* Advancing workforce wellbeing - Deloitte Insights

**5. Se adapta a las distintas necesidades**

Cada persona es diferente en cuanto a altura, tamaño, edad y capacidad física. El trabajo ergonómico reconoce estas diferencias y fomenta la adaptabilidad. Las mesas de altura regulable, los monitores y los accesorios de escritorio garantizan que diversos usuarios puedan trabajar cómodamente independientemente de sus características físicas. Esta inclusividad hace que los espacios de trabajo sean más accesibles y acogedores para una plantilla diversa.



Un espacio de trabajo ergonómico puede reducir la rotación de personal un **87%**

\* Office ergonomics - Chartered Institute of Ergonomics & Human Factors

**6. Fomenta un entorno de trabajo seguro**

Una ergonomía adecuada reduce la probabilidad de accidentes causados por esfuerzos repetitivos, sobreesfuerzos o malas posturas. Una cultura de seguridad no sólo protege a los trabajadores, sino que también fomenta el sentido del cuidado y la responsabilidad lo que puede levantar la moral y contribuir a una aptitud positiva en el lugar de trabajo.



# Una evaluación del puesto de trabajo *es un requisito legal*

La normativa europea sobre evaluación del puesto de trabajo con equipos de pantalla de visualización (PVD) está diseñada para proteger a los empleados que trabajan habitualmente con pantallas de visualización (como monitores de ordenador) de los riesgos para la salud asociados al uso prolongado de dichos equipos. Esta normativa se basa en la Directiva Europea 90/270/CEE, que establece los requisitos mínimos de seguridad y salud para el trabajo con equipos de pantalla de visualización.

Los empresarios deben realizar evaluaciones periódicas de los riesgos de los puestos de trabajo (PVD) para garantizar que los equipos de trabajo son seguros y cumplen las normas ergonómicas. Estas evaluaciones implican valorar factores como la posición de las sillas, la colocación de las pantallas, la iluminación y la postura general de trabajo. Si se detectan riesgos, deben aplicarse medidas correctoras.

La normativa sobre evaluación del puesto de trabajo con equipos de pantalla de visualización (PVD) se inscribe en el marco más amplio de la normativa sobre salud y seguridad (equipos de pantalla de visualización) de 1992. Estas normativas están diseñadas para proteger a los trabajadores de los riesgos asociados al uso de equipos de pantallas de visualización durante periodos prolongados.

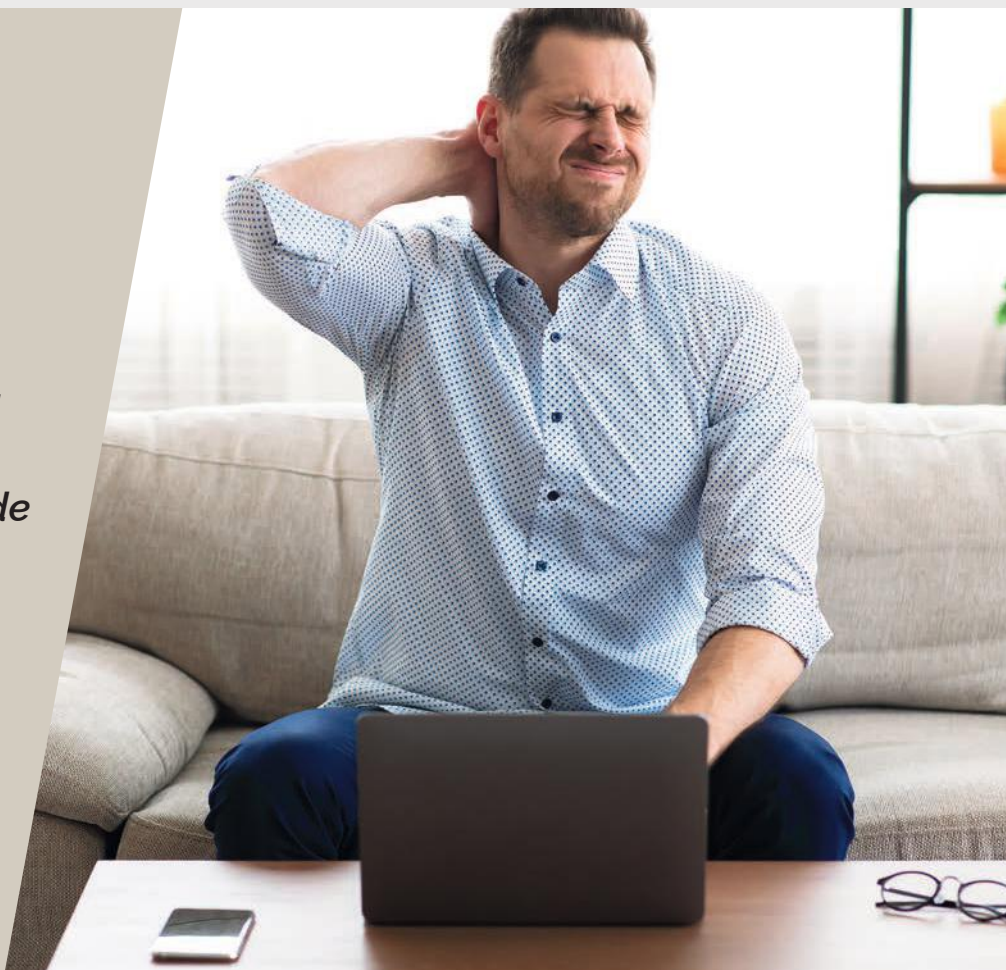
La normativa pretende evitar problemas como los **trastornos musculoesqueléticos (TME), la fatiga visual y el cansancio** que pueden derivarse de una mala configuración del puesto de trabajo. Los empresarios deben realizar evaluaciones de los riesgos de los puestos de trabajo para los empleados que los utilicen regularmente durante una hora o más al día como parte de su trabajo. Estas evaluaciones deben:

- Identificar los riesgos potenciales de una configuración o uso inadecuados;
- Garantizar el cumplimiento de las normas ergonómicas.
- Revisar cuando se produzcan cambios significativos, como un cambio de equipo, la reubicación del puesto de trabajo o el desarrollo de una enfermedad por parte del usuario.



Con el aumento del teletrabajo, la **normativa (PVD) se ha ampliado para cubrir los puestos de trabajo domésticos.**

Los empresarios son responsables de garantizar que las personas que teletrabajan tengan las mismas condiciones ergonómicas que los que trabajan en la oficina, lo que incluye proporcionar orientación y apoyo sobre cómo configurar los puestos de trabajo en casa.



## Ejecución y responsabilidades

Los empresarios están legalmente obligados a cumplir la normativa sobre (PVD). No hacerlo puede acarrear **sanciones, incluidas multas**. Los empleados también tienen la responsabilidad de seguir las orientaciones proporcionadas e informar de cualquier problema relacionado con su puesto de trabajo (PVD) **Las responsabilidades incluyen:**

**1**

Realizar evaluaciones de los puestos de trabajo (PVD) para todos los empleados.

**2**

Garantizar la configuración ergonómica del puesto de trabajo (sillas ajustables, altura del monitor, etc.)

**3**

Proporcionar descansos regulares o cambios de tarea para evitar el uso prolongado de la pantalla.

**4**

Promoción de pruebas oftalmológicas gratuitas y lentes correctoras en caso necesario.

**5**

Impartir formación sobre seguridad, uso y configuración del (PVD).

**6**

Garantizar que los trabajadores a distancia tengan una configuración ergonómica adecuada.

# Estos son sólo algunos de los beneficios que puedes esperar al invertir en nuestras soluciones:

## Certificación ergonómica

Todas las soluciones ergonómicas de Fellowes han sido sometidas a pruebas independientes para comprobar que cumplen los requisitos ergonómicos establecidos en la legislación europea sobre salud y seguridad: ISO 9241-5.

Además, una serie de nuestras soluciones de primera calidad han sido galardonadas con el **premio a la Excelencia Ergonómica de FIRA International**, que reconoce los productos que tienen más probabilidades de mejorar la eficacia, la productividad y el bienestar del usuario.



## Características ergonómicas totalmente ajustables

Todos nuestros productos pueden ajustarse en altura o ángulo, lo que garantiza que se adapten a una amplia gama de usuarios.

## Tendencias de trabajo

Todos nuestros productos se han diseñado para incluir una serie de características, como diseños compactos, asas de transporte integradas y opciones de almacenamiento, para adaptarse a cualquier espacio de trabajo.

## Protección antimicrobiana

Una selección de nuestros productos incorporan la protección Microban® que **combaten el crecimiento de bacterias nocivas durante toda la vida útil del producto.**





**5 años de garantía**

Todos los accesorios ergonómicos de Fellowes están diseñados por expertos y están fabricados para durar. Por eso confiamos en ofrecer una **garantía de 5 años**.



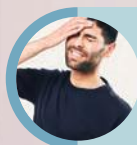
**Amigos del planeta.**

Estamos aumentando los atributos sostenibles de nuestras soluciones ergonómicas. Los productos de nuestra gama están fabricados con contenido reciclado o son 100% reciclables. Todos los productos nuevos cuentan con **embalajes sin plástico** y son **100% reciclables**.

## Las 4 zonas ergonómicas de Fellowes®



**ZONA 3**  
ALIVIA LA TENSION  
EN EL CUELLO



**ZONA 4**  
REDUCE LA  
INACTIVIDAD



# Así es como funciona

En base a la normativa ergonómica europea, el Enfoque de las **4 Zonas de Fellowes** desglosa los principales aspectos del puesto de trabajo en 4 secciones llamadas "Zonas".

Cada Zona ofrece consejos y recomendaciones de productos sobre cómo trabajar ergonómicamente para crear un puesto de trabajo más saludable y confortable.



**ZONA 1**  
EVITA LA TENSIÓN  
EN LA ESPALDA



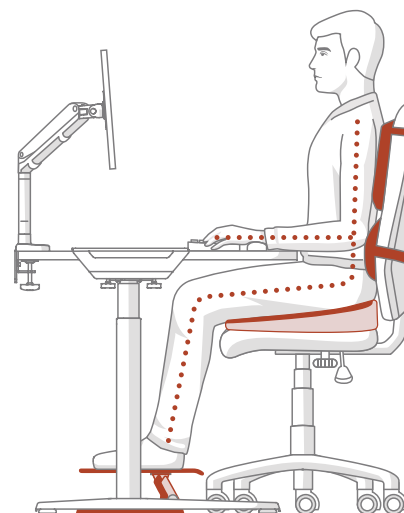
**ZONA 2**  
EVITA LA PRESIÓN  
EN LAS MUÑECAS



# ZONA 1

EVITA LA TENSION  
EN LA ESPALDA

**Estar sentado durante mucho tiempo sin un apoyo adecuado puede provocar mala circulación y dolor de espalda.** La Zona 1 se centra en soluciones como reposapiés, cojines de asiento y respaldos lumbar para ayudarte a conseguir la postura correcta mientras estás sentado, las dolencias más comunes entre los trabajadores de oficina.



# 60%

de los trabajadores han sufrido dolores o molestias en la espalda mientras trabajaban en su puesto de trabajo\*

\* Estudio de Fellowes sobre la trabajadora del futuro 2019



## Fellowes

### Reposapiés Breyta™

- 100% reciclable
- Movimiento de balanceo opcional
- Asa de transporte integrada y almacenamiento de patas para un fácil transporte.
- Ajustes de altura: 3 (7,9, 11,6, 12,6 cm)
- Tamaño de la plataforma: 49 x 36 cm

Ref. 100016562 - Negro

Ref. 100016563 - Blanco

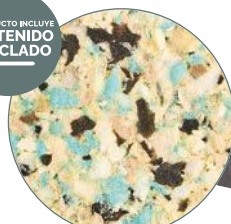
## Fellowes

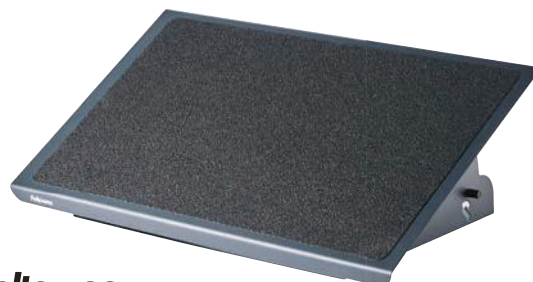
### Reposapiés en Espuma Breyta™

- Ideal para el teletrabajo con opción estática y basculante
- Espuma fabricada con un 93% de contenido reciclado
- Funda de tela fabricada con un 100% de contenido reciclado posconsumo
- Ajustes de altura: 1 (10 cm)
- Tamaño de la plataforma: 30 x 45 cm

Ref. 100119851

EL PRODUCTO INCLUYE  
CONTENIDO  
RECICLADO





## Fellowes

### Reposapiés Hana™ LT

- Se mueve libremente hacia arriba y hacia abajo dentro de 2 rangos de altura
- Plataforma basculante para favorecer el movimiento
- Ajustes de altura: 2 (12 - 17,5cm y 17,8 - 21,8 cm)
- Tamaño de la plataforma: 35 x 45 cm

Ref. 100016998 - Negro

Ref. 100016999 - Blanco

## Fellowes

### Reposapiés Metálico Professional Series

- Movimiento de balanceo o estático
- Plataforma antideslizante
- Ajustes de altura: 3 (10,5, 12, 13,5 cm)
- Tamaño de la plataforma: 56 x 35 cm

Ref. 8064101



## Fellowes

### Reposapiés con Microban® Office Suites™

- Protección antimicrobiana Microban®
- Opción basculante o estático
- Ajustes de altura: 3 (10,8, 12,7, 14,6 cm)
- Tamaño de la plataforma: 44,5 x 34,4 cm

Ref. 8035001



## Fellowes

### Reposapiés Energizer™

- Texturas de masaje inspiradas en el mapeo reflexológico
- Movimiento oscilante para estimular el movimiento
- Ajustes de altura: 3 (10, 13,5, 16,5 cm)
- Tamaño de la plataforma: 45 x 33 cm

Ref. 8068001



## Fellowes

### Reposapiés Professional Series Ultimate™

- Superficie texturizada para mejorar el agarre
- Movimiento de balanceo intuitivo para fomentar el movimiento
- Ajustes de altura: 3 (10, 13,5, 16,5 cm)
- Tamaño de la plataforma: 45 x 33 cm

Ref. 8067001



## Fellowes

### Reposapiés Smart Suites™

- Movimiento oscilante para estimular el movimiento
- Basta con darle la vuelta para cambiar de altura
- Ajustes de altura: 2 (6,5, 9,5 cm)
- Tamaño de la plataforma: 49 x 30 cm

Ref. 8023901



## Fellowes

### Reposapiés Refresh™

- Fabricado con un 99% de contenido reciclado posconsumo
- Plataforma ventilada para favorecer la circulación del aire
- Ajustes de altura: 2 (9,5, 13,5 cm)
- Tamaño de la plataforma: 45 x 33 cm

Ref. 8066001



## Fellowes

### Reposapiés ajustable estándar™

- Fabricado con un 99% de contenido reciclado postconsumo
- Ajustes de altura: 2 (8,5, 10,5 cm)
- Tamaño de la plataforma: 42,5 x 30 cm

Ref. 130029



EL PRODUCTO INCLUYE  
CONTENIDO  
RECICLADO



### Fellowes

#### Cojín de asiento en cuña Breyta™

- Diseño en cuña para un correcto posicionamiento pélvico
- Discreto recorte de coxis
- Asa de transporte incorporada
- Espuma fabricada con un 93% de contenido reciclado posconsumo
- Funda de tela fabricada con contenido reciclado 100% posconsumo

Ref. 100119849



EL PRODUCTO INCLUYE  
CONTENIDO  
RECICLADO



### Fellowes

#### Cojín de asiento Comfort Breyta™

- La doble densidad de la espuma proporciona comodidad y apoyo
- Discreto recorte de coxis
- Asa de transporte incorporada
- Espuma de la capa base fabricada con un 93% de contenido reciclado posconsumo
- La espuma de la capa superior contiene contenido reciclado posconsumo
- Funda de tela fabricada con contenido reciclado 100% posconsumo

Ref. 100119850



EL PRODUCTO INCLUYE  
CONTENIDO  
RECICLADO

### Fellowes

#### Respaldo Comfort Breyta™

- Respaldo completo
- Asa de transporte incorporada
- La espuma contiene contenido reciclado posconsumo
- Funda de tela fabricada con contenido reciclado 100% posconsumo

Ref. 100119852



EL PRODUCTO INCLUYE  
CONTENIDO  
RECICLADO

### Fellowes

#### Cojín lumbar Breyta™

- Cojín de apoyo lumbar específico
- Diseño compacto para facilitar el transporte
- La espuma contiene contenido reciclado posconsumo
- Funda de tela fabricada con contenido reciclado 100% posconsumo

Ref. 100119853



**Fellows**

**Respaldo Angel™**

- El distintivo diseño de ala independiente se amolda a tu espalda
- 7 ajustes de altura diferentes

Ref. 8026401

MICROBAN 



**Fellows**

**Cojín Lumbar Professional Series**

- Diseño exclusivo para apoyar la espalda y la región lumbar
- Protección antimicrobiana Microban®
- El diseño Tri-Tachment™ mantiene el cojín firmemente en su sitio

8041801



**Fellows**

**Respaldo Mesh Professional Series**

- Espuma viscoelástica ajustable apoyo lumbar
- El tejido de malla permite la circulación del aire

Ref. 8029901



**Fellows**

**Respaldo Mesh Office Suites™**

- Se adapta suavemente a tu cuerpo para un soporte uniforme
- Tejido de malla para una comodidad personal

Ref. 9191301



**Fellows**

**Cojín Lumbar I-Spire Series™**

- Cojín de apoyo lumbar específico
- Correa ajustable para facilitar la instalación

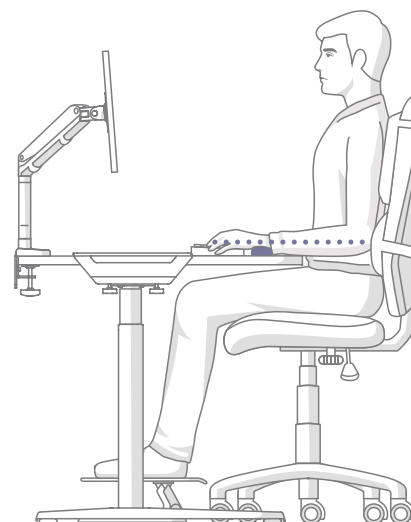
Ref. 8042201



## ZONA 2

EVITA LA PRESIÓN  
EN LAS MUÑECAS

**Escribir en un teclado o utilizar el ratón puede causarte dolor y molestias en las manos, las muñecas, los brazos y los hombros.** Un reposamuñecas o un ratón vertical pueden ayudarte a conseguir la posición correcta al teclear o utilizar el ratón.



# 27%

de los trabajadores han sufrido dolores de muñeca en su puesto de trabajo\*

\* Estudio de Fellowes sobre la trabajadora del futuro 2019



### Fellowes

#### Ratón Vertical Ambidiestro Penguin®

- Protección antimicrobiana BioCote®
- Inalámbrico (receptor USB o Bluetooth)
- Válido tanto para diestros como para zurdos. Base de fácil deslizamiento.

Ref. 9894901 - Pequeño

Ref. 9894701 - Mediano

Ref. 9894501 - Grande



### Fellowes

#### Reposamuñecas Foam con canal Ergonómico Health-V™

- El canal Health-V™ alivia la presión de la muñeca
- Protección antimicrobiana Microban®
- Fabricado con suave espuma que proporciona una excepcional comodidad

Negro	
9181201	Alfombrilla con reposamuñecas
9182801	Teclado

### Fellowes

#### Reposamuñecas Premium Gel

- Altura y ángulo ajustable hasta 10mm de inclinación
- Apoyo de gel calmante

Gris	
9374001	Alfombrilla con reposamuñecas
9374201	Teclado



**Fellowes**  
**Reposamuñecas Plush Touch™**

- Protección antimicrobiana Microban®
- Tecnología FoamFusion™ - La combinación de gel y espuma de alta densidad proporcionan un confort superior a tus muñecas

Negro	Azul	
9252003	9287302	Alfombrilla ratón
9252103	9287402	Para teclado



**Fellowes**  
**Reposamuñecas Photo™ Gel**

- Protección antimicrobiana Microban®
- Redistribuye los puntos de presión para un apoyo más relajante.

Negro / Blanco	
9653401	Alfombrilla ratón
9653601	Para teclado



**Fellowes**  
**Reposamuñecas de Gel Crystals™**

- Soporte de gel calmante

Negro	Azul	Violeta	
9112101	91141	91441	Alfombrilla ratón
9112201	9113709	9143703	Para teclado
9112301	91177-72	91477-72	Mini reposamuñecas



**Fellowes**  
**Reposamuñecas de espuma Memory Foam**

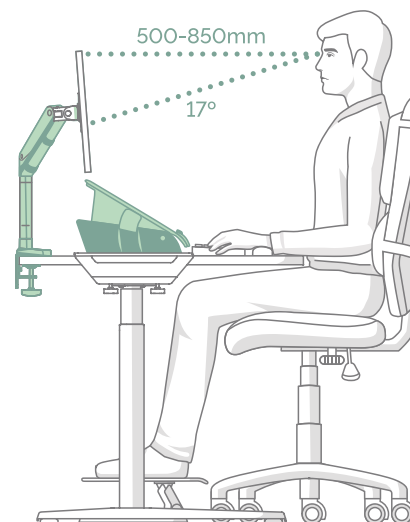
- Suave espuma viscoelástica que se adapta a tu muñeca
- Redistribuye los puntos de presión para un apoyo más relajante

Negro	Azul	Gris	
9176501	9172801	9175801	Alfombrilla ratón
9178201	9178401	-	Para teclado

## ZONA 3

ALIVIA LA TENSIÓN  
EN EL CUELLO

**Inclinarse hacia delante e inclinar la cabeza hacia arriba o hacia abajo para ver la pantalla o los documentos puede sobrecargar el cuello y la espalda.** Los elevadores para monitor/portátil, los brazos para monitor y los soportes para documentos pueden elevar tu pantalla y documentos hasta una posición de visión cómoda.



Utilízalo siempre con un teclado y ratón externos.



### Fellows Elevador para portátil Breyta™

- 12 ajustes de altura fáciles de regular con las patas delanteras desplegadas para optimizar la posición de la pantalla en cualquier portátil de hasta 15,6"
- Se pliega para poder ser transportable

Ref 100016558 - Negro  
Ref 100016559 - Blanco





**Fellowes**

**Maletín y elevador para portátil Breyta™**

- 2 en 1 - maletín para guardar y transportar el portátil con elevador integrado
- Dispone de 5 ajustes de altura, un candado y una llave para mantener a recaudo el contenido

Ref. 100016564 - Negro

Ref. 100016565 - Blanco



Incluye **GRATIS**

FUNDA PARA PORTÁTIL  
\*Funda del portátil no reciclable



**Fellowes**

**Elevador para portátil Hana™ LT**

- Múltiples configuraciones en altura
- Tope frontal para evitar la caída del portátil

Ref. 100016994 - Negro

Ref. 100016995 - Blanco



**Fellowes**

**Elevador para portátil Professional Series**

- 9 ajustes de altura y ángulo ajustable de 0° a 64°
- Puertos USB y portadocumentos integrados

Ref. 8024602



**Fellowes**

**Elevador para portátil Alumia™**

- 6 ajustes de altura
- Se pliega completamente

Ref. 100138868 - Negro

Ref. 100138867 - Plata



**NOVEDAD**



**Fellowes**

**Elevador para portátil Office Suites™ Plus**

- 6 ajustes de altura
- Patas giratorias para facilitar el acceso a los cables y portadocumentos integrado

Ref. 8036701



**Fellowes**

**Elevador para portátil Office Suites™**

- 6 ajustes de altura
- Tope frontal para evitar la caída del portátil

Ref. 80320



**Fellowes**

**Elevador para portátil Designer Suites™**

- Ajustable a alturas: 8.8 - 18.4 cm
- Aberturas para evitar el sobrecalentamiento del portátil

Ref. 8038401



**Fellowes**

**Elevador para portátil Spire™ Series**

- Se pliega para guardarlo fácilmente
- Ajustable a 7 ángulos diferentes

Ref. 8212001 - Negro

Ref. 8210101 - Blanco



En un estudio realizado por Fellowes entre trabajadores de oficina:

**48%**

Sufren dolor de cuello\*

**51%**

Sufren fatiga visual\*

**56%**

Sufren dolores de cabeza\*



\*Estudio de Fellowes sobre la trabajadora del futuro 2019



**Fellowes**

**Elevador para monitor Breyta™**

- Soporte para móvil incorporado con acceso al cable de carga
- 3 ajustes de altura (8,2, 11,6, 15,1 cm)

Ref. 100016560 - Negro

Ref. 100016561 - Blanco



**Fellowes**

**Elevador para monitor Hana LT™**

- Diseño de pantalla ancha
- 3 ajustes de altura (10,2, 12,7, 15,3 cm)

Ref. 100016996 - Negro

Ref. 100016997 - Blanco



**Fellowes**

**Elevador para monitor Premium Plus**

- Bandeja de almacenamiento y portadocumentos incorporados
- 3 ajustes de altura (11,5, 13,5, 16,5 cm)

Ref. 9169501 - Grafito

Ref. 91713 - Platino



**Fellowes**

**Elevador para monitor Office Suites™**

- Bandeja de almacenamiento incorporada
- 5 ajustes de altura (10,7, 12, 13,3, 14,6, 15,9cm)

Ref. 8031101



**Fellowes**

**Elevador para monitor Smart Suites™ Plus**

- Estante de almacenamiento incorporado y compartimentos laterales
- Diseño triangular que permite un puesto de trabajo despejado
- 3 ajustes de altura (10, 11,5, 13cm)

Ref. 8020801



**Fellowes**

**Elevador para monitor Premium**

- Patas apilables fáciles de usar y estante de almacenamiento incorporado
- 5 ajustes de altura (6,5, 8,5, 11,5, 13,5, 16,5cm)

Ref. 9169401 - Grafito

Ref. 91717 - Platino



**Fellowes**

**Elevador giratorio para monitor**

- Gira 45° para trabajar en colaboración
- 3 ajustes de altura (9, 10, 12 cm)

Ref. 91450



**Fellowes**

**Elevador para monitor Designer Suites™**

- Bandeja de almacenamiento incorporada
- 3 ajustes de altura (11, 13, 15 cm)

Ref. 8038101



**Fellowes**

**Elevador para monitor Smart Suites™**

- Diseñado para escritorios en esquina
- 3 ajustes de altura (10, 11,5, 13cm)

Ref. 8020101



**Fellowes**

**Elevador para monitor estándar**

- Fácil ajuste de la altura de apilado
- 3 ajustes de altura (5, 7, 10 cm)

Ref. 9169301 - Grafito

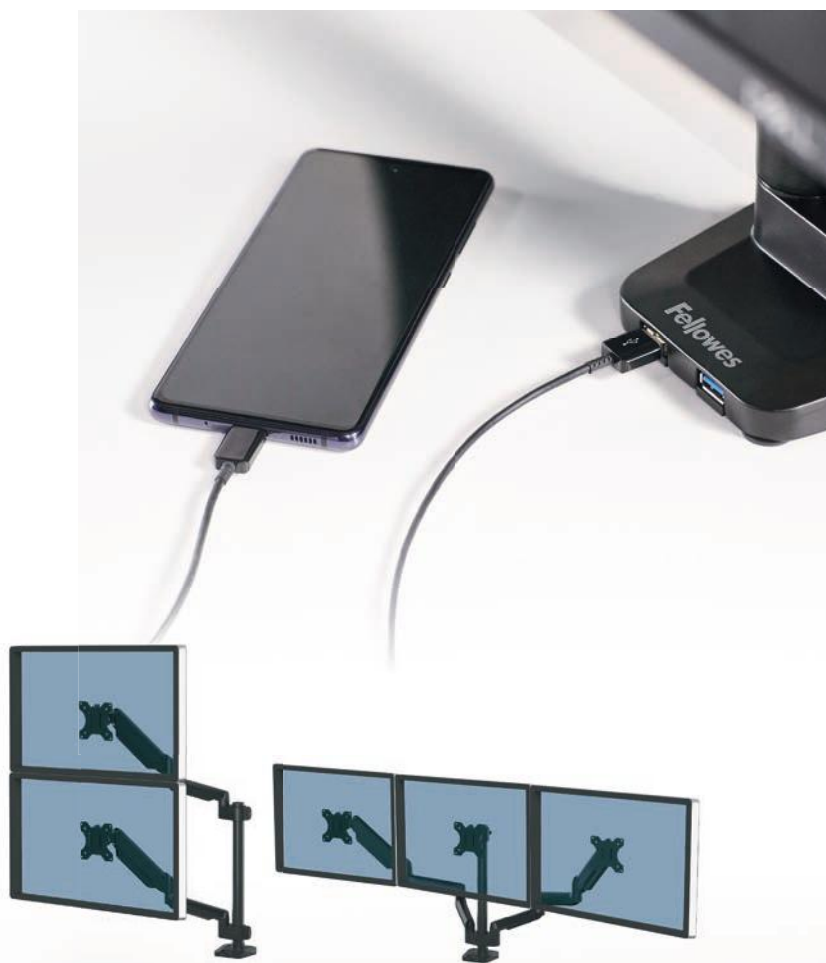
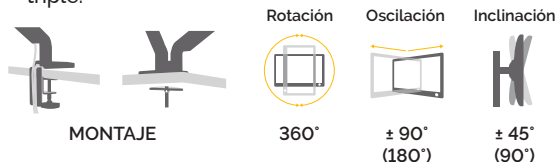
Ref. 91712 - Platino



## Fellowes

### Brazos para monitor Platinum Series

- Brazos para monitor ajustables totalmente independientes con una innovadora tecnología de muelle a gas que proporciona un ajuste del monitor sin esfuerzo, ideal para el trabajo colaborativo y la pantalla compartida
- La conectividad USB dual integrada facilita la conexión y/o carga de tus dispositivos
- El intuitivo sistema de gestión de cables ayuda a minimizar el desorden
- Soporta pantallas de 1,5 a 8 kg y hasta 40" (modelo individual y doble) y hasta 27" para el brazo para monitor doble vertical y triple.



Brazo para monitor individual	Negro	<b>8043301</b>
Brazo para monitor individual	Blanco	<b>8056201</b>
Brazo para monitor individual	Plata	<b>8056401</b>
Brazo para monitor doble	Negro	<b>8042501</b>

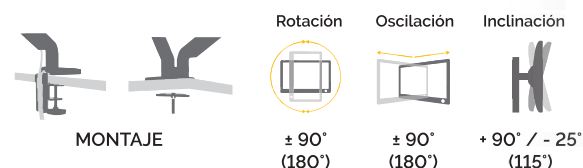
Brazo para monitor doble	Blanco	<b>8056301</b>
Brazo para monitor doble	Plata	<b>8056501</b>
Brazo para doble vertical	Negro	<b>8043401</b>
Brazo para monitor triple	Negro	<b>8042601</b>



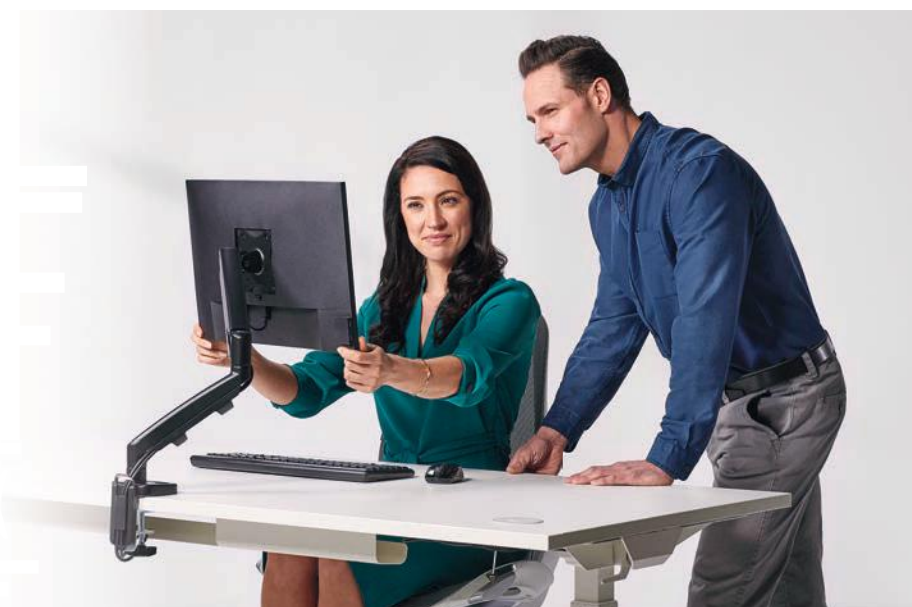
## Feljowes

### Brazos para monitor Eppa™

- Suave control de ajuste con sistema de muelle a gas, lo que permite al usuario ajustar sin esfuerzo la altura y la posición de los monitores
- Con gestión de cables integrada
- Soporta monitores de hasta 8kg por brazo o monitores de hasta 40"
- Sistema de fijación mediante abrazadera u ojal incluidos para opciones de fijación seguras y fáciles



Brazo para monitor individual	Negro	<b>9683101</b>
Brazo para monitor individual	Blanco	<b>9683201</b>
Brazo para monitor individual	Plata	<b>9683001</b>
Brazo para monitor doble	Negro	<b>9683401</b>
Brazo para monitor doble	Blanco	<b>9683501</b>
Brazo para monitor doble	Plata	<b>9683301</b>



## Feljowes

### Accesorio de brazo para portátil

- Integra ergonómicamente tu portátil a tu puesto de trabajo para crear una configuración multipantalla que te ayude a trabajar de forma más productiva.

Accesorio de brazo para portátil	Negro	<b>8044101</b>
----------------------------------	-------	----------------

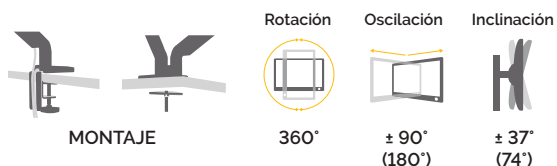


Accesorio de brazo para portátil  
Soporta portátiles de hasta 17" / 4,5 Kg

## Feljowes

### Brazos para monitor Vista™

- Totalmente ajustable para un control óptimo de la visión
- El sistema intuitivo de gestión de cables ayuda a minimizar el desorden
- Fácil de montar mediante fijación por abrazadera u ojal



Brazo para monitor individual	Negro	<b>8041601</b>
Brazo para monitor doble	Negro	<b>8041701</b>
Accesorio de brazo para portátil	Negro	<b>8211901</b>



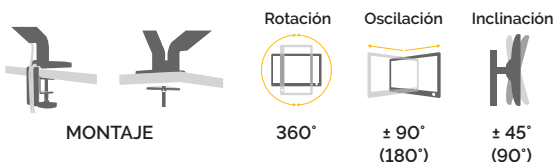
Accesorio de brazo para portátil  
Soporta portátiles de hasta 17" / 4,5kg



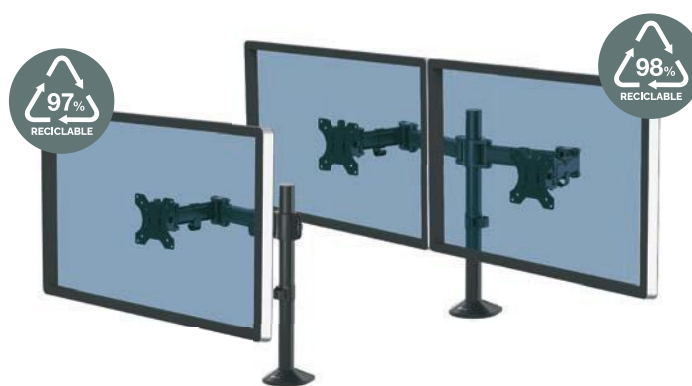
## Felloses

### Brazos para monitor Reflex™

- Fácilmente ajustable en altura y profundidad para un control óptimo de la visión y una solución ergonómica rentable.
- Diseño sencillo con gestión de cables integrada



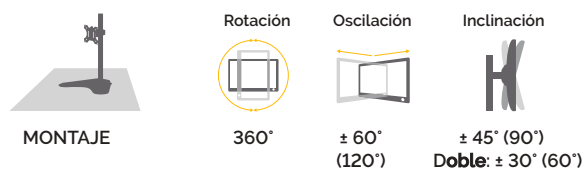
Brazo para monitor individual	Negro	<b>8502501</b>
Brazo para monitor doble	Negro	<b>8502601</b>



## Felloses

### Brazos para monitor Seasa™

- Ideal para escritorios que no admiten fijación con pinza
- El sistema intuitivo de gestión de cables ayuda a minimizar el desorden
- El soporte independiente admite dos monitores sin necesidad de abrazadera ni ojal
- Base de perfil bajo



Brazo para monitor individual	Negro	<b>8049601</b>
Brazo para monitor doble	Negro	<b>8043701</b>
Brazo para monitor doble vertical	Negro	<b>8044001</b>





**Fellowes**

**Soporte y atril multifunción Hana™**

- 5 ajustes de altura y ángulo
- Incluye guía de líneas para facilitar la lectura
- La plataforma se desliza hacia adelante para cubrir el teclado maximizando el espacio del escritorio.

Ref. 8055701 - Negro  
Ref. 8065801 - Blanco



**Fellowes**

**Soporte y atril multifunción Easy Glide™**

- 6 ajustes de altura y ángulo
- La plataforma se desliza hacia adelante para cubrir el teclado maximizando el espacio del escritorio.

Ref. 8210001



**Fellowes**

**Soporte atril multifunción Clarity™**

- Diseño minimalista
- 6 ajustes de altura y admite documentos A4 y A3 con un peso máximo de 6 kg.

Ref. 9731301

ADMITE  
**150**  
HOJAS



**Fellowes**

**Atril de sobremesa 3 en 1 Office Suites™**

- Portadocumentos, pizarra con clips y pizarra blanca en uno
- Inclinación con ángulo ajustable de 65° hasta 85°

Ref. 8033201

ADMITE  
**400**  
HOJAS



**Fellowes**

**Portadocumentos Booklift™**

- 9 alturas y ángulos ajustables
- Admite carpetas de anillas tamaño A4

Ref. 21140

ADMITE  
**125**  
HOJAS



**Fellowes**

**Atril de sobremesa A4**

- Se pliega en plano
- Guía de línea extraíble

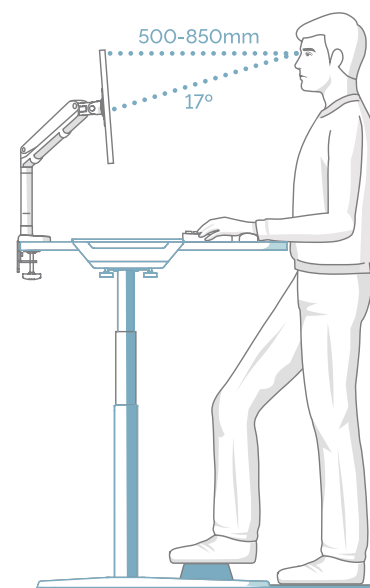
Ref. 21106



# ZONA 4

REDUCE LA  
INACTIVIDAD

Estar sentado en tu escritorio durante largos periodos de tiempo puede aumentar los riesgos para la salud, como la **obesidad, la hipertensión y las enfermedades cardíacas**. Una mesa de altura regulable puede ayudarte a añadir movimiento a tu jornada.



El Dr. Alan Hedge, de la Universidad de Cornell, recomienda que cada media hora se divida en\*.

**20 minutos** sentado

**8 minutos** de pie

**2 minutos** en movimiento

\*www.ergo.human.cornell.edu



**Fellowes**

**Estación de trabajo Sit-Stand Lotus™**

- Más de 22 ajustes de altura, posibilidad de colocarlo a nivel del escritorio
- Dos amplias superficies de trabajo para colocar accesorios y sistema de gestión de cables

Ref. 0007901



**Fellowes**

**Fellowes**

**Estación de trabajo Sit-Stand Lotus™ LT**

- Ajustable en altura sin esfuerzo gracias a su sistema de muelle a gas
- Se entrega totalmente montado

Ref. 8215001



**Fellowes**

**Estación de trabajo Sit-Stand Corsivo™**

- Superficie de trabajo en 2 niveles
- Ajuste de la altura gracias a su sistema de muelle a gas

Ref. 8091001



**Fellowes**

**Brazos para monitor Lotus™**

- Compatibles con las estaciones de trabajo Lotus™, Lotus DX™ y Lotus LT™
- Individual para pantallas de hasta 27" / 8 kg
- Doble para 2 pantallas de hasta 26" / 11.8 Kg

Ref. 8042801 - Individual

Ref. 8042901 - Doble



**Fellowes**

**Alfombra antifatiga ActiveFusion™**

- El diseño de los peldaños favorece el estiramiento y el movimiento para ayudar a reducir la fatiga

Ref. 8707101



**Fellowes**

**Alfombra antifatiga**

- Ayuda a reducir la fatiga de las piernas al estar de pie trabajando

Ref. 8707001

# Nuestra promesa medioambiental

Creemos que los factores financieros, sociales y medioambientales deben tenerse en cuenta de forma que se respete a las personas, dentro y fuera de nuestra empresa, incluyendo comunidades de las que formamos parte.

Fellowes se compromete a ser diligente en la comprensión de las mejores prácticas actuales y en la toma de decisiones que enfatizan nuestro compromiso y responsabilidad de ser buenos administradores.

## He aquí algunos puntos destacados recientes:



### Embalajes sostenibles

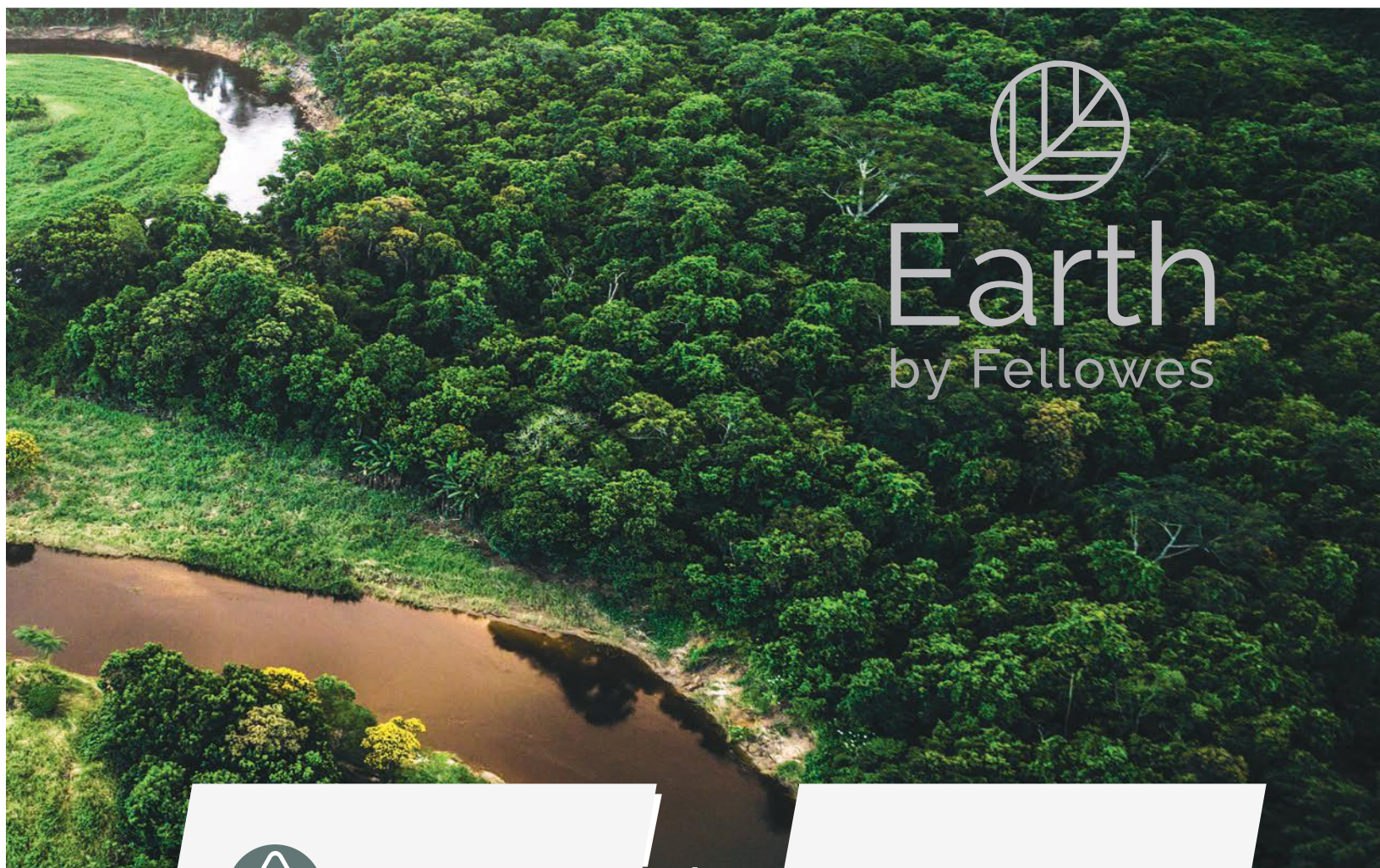
Más del 90% de nuestros productos ergonómicos cuentan con embalajes de papel 100% reciclado. Y nuestro objetivo es eliminar todo el plástico de un solo uso de nuestros productos hasta 2028.

También estamos aumentando el uso de contenido reciclado y de papel y cartón certificados FSC® en nuestros embalajes.



### Operaciones sostenibles

EcoVadis es la norma mundial para las calificaciones de sostenibilidad empresarial. En la calificación de 2025, Fellowes Europa obtuvo una **Medalla EcoVadis de Bronce**. La evaluación abarca 21 criterios sostenibles en cuatro temas principales: Medio Ambiente, Trabajo y Derechos Humanos, Ética y Adquisiciones Sostenibles. Nuestro almacén y centro de fabricación de Doncaster (Reino Unido) cuenta con la acreditación ISO 14001 desde 2009.



Earth  
by Fellowes



### Diseñados para la economía circular

Nos comprometemos a garantizar que nuestros productos sean fáciles de desmontar y reciclar. Más del 98% de nuestros reposapiés, elevadores para monitor, para portátil y portadocumentos cumplen ahora nuestro objetivo de reciclabilidad al final de la vida útil de >80%.

Además, nos comprometemos a aumentar la cantidad de contenido reciclado en nuestros productos.

### Garantía ampliada

Cuanto más dure un producto, mejor será para el medio ambiente. Diseñamos productos para que tengan un rendimiento duradero, sean duraderos y fiables. Por eso tenemos la confianza de ofrecerte una garantía limitada de 5 años como mínimo en todos los productos ergonómicos.

# **Fellowes**

*Mejora tu **Bienestar** en el **Trabajo***

La productividad es un estado tanto del cuerpo como de la mente. Siéntate cómodamente, y muévete con naturalidad con los accesorios ergonómicos Fellowes.