

Investigadores del Programa de Ergonomía de UC San Francisco / Berkeley están estudiando formas de mejorar la salud, el bienestar y la actividad física en Estudiantes de 4º grado durante la pandemia de COVID-19.



Hidratación



Movimiento

Escritorios ajustables



Sueño adecuado



Comida baja o sin azúcar



Soluciones de aprendizaje en el hogar



Tiempo de pantalla reducido



Hábitos saludables

Aprendiendo cómodamente

Caminar para aprender

Se pueden dirigir preguntas adicionales al investigador principal: Carisa Harris Adamson, UC San Francisco/ Berkeley Ergonomics Research & Graduate Training Program; ucergonomics@gmail.com