

Fellowes

「Soluciones ergonómicas
de confianza」



¿Cuál es el secreto *de tu éxito?*

Si preguntaras a tus empleados o compañeros qué es lo que hace que tu organización tenga éxito, probablemente obtendrías una docena o más de respuestas diferentes.

Algunos dirían

「 *Es la calidad de tu producto o el nivel de tu servicio* 」

Otros pueden pensar

「 *Es tu compromiso con la innovación o quizá tu inversión en marketing* 」

Por supuesto, cada respuesta contribuirá a explicar por qué tu organización tiene éxito. Pero existe una posibilidad real de que tu empresa haya pasado por alto la respuesta más importante de todas.

Hay una cosa que todas las organizaciones de éxito tienen en común, y tú ya sabes la respuesta...

Las personas.

Por eso el trabajo ergonómico es vital para garantizar que los activos más valiosos de una empresa -sus empleados- se mantengan sanos, felices, productivos y con éxito.



Contenido

Introducción a la ergonomía	3
Reposapiés	16
Cojines de asiento y respaldos	18
Reposamuñecas y alfombrillas de ratón	20
Ratones verticales	24
Elevadores para portátil	26
Elevadores para monitor	28
Brazos para monitor	30
Soportes para documentos	33
Soluciones Sit-Stand	34
Gestión de cables y soportes para CPU	36
Electrificación	37
Sostenibilidad	38
Evaluación del puesto de trabajo	40

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.

El

81%

de quienes recibieron equipamiento ergonómico notaron una diferencia positiva.*

El

40%

lo notó en solo unos días tras la implementación*

*Estudio encargado por Fellowes, 2025



2 de **3**

trabajadores sufren
dolor o molestias
como resultado de la
configuración de su
puesto de trabajo*



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.

El

57%

de los trabajadores afirmó sentirse más productivo, cómodo, motivado y valorado gracias al uso del equipamiento ergonómico adecuado¹

¹ Estudio encargado por Fellowes, 2025



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%

^{*} www.lifespaneurope.com



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 solo 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.



EL

75%

de los trabajadores afirmó que su empleador realizó una evaluación de riesgos del puesto de trabajo hace mucho tiempo o no la realizó en absoluto.*

Es la
LEY

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.

* Estudio encargado por Fellowes, 2025

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.



Realiza GRATIS una evaluación del puesto de trabajo saludable.

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 pertinentes.

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.

Solo el

25%

de los empleados cree que su empleador cumple con los requisitos legales para trabajar en un escritorio.*



Es importante ***elegir bien***

En Fellowes, creemos que la ergonomía es esencial para el bienestar en el trabajo. Ya sea que estés buscando un apoyo para las muñecas o cientos de brazos para monitor, queremos que te sientas seguro con tu elección y completamente satisfecho con tu compra.

En las páginas siguientes encontrarás más información sobre nuestra marca, nuestros productos y nuestro compromiso con la creación de entornos de trabajo más saludables y productivos.

Nuestras credenciales

En la actualidad, Fellowes es propiedad de la 4ª generación de la familia Fellowes, que la dirige, y ofrece una amplia gama de soluciones de oficina.



1917

Fellowes fue fundada en **1917**, en Chicago, Illinois, EE. UU., y rápidamente se convirtió en uno de los fabricantes de soluciones para el lugar de trabajo de más rápido crecimiento.

1970

La expansión mundial comenzó a principios de la **década de 1970**. Primero en Canadá, luego en el Reino Unido y después en el resto de Europa.

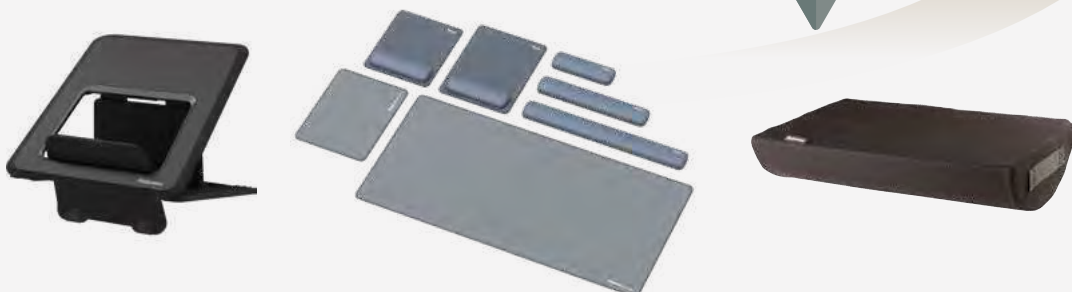


1980

Con la llegada de los **ordenadores personales** Fellowes entró en la categoría de productos ergonómicos.

En el siglo XXI, el Bienestar en el Espacio de Trabajo es una de nuestras categorías de mayor crecimiento, que se beneficia de fuertes inversiones en el desarrollo de nuevos productos para un futuro aún más exitoso.

2000



Estos son solo algunos de los beneficios que puedes esperar al invertir en las soluciones Fellowes:

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 incorpora la protección Microban®, que **combate 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**.



Comprometidos con el 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 Zonas Ergonómicas de Fellowes®



Así es como funciona

En base a la normativa ergonómica europea, el Enfoque de las **Zonas Ergonómicas de Fellowes** desglosa los principales aspectos del puesto de trabajo en 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 3
ALIVIA LA TENSION
EN EL CUELLO



ZONA 1
EVITA LA TENSION
EN LA ESPALDA

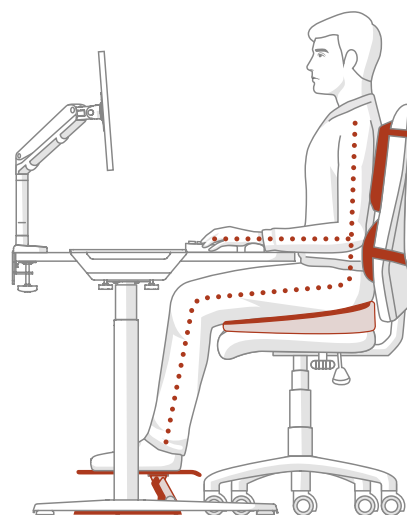


ZONA 2
EVITA LA PRESION
EN LAS MUÑECAS

ZONA 1

EVITA LA TENSIÓN
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 lumbares para ayudarte a conseguir la postura correcta mientras estás sentado, las dolencias más comunes entre los trabajadores de oficina.



EL
72%

de los trabajadores ha sufrido dolor o molestias en la espalda mientras trabajaba en su escritorio.*

*Estudio encargado por Fellowes, 2025



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

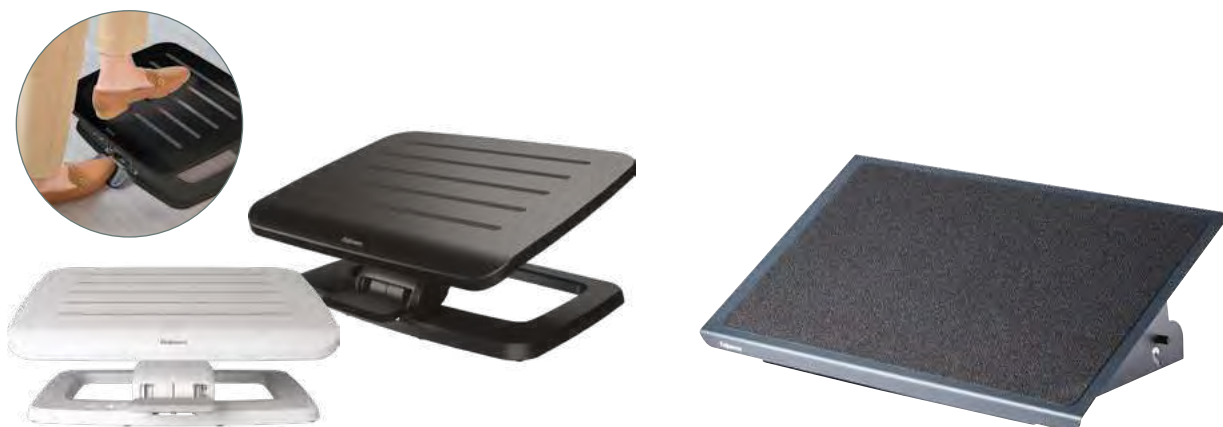
Ref. 100016563 - Blanco

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





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

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



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



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



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



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



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



Reposapiés ajustable estándar

- Fabricado con un 99% de contenido reciclado posconsumo
- Ajustes de altura: 2 (8.5, 10.5 cm)
- Tamaño de la plataforma: 42,5 x 30 cm

Ref. 48121-70



EL PRODUCTO INCLUYE
CONTENIDO
RECICLADO



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 preconsumo
- Funda de tela fabricada con contenido reciclado 100% posconsumo

Ref. 100119849



EL PRODUCTO INCLUYE
CONTENIDO
RECICLADO



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 preconsumo
- 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

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

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



Respaldo Angel™

- El distintivo diseño de alas independientes que se amoldan a tu espalda
- 7 ajustes de altura diferentes

Ref. 8026401

MICROBAN



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

Ref. 8041801



Respaldo Mesh Professional Series

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

Ref. 8029901



Respaldo Mesh Office Suites™

- Se adapta suavemente a tu cuerpo para un soporte uniforme
- El tejido de malla permite la circulación del aire

Ref. 9191301



Cojín Lumbar I-Spire Series™

- Cojín pensado para dar soporte justo en la zona lumbar
- Correa ajustable para facilitar la instalación

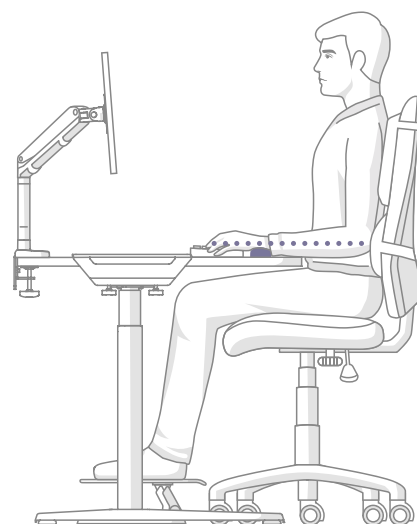
Ref. 8042201



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.



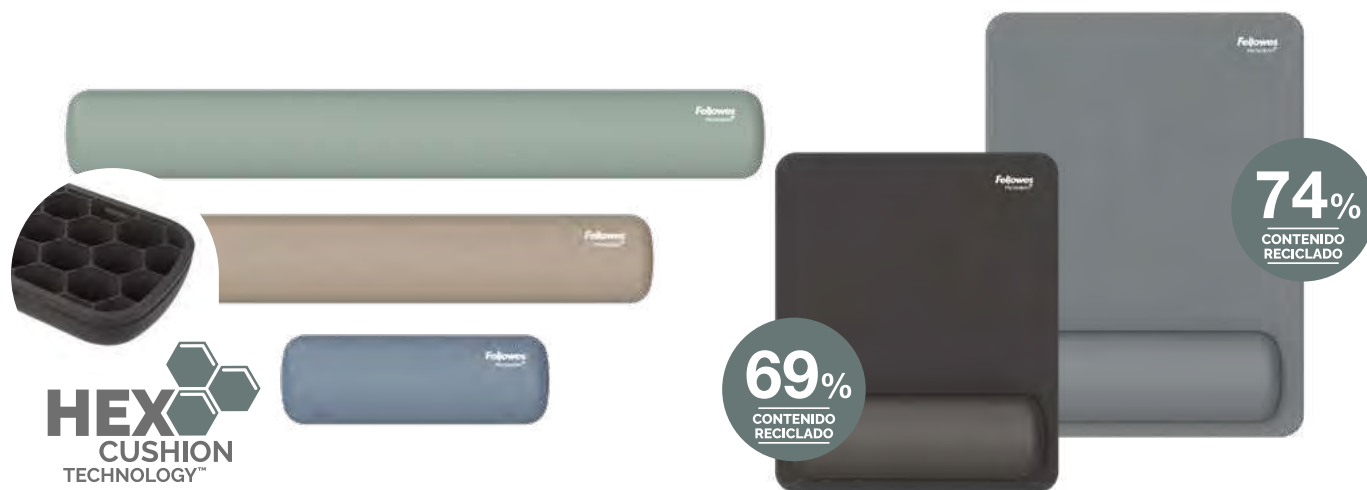
NOVEDAD

Gama Breyta™

Te permite crear tu escritorio ideal, combinando confort para las muñecas con estilo y funcionalidad personalizados



Todos los reposamuñecas, alfombrillas y tapetes de escritorio Breyta™ llevan incorporada la protección antimicrobiana Microban® para un nivel adicional de protección del producto las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Reposamuñecas Breyta™

- La tecnología Hex Cushion Technology™ combina un soporte uniforme con un confort excepcional al usar el ratón o el teclado
- Revestimiento antipolvo, de tacto suave, proporciona un acabado premium y un deslizamiento fluido
- Disponible en varios tamaños para adaptarse a tus necesidades
- Las alfombrillas con reposamuñecas están fabricadas con un 69%/74% (XL) de contenido reciclado posconsumo

	Negro	Gris	Azul	Verde Salvia	Beige Arena
Alfombrilla con reposamuñecas	100142555	100142556	100142557	100142558	100142559
Alfombrilla con reposamuñecas XL	100142560	100142561	100142562	100142563	100142564
Mini reposamuñecas	100142565	100142566	100142567	100142568	100142569
Reposamuñecas teclado compacto	100142570	100142571	100142572	100142573	100142574
Reposamuñecas para teclado	100142575	100142576	100142577	100142578	100142579

*Aplicable a las alfombrillas con reposamuñecas, las alfombrillas de ratón y los tapetes de escritorio.

**100% reciclables a través del Programa de Recuperación y Reciclaje de los Reposamuñecas Breyta de Fellowes.



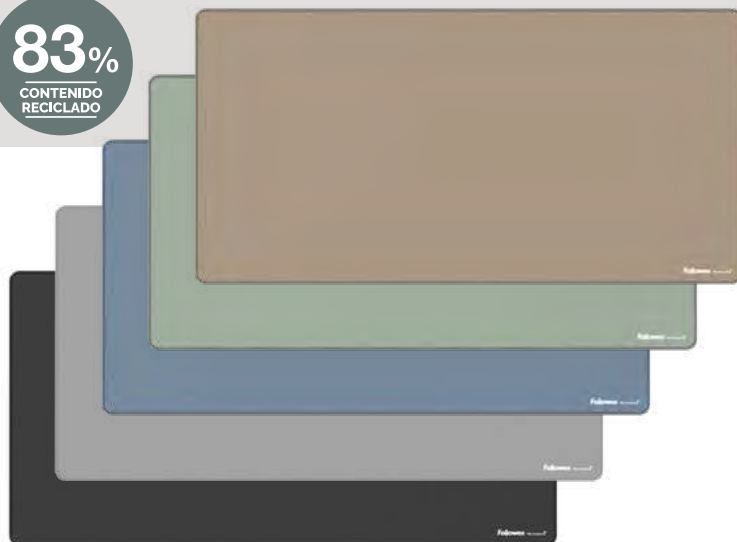
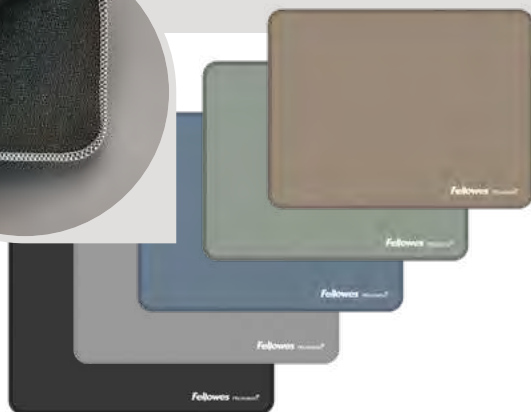
Bordes reforzados con puntadas planas que evitan el deshilachado



RESISTENTE A DERRAMES

83%

CONTENIDO RECICLADO



Alfombrilla de ratón XL Breyta™

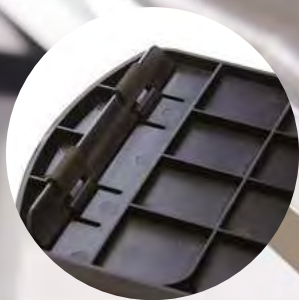
- Protege tu escritorio y mejora el rendimiento del ratón con las alfombrillas aptas para ratones ópticos y láser
- Un 25% más grandes que nuestras alfombrillas de ratón estándar para favorecer un mayor rango de movimiento, reduciendo los pequeños movimientos repetitivos que pueden causar dolor en la muñeca
- Fabricadas con un 83% de contenido reciclado posconsumo

Negro	Gris	Azul	Verde Salvia	Beige Arena
100138995	100139316	100139317	100139318	100139319

Tapete de escritorio Breyta™

- El amplio tapete de escritorio protege contra la suciedad y los arañazos y crea una superficie de trabajo sin reflejos
- Proporciona una superficie cómoda para escribir y teclear, a la vez que mejora el rendimiento del ratón
- Fabricado con un 83% de contenido reciclado posconsumo

Negro	Gris	Azul	Verde Salvia	Beige Arena
100139320	100139321	100139322	100139323	100139324



MICROBAN



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	Reposamuñecas teclado



Reposamuñecas Premium Gel

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

Gris	
9374001	Alfombrilla con reposamuñecas
9374201	Reposamuñecas teclado



MICROBAN



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 con reposamuñecas
9252103	9287402	Reposamuñecas teclado

MICROBAN



Reposamuñecas Photo™ Gel

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

Negro / Blanco	
9653401	Alfombrilla con reposamuñecas
9653601	Reposamuñecas teclado



Reposamuñecas de Gel Crystals™

- Soporte de gel calmante

Negro	Azul	Violeta	
9112101	9114120	9144104	Alfombrilla con Reposamuñecas
9112201	9113709	9143703	Reposamuñecas para Teclado
9112301	91177-72	91477-72	Mini reposamuñecas



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 con Reposamuñecas
9178201	9178401	-	Reposamuñecas para Teclado

Protege tu escritorio y mejora el rendimiento del ratón.

MICROBAN®

Alfombrilla para ratón con Microban®

- Protección antimicrobiana Microban®
- Base de goma antideslizante



Negro	Azul	Gris
5933907	5933805	5934005

EL PRODUCTO INCLUYE
CONTENIDO
RECICLADO

Alfombrilla para ratón reciclada

- Fabricada con un 85% de contenido reciclado posconsumo
- Superficie duradera y fácil de limpiar



Negro	Océano	Hojas
5917501	5903901	5903801

Alfombrilla para ratón Premium

- Superficie de poliéster duradero
- Base de goma antideslizante



Negro	Azul	Gris
58024	58021	58023

Alfombrilla para ratón Estándar

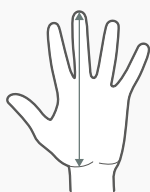
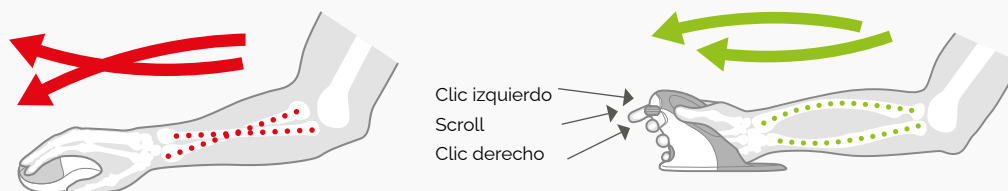
- Superficie de poliéster para una mejor tracción
- Base de espuma suave



Negro	Azul	Gris
29704	29700	29702

Ratones verticales

Los ratones verticales están diseñados para eliminar la torsión del antebrazo y fomentar una posición de "apretón de manos" más natural y relajada. El movimiento se transfiere a los músculos más potentes del hombro para reducir la tensión en los músculos más pequeños de la muñeca.



¿Qué talla?

Solo tienes que medir desde la palma de la mano hasta la punta del dedo corazón y hacerla coincidir con las tablas de tallas.

Ratones verticales Penguin®



Ratón vertical ambidiestro Penguin®

- Protección antimicrobiana BioCote®
- Conexión 2 en 1. Tecnología inalámbrica Bluetooth® o dongle inalámbrico
- Base de fácil deslizamiento con láser de precisión para un seguimiento rápido y preciso



Referencia	Tamaño	Mano
9894901	Pequeño (< 16cm)	Derecha e Izquierda
9894701	Mediano (16-18cm)	Derecha e Izquierda
9894501	Grande (> 18 cm)	Derecha e Izquierda





Ratones verticales Breyta™



MICROBAN®

Bluetooth®



Ratón vertical ergonómico Breyta™ Plus+

- Conectividad 3 en 1. Tecnología inalámbrica Bluetooth®, dongle inalámbrico o conectividad por cable para una flexibilidad total
- Protección antimicrobiana incorporada Microban®
- Botones accesibles para el pulgar que facilitan navegar por Internet o gestionar carpetas

Referencia	Tamaño	Mano
100143580	Pequeño (< 16,5 cm)	Derecha
100143581	Mediano (16,5 - 18,5 cm)	Derecha
100143582	Grande (> 18,5 cm)	Derecha
100143583	Mediano (16,5 - 18,5 cm)	Izquierda
100143584	Grande (> 18,5 cm)	Izquierda

Diseño ergonómico vertical 60°

Reduce la tensión en la mano y el antebrazo y ayuda a aliviar la tensión de la muñeca.

Sensor de precisión y rueda de desplazamiento

Facilita un seguimiento rápido y preciso, así como el desplazamiento por documentos

Fabricado con contenido reciclado

Carcasa y botones de plástico fabricados con un 100% de plástico reciclado posconsumo.



Ratón Vertical Ergonómico Breyta™

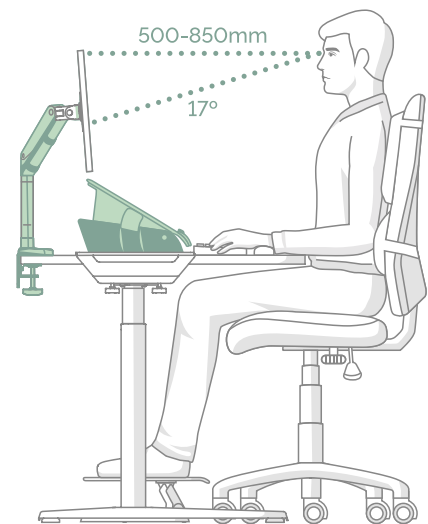
- Conectividad 2 en 1. Tecnología inalámbrica Bluetooth® o conectividad por cable para mayor flexibilidad

Referencia	Tamaño	Mano
100143579	Mediano (16,5 - 18,5 cm)	Derecha

ZONA 3

ALIVIA LA TENSION
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.



Elevadores para portátil ligeros y transportables



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 de neopreno no reciclable



Elevador para portátil Breyta™

- 12 ajustes de altura
- Su diseño portátil se pliega

Ref 100016558 - Negro / Ref 100016559 - Blanco



Elevador para portátil Alumia™

- 6 ajustes de altura
- Se pliega para guardarlo fácilmente, ideal para el trabajo híbrido
- Fabricado con un 93% de contenido reciclado posconsumo

Ref. 100138868 - Negro / Ref. 100138867 - Plata



Elevador para portátil Hylyft™

- 6 ajustes de altura
- Se pliega completamente

Ref. 5010501



Elevador para portátil I-Spire Series™

- 7 ajustes de altura
- Se pliega para guardarlo fácilmente

Ref. 8212001 - Negro

Ref. 8210101 - Blanco

Elevadores para portátil de sobremesa

**Elevador para portátil Aluminio™**

- 15 cm de fácil ajuste de altura
- Plataforma con inclinación ajustable, ideal para portátiles con apertura limitada
- Fabricado con un 96% de contenido reciclado posconsumo

Ref. 100138881 - Negro / Ref. 100138880 - Plata

**Elevador para portátil Hana™ LT**

- Ajustes de altura entre 102-406 mm
- Movimiento de altura, giro e inclinación

Ref. 100016994 - Negro / Ref. 100016995 - Blanco

**Elevador para portátil Professional Series**

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

Ref. 8024602

**Elevador para portátil Office Suites™ Plus**

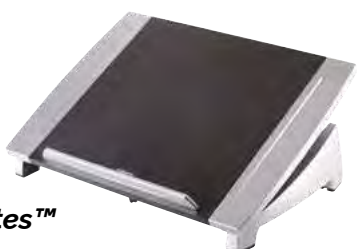
- 6 ajustes de altura
- Patas giratorias para facilitar el acceso a los cables y portadocumentos integrado

Ref. 8036701

**Elevador para portátil Office Suites™**

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

Ref. 8032001

**Elevador para portátil Designer Suites™**

- Ajustable a 4 a alturas: 8.8 - 18.4 cm
- Aberturas para evitar el sobrecalentamiento del portátil

Ref. 8038401



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



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)
- Peso máximo: 15kg

Ref. 100016560 - Negro

Ref. 100016561 - Blanco



Elevador para monitor Hana LT™

- Diseño de pantalla ancha
- 3 ajustes de altura (10,2, 12,7, 15,3 cm)
- Peso máximo: 22,6kg

Ref. 100016996 - Negro

Ref. 100016997 - Blanco



Elevador para monitor Premium Plus

- Bandeja de almacenamiento y portadocumentos incorporados
- 3 ajustes de altura (11,5, 13,5, 16,5 cm)
- Peso máximo: 36kg

Ref. 9169501 - Negro

Ref. 91713 - Blanco



Elevador para monitor Office Suites™

- Bandeja de almacenamiento incorporada
- 5 ajustes de altura (10,7, 12, 13,3, 14,6, 15,9cm)
- Peso máximo: 36kg

Ref. 8031101



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)
- Peso máximo: 10kg

Ref. 8020801



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)
- Peso máximo: 36kg

Ref. 9169401 - Negro

Ref. 91717 - Blanco



Elevador giratorio para monitor

- Gira 45° para trabajar en colaboración
- 3 ajustes de altura (9, 10, 12 cm)
- Peso máximo: 14kg

Ref. 91450



Elevador para monitor Designer Suites™

- Bandeja de almacenamiento incorporada
- 3 ajustes de altura (11, 13, 15 cm)
- Peso máximo: 18kg

Ref. 8038101



Elevador para monitor Smart Suites™

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

Ref. 8020101



Elevador para monitor estándar

- Fácil ajuste de la altura de apilado
- 3 ajustes de altura (5, 7, 10 cm)
- Peso máximo: 27kg

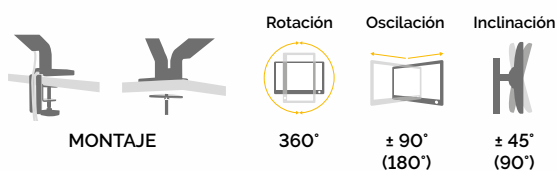
Ref. 9169301 - Negro

Ref. 91712 - Blanco



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
- Fácil de montar mediante fijación por abrazadera u ojal
- El modelo individual y el doble horizontal pueden soportar pantallas estándar de hasta 40"/8kg o pantallas curvas de hasta 32"/6kg
- El modelo doble vertical puede sostener pantallas estándar de hasta 27" cuando están apiladas, o hasta 32" colocadas lado a lado, hasta 8kg cada una
- El modelo triple puede sostener pantallas estándar de hasta 27" con un peso máximo de 7kg cada una



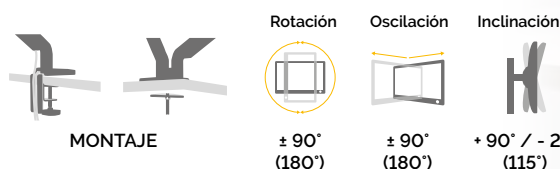
Brazo para monitor individual	Negro	8043301
Brazo para monitor individual	Blanco	8056201
Brazo para monitor individual	Plata	8056401
Brazo para monitor doble	Negro	8042501

Brazo para monitor doble	Blanco	8056301
Brazo para monitor doble	Plata	8056501
Brazo para doble vertical	Negro	8043401
Brazo para monitor triple	Negro	8042601



Brazos para monitor Eppa™

- Eppa™ ofrece un ajuste suave y sin esfuerzo mediante sistema de muelle a gas, ideal para espacios de trabajo compartidos y colaborativos
- Con gestión de cables integrada para evitar enredos
- Consigue la posición y comodidad perfectas con 26 cm de ajuste de altura y 53 cm de alcance.
- Sistema de fijación mediante abrazadera u ojal incluidos para opciones de fijación seguras y fáciles
- Soporta monitores estándar de hasta 40" y 8kg



Brazo para monitor individual	Negro	9683101
Brazo para monitor individual	Blanco	9683201
Brazo para monitor individual	Plata	9683001
Brazo para monitor doble	Negro	9683401
Brazo para monitor doble	Blanco	9683501
Brazo para monitor doble	Plata	9683301



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.

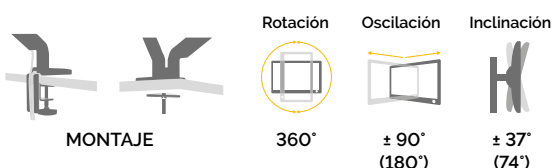
Accesorio de brazo para portátil	Negro	8044101
----------------------------------	-------	----------------



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

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
- Soporta monitores estándar de hasta 32" y 10kg



Brazo para monitor individual	Negro	8041601
Brazo para monitor doble	Negro	8041701
Accesorio de brazo para portátil	Negro	8211901

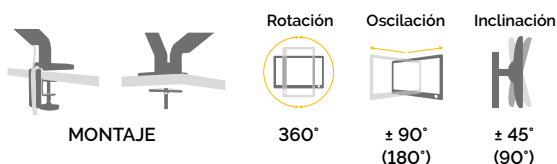


Accesorio de brazo para portátil
Soporta portátiles de hasta 17" / 4,5kg



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 para evitar enredos
- El brazo individual soporta pantallas estándar de hasta 32"/8kg o pantallas curvas de hasta 7kg
- El brazo doble soporta pantallas estándar de hasta 30"/8kg o pantallas curvas de hasta 7kg

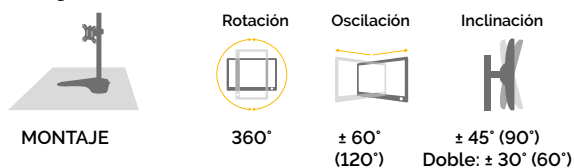


Brazo para monitor individual	Negro	8502501
Brazo para monitor doble	Negro	8502601

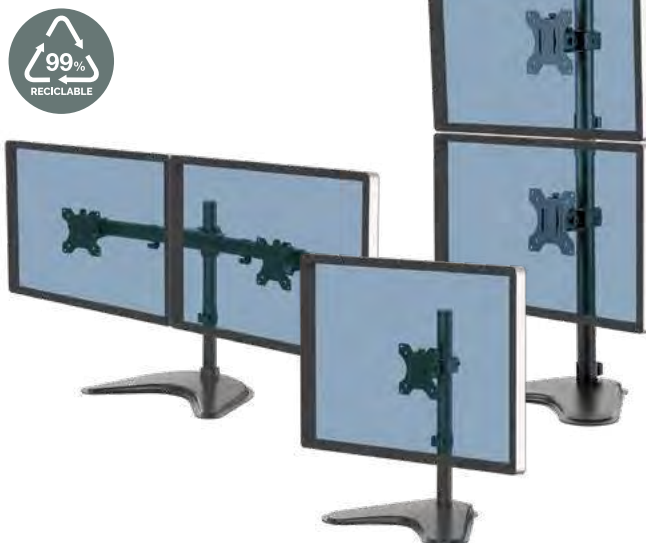


Brazos para monitor Seasa™

- Fácilmente ajustable para un control óptimo de la visión
- Ideal para escritorios que no admiten fijación con pinza
- El soporte con peana sostiene dos monitores sin necesidad de abrazadera ni ojal
- Base de perfil bajo
- El brazo individual soporta pantallas estándar de hasta 32"/8kg o pantallas curvas de hasta 32"/7 kg
- El brazo doble soporta pantallas estándar o curvas de hasta 27"/8kg
- El brazo doble vertical soporta pantallas estándar de hasta 32"/8kg



Brazo para monitor individual	Negro	8049601
Brazo para monitor doble	Negro	8043701
Brazo para monitor doble vertical	Negro	8044001





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



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



Soporte y 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



Atril de sobremesa 3 en 1 Office Suites™

- Portadocumentos, pizarra con clips y pizarra blanca en uno
- 5 ajustes de altura y ángulo

Ref. 8033201

ADMITE
400
HOJAS



Portadocumentos Booklift™

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

Ref. 21140

ADMITE
125
HOJAS



Atril de sobremesa A4

- Se pliega en plano
- Guía de lectura extraíble

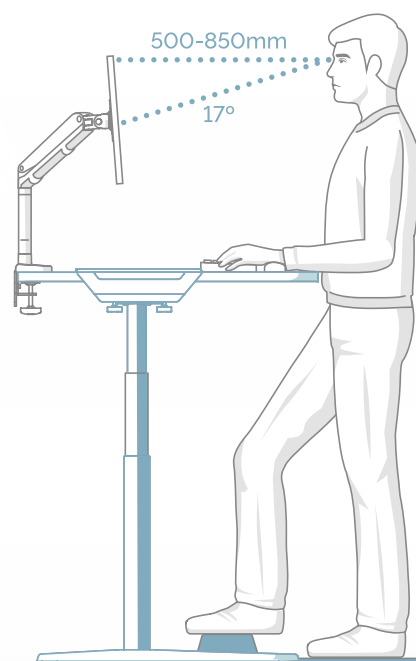
Ref. 21106



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



Mesa regulable en altura Levado™

- ¡La solución para trabajar de pie y sentado con tan solo tocar un botón!
- Fácil de montar sin herramientas
- Control de elevación rápida con 4 configuraciones programables
- Función integrada de detección de colisiones

Ref. 9708601 - Plata (estructura metálica)

Ref. 9747001 - Blanco (estructura metálica)

Tablero color blanco

1200mm	1400mm	1600mm
7032301	9870001	9870101

Tablero color arce

1200mm	1400mm	1600mm
7032201	9870601	9870701

* La estructura metálica y los tableros se venden por separado.
Consulta otros colores y tamaños

**MONTAJE EN
90 SEGUNDOS**

**FEATHER
LIFT™**
Pantalla LED
sensible al tacto

**VERSATOP
CLAMPS™**

Permite anclar
el tablero a la
estructura sin
necesidad de
herramientas de
montaje

**SWIFTLOK™
DESIGN**

Despliega las patas de la mesa y estas
quedan bloqueadas en su posición sin
necesidad de herramientas

27%

de las personas desearían poder cambiar la altura de su
escritorio para mejorar el entorno de su puesto de trabajo*.

*Estudio de Fellowes sobre la trabajadora del futuro 2019



**Smooth Lift
TECHNOLOGY™**

**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

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

**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" / 5.8 Kg

Ref. 8042801 - Individual

Ref. 8042901 - Doble

**Alfombra antifatiga
ActiveFusion™**

- El diseño con peldaño favorece el estiramiento y el movimiento para ayudar a reducir la fatiga
- Dimensiones: 8.89 x 89.85 x 59.69 cm

Ref. 8707101

Alfombra antifatiga

- Ayuda a reducir la fatiga de las piernas al estar de pie trabajando
- Dimensiones: 1.91 x 91.44 x 60.96 cm

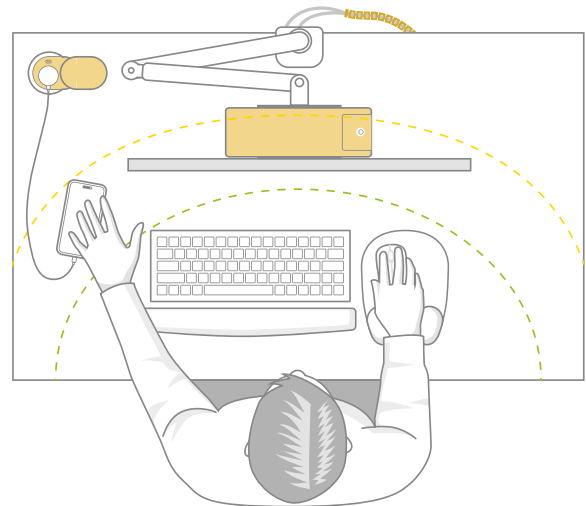
Ref. 8707001

ZONA 5

REDUCE
EL DESORDEN

Los puestos de trabajo desordenados pueden dificultar la concentración, reducir la productividad y aumentar el riesgo de lesiones por estiramientos y torsiones.

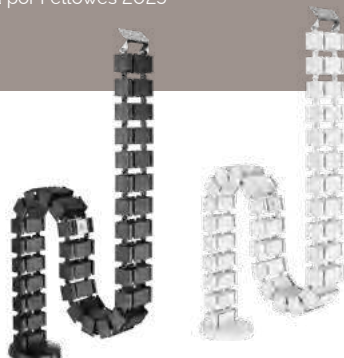
Asegúrate de que todo esté al alcance, que los cables estén ocultos y ordenados, y que el espacio se reserve para los elementos que estás utilizando activamente.



36%

de los trabajadores afirman que un escritorio organizado y ordenado es lo más importante para la configuración de su puesto de trabajo.*

*Investigación encargada por Fellowes 2025



Vértebra para cables con altura regulable

- Se adapta a mesas de altura regulable de hasta 130 cm
- Fácil de ajustar con 31 vértebras encajables
- El imán incorporado fija la columna vertebral a la pata de la mesa, evitando obstrucciones al cambiar de altura
- Organiza los cables con 4 compartimentos
- Fabricada con un 15% de contenido reciclado posconsumo

Ref. 100136871 - Negra / Ref. 100136872 - Blanca



Soporte VESA para CPU Thin Client

- Método de fijación versátil 3 en 1 (detrás de la pantalla, a la columna del monitor o debajo del escritorio)
- Se adapta a la mayoría de CPU delgadas y pequeñas (hasta 5 kg) con ajuste de anchura de 17-70 mm
- Fabricado con un 28% de contenido reciclado posconsumo

Ref. 100136873 - Negra / Ref. 100136874 - Blanco



Organizador de cables CableZip™

- Organizador de cables reutilizable y fácil de instalar
- Se puede cortar fácilmente a la medida necesaria, o combinar dos juntos para cables más largos.
- 2 m de longitud, 2 cm de diámetro

Ref. 99439 - Negro / Ref. 9929901 - Blanco / Ref. 9929801 - Plata



Soporte para CPU Thin Client

- Monta la CPU de forma segura y sencilla bajo tu escritorio para maximizar el espacio de trabajo
- Ancho ajustable (2-9,5 cm) y largo ajustable (16,6-31 cm), compatible con la mayoría de thin clients y CPUs pequeñas de hasta 15 kg
- Fabricado con un 43% de contenido reciclado posconsumo

Ref. 100136875 - Negro / Ref. 100136876 - Blanco



Regletas de sobremesa

Módulo de alimentación de sobremesa fácil de instalar (se sujeta a cualquier escritorio de 10-45 mm), con cable extralargo de 2 metros para mayor flexibilidad y espacios de trabajo despejados.



Regleta de Sobremesa de 1 Toma

Ref. 100137172 - Negra
Ref. 100137173 - Blanca

1 toma de corriente (230 V)
1 puerto USB A (18 W máx.)
1 puerto USB C (30 W máx.)
Cable de alimentación de 2 metros



Regleta de Sobremesa de 2 Tomas

Ref. 100137182 - Negra
Ref. 100137183 - Blanca

2 tomas de corriente (230 V)
1 puerto USB A (18 W máx.)
1 puerto USB C (30 W máx.)
Cable de alimentación de 2 metros



Toma Empotrable con USB

- Discreta toma de corriente empotrada en el escritorio
- Se instala en cualquier orificio pasacables de 60 mm u 80 mm del escritorio
- La tapa deslizante oculta los puertos cuando no se utilizan

Ref. 100137177 - Negra / Ref. 100137178 - Blanca

Cable de alimentación de 2 metros
1 toma de corriente (230 V)
1 puerto USB A (18 W máx.)
1 puerto USB C (30 W máx.)



Cubo Multienchufe con USB

- Cubo portátil que ahorra espacio, ideal para el hogar, la oficina, salas de reuniones y espacios comunes

Ref. 100137167 - Negra / Ref. 100137168 - Blanca

Cable de alimentación de 2 metros
3 tomas de corriente (230V)
1 puerto USB A (18 W máx.)
2 puertos USB C (20 W máx.)
Interruptor de encendido/apagado

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 enfaticen 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 y elevadores 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 prolongado, sean resistentes y fiables. Por eso tenemos la confianza de ofrecerte una garantía limitada de 5 años como mínimo en todos los productos ergonómicos.

Experiencia y conocimientos *que merece la pena compartir*

Con casi 40 años de experiencia en ergonomía del espacio de trabajo, hemos visto muchos cambios en la forma de trabajar, en los lugares de trabajo y los equipos que utilizan. Por eso estamos totalmente equipados para ayudarte a ti y a tu empresa a mejorar la salud, el bienestar y la productividad.

Estas son solo algunas de las áreas en las que podemos ayudarte:

Proporcionamos fichas de producto totalmente detalladas, vídeos y muchos otros recursos, para cada producto que vendemos. Lo cubren todo: especificaciones, materiales, certificaciones y cómo utilizar cada producto.

En el ámbito educativo, podemos ayudarte con seminarios online, sesiones de formación y evaluaciones que abarcan una amplia gama de temas, desde las ventajas de trabajar ergonómicamente hasta la formación detallada sobre productos.





¿Te preguntarás por dónde puedes empezar?

*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 solo 5 minutos.**



ESCANÉAME

Haz tu evaluación **GRATUITA**





LAS ZONAS ERGONÓMICAS PARA EL PUESTO DE TRABAJO DE FELLOWES®

Mejora tu salud, comodidad y productividad



Descubre soluciones ergonómicas para mejorar el bienestar en tu espacio de trabajo y consejos prácticos sobre hábitos saludables en www.fellowes.com

Fellowes