



## Display screen equipment - Pantalla de visualización de datos

### ¿Qué aprenderás?

- Las principales medidas de seguridad para tu trabajo en la oficina.

### Descripción

El suave y tibio fulgor de una pantalla digital es una seductora visión que atrapa nuestra atención más y más cada día. ¡Se rumorea que estás mirando a una en este mismo momento!

Hoy en día es imposible vivir y trabajar sin ellas, pero demasiado tiempo de pantalla puede ser un riesgo para la salud, especialmente si te sientas en una postura incorrecta o si tu espacio de trabajo está peor configurado que Windows Vista.

Sigue la siguiente guía con mucha atención (¡pero sin pegarte tanto a la pantalla!) y sálvate de la degeneración digital.

## Contenidos del curso

1. Tiempo de pantalla
2. Postura
3. Espacio e iluminación
4. Ratón y teclado
5. Configurar la pantalla
6. Autoevaluación
7. Resumen

---

**Delivery:** learningCloud sprint, SCORM, xAPI

**Developed:** Universidad de Deusto

**Temática:** Legal, Technology

**Duration:** 15 minutes

**License:** annual

**Languages:** es, en