



Pantalla de visualización de datos

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.

¿Qué aprenderás?

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

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: Video Arts

Temática: Legal, Tecnología

Duration: 15 minutes

License: subscription

Languages: es, en