

PRL oficinas y despachos (pvd)

Modalidad: curso e-Learning Duración: 4 horas

Categorías: PRL, seguridad y medioambiente

OBJETIVOS

Conocer los riesgos relacionados con el uso de PVD y las medidas preventivas que como usuario de PVD debe aplicar en su actividad profesional para alcanzar un nivel de protección adecuado.

CONTENIDOS

Unidad 2. PVD

1. El trabajo con pantallas de visualización de datos (PVD)
 - 1.2 Consecuencias y lesiones
2. Los usuarios de PVD
3. El puesto de trabajo con PVD
 - 3.1 Mesa o superficie de trabajo
 - 3.2 Silla de trabajo
 - 3.3 Teclado
 - 3.4 Ratón
 - 3.5 Porta documentos o atril
 - 3.4 Reposapiés
4. Posturas en el trabajo con PVD
 - 4.1 Ejemplos de posturas inadecuadas en el uso de PVD
5. Condiciones de iluminación
 - 5.1 Regulación del brillo y del contraste
 - 5.2 Polaridad positiva y polaridad negativa
 - 5.3 Sistema de iluminación y el entorno visual
 - 5.4 Medidas de prevención de la fatiga visual
6. La fatiga mental
7. La relajación muscular