	Servicio Nacional de Aprendizaje - SENA Regional Risaralda **INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN**	

TALLER 2: ERGONOMÍA EN EL USO DE PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS

Nombre de los aprendices:

Observe el video sobre buenas prácticas en prevención de riesgos laborales relacionados con los trabajos de visualización de pantallas (link: http://www.youtube.com/watch?v=QJ1CAaGu1Yk) y realice el cuestionario “Mi salud en el trabajo”:

1. Haga un cuadro con los grupos de origen y causas de los riesgos asociados al puesto de trabajo donde se utilizan pantallas de visualización de datos:

Grupos de origen	Causas de los riesgos
	Los riesgos es dañar la postura y podria causar doler tanto en el cuello como la espalda Altura de la silla inadecuada
	Los riesgos podrian ser un dolor de cuello y dañar muy mal los ojos porque esta muy cerca ah computador la luz del computador es muy dañina para los ojos

	Los riegos de habla con el telefono en esa posicion podria ser que le de un dolor que yo lo conozco como mico el cual es un dolor que no te permite mover el cuello de cierta posicion
	No ve algun riesgo alguno en esta imaguen Veo que tiene buena posicion y veo que la distacia esta bien

 La posicion en la que esta hablando por telefono no es correcta Le puede dar un fuerte dolor en el cuello	

2. Haga un cuadro con las medidas preventivas para disminuir las situaciones de riesgo generadas por el trabajo con pantallas de visualización de datos. (Repite el video y describe o transcribe las medidas preventivas y acciones concretas a desarrollar)

Medida preventiva	Acciones concretas a desarrollar
Diseño ergonómico	La pantalla no debe tener parpadeos, regular la luminocidad y el contraste,podra inclinarse y orientarse ah voluntad y tendra un adecuado tratamiento,antireflejo,el teclado sera dependiente de la pantalla y su superfiecie no provocara reflejos,la mesa endra dimenciones suficientes para colocar los elementos el espacio permitira adquirir una posicion comoda
Formación e información	Son las dirigidas ah garantizar la formacion y la informacion de los trabajadores usuarios de pantallas sobre los riesgos deribados de la utilizacion de estos equipos las medias de prevencion que pueden aplicarse desde su propia iniciativa y el uso seguro del equipamiento de trabajo
Organización del trabajo	Se refiere ah las unidades encaminadas ah mejorar la organización del trabajo en aquellos puestos en los que durante la jornada de trabajo no pueda alternarce el uso de las pantallas con otras tareas es recomendable que el trabajador

	pueda realizar pequeñas pausas para prevenir la aparicion de la fatiga por ultimo realizar reconocimientos medicos oftamologicos y osteomusculares periodicos cuando aparezcan sintomas oh dolencias que pueda deberse al trabajo con pantallas