

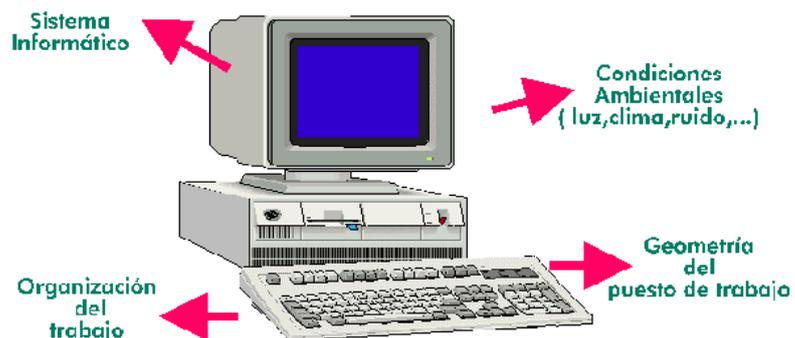
Materiales didácticos PRL

Formación ocupacional

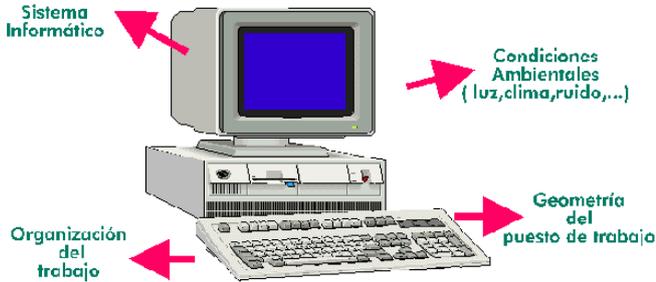
Material para el alumno / Valoración de riesgos ocupacionales

Medidas preventivas

Puestos de trabajo con pantallas
de visualización de datos



Puestos de trabajo con pantallas de visualización de datos



Puestos de trabajo con pantallas de visualización de datos

Definición:

Son los constituidos por un equipo con pantalla de visualización provisto, en su caso, de un teclado o dispositivo de adquisición de datos, de un programa para la interconexión persona – máquina, de accesorios ofimáticos y de un asiento y mesa o superficie de trabajo, así como el entorno laboral inmediato.

Medidas preventivas

DE CARÁCTER GENERAL

- ⇒ Iluminación del área de trabajo entre 200 – 400 lux, (cuando el trabajo se realiza exclusivamente sobre la pantalla).
- ⇒ El color de la luz se elegirá como "blanco cálido" o "blanco caliente".
- ⇒ Las ventanas son aconsejables equiparlas con persianas de láminas a fin de evitar posibles deslumbramientos.
- ⇒ Los contrastes admisibles de luminosidad de las superficies repartidas en el campo visual estarán en la siguiente relación:

Puestos de trabajo con pantallas de visualización de datos

- En el centro: 10:1
- En la periferia: 10:1
- En la divisoria: 10:1

Luz natural

- ⇒ Ninguna ventana debe colocarse delante ni detrás de la pantalla.
- ⇒ El eje principal del operador debe ser paralelo a la línea de ventanas.
- ⇒ Dentro del puesto de trabajo la pantalla debe situarse en el lado más alejado de las ventanas.

Iluminación artificial

- ⇒ Las luminarias de tubos fluorescentes deben disponerse en una línea paralela a las ventanas y apantallarse con rejilla difusora anti – reflejos.
- ⇒ Utilización de fuentes de luz difusa.

DE CARÁCTER ESPECÍFICO

- ⇒ Movilidad de la pantalla y el teclado.
- ⇒ La carcasa de la pantalla y el teclado no debe ser brillante ni demasiado clara.
- ⇒ Los caracteres de color blanco, verde – amarillento, verdosos y amarillo oscuro dan buenos resultados; sin embargo, rojos y azules no son adecuados.
- ⇒ Los caracteres deben ser estables sin producir vibraciones.
- ⇒ La utilización de filtros puede ser adecuada en ocasiones muy esporádicas.
- ⇒ El portadocumentos si se utiliza, debe ser regulable en altura y permitir inclinación entre 30 y 70°.
- ⇒ El tamaño del plano de trabajo puede oscilar en torno a 160 cm. x 90 cm.

Puestos de trabajo con pantallas de visualización de datos

- ⇒ La altura de la mesa de trabajo puede oscilar entre 68 y 84 cm. y siempre en tonos neutros.
- ⇒ La silla deberá ser ergonómica con 5 patas y ser regulable en el plano del asiento y respaldo.
- ⇒ Los apoya – brazos no son convenientes.
- ⇒ El reposapiés debe tener suficiente superficie y ser regulable con una inclinación entre 0 y 20°.