



## VITALY HEALTH SERVICES, S.L

como Servicio de Prevención Ajeno con acreditación nacional desde 13/12/99

### CERTIFICA

Que Don/Doña **GONZALO NICANOR MOLINA**, con DNI **Z1691551K** perteneciente a la empresa **FUNDACIÓN IMDEA NANOCIENCIA** con CIF **G8490906B** y puesto de trabajo **OFICINA**, ha realizado la formación correspondiente a la acción formativa de **PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS: RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS (ART.19)**, según Art. 19 de la Ley 31/1995 de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.

Emitido en ALCOBENDAS, a 10/11/2025

**Modalidad :** Online

**Duración :** 2 horas

**Fecha de Realización:** 10/11/2025

## PANTALLAS DE VISUALIZACIÓN DE DATOS: RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS (ART.19)

### CONTENIDOS :

- 1. INTRODUCCIÓN
- 2. CRITERIOS BÁSICOS DE TRABAJOS CON PVD
  - 2.1. ¿Quién es el usuario?
  - 2.2. Elementos del puesto con PVD
  - 3. DAÑOS ASOCIADOS AL USO DE PVD
    - 3.1. Factores de riesgo
      - 3.2. Fatiga Visual
      - 3.3. Fatiga física. Trastornos musculoesqueléticos.
      - 3.4. Fatiga mental
    - 4. FUNDAMENTOS DE FILOSOFÍA
      - 4.1. La Visión
      - 4.2. Fisiología del aparato locomotor
    - 5. MEDIDAS PREVENTIVAS. ADAPTACIÓN DEL PUESTO
      - 5.1. Distribución de los elementos
      - 5.2. Regulación de los elementos
        - 5.2.1. La pantalla
        - 5.2.2. El teclado
        - 5.2.3. El portadocumento o atril
        - 5.2.4. La mesa o superficie de trabajo
        - 5.2.5. La silla de trabajo
        - 5.2.6. El reposapiés
      - 5.3. El entorno de trabajo
        - 5.3.1. Espacio
        - 5.3.2. La iluminación
        - 5.3.3. Temperatura
        - 5.3.4. Ruido
      - 5.3.5. La organización del trabajo
      - 5.4. Entornos de movilidad
    - 6. GESTIÓN DE LA FATIGA MENTAL
      - 6.1. Entorno de trabajo
      - 6.2. Consejos
    - 7. INTERCONEXIÓN ORDENADOR-PERSONA
      - 7.1. Característica del software
  - 7.2. Adecuación de la tarea
  - 7.3. Carácter autodescriptivo
  - 7.4. Controlabilidad
  - 8. VIGILANCIA DE LA SALUD
  - 9. INFORMACIÓN Y FORMACIÓN DE LAS PERSONAS TRABAJADORA
  - 10. PAUTAS DE TRABAJO SEGURO
  - 11. ENFERMEDADES PROFESIONALES RELACIONADAS CON EL SECTOR DE LA ACTIVIDAD
  - 12. DESCANSO VISUAL Y CORRECCIÓN POSTURAL
    - 12.1. Práctica de ejercicios de descanso visual
    - 12.2. Práctica de estiramientos
  - 13. OTROS ASPECTOS PREVENTIVOS
    - 13.1. Perspectiva de Edad en la gestión preventiva de las empresas

Prevención · Salud · Tranquilidad