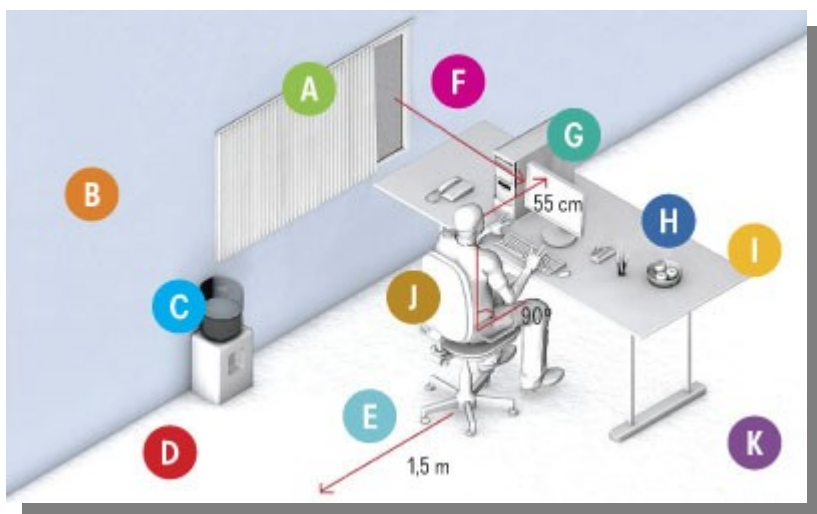


 Universidad de Santander Personería Jur. 810 de 12/03/96 Min.Educación UDES VIGILADA MINEDUCACIÓN	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo Bienestar Universitario	
SUBPROGRAMA ESTILOS DE VIDA SALUDABLE MENSAJES SALUDABLES	Número 027/A/2017	

CARACTERÍSTICAS DE UN ESPACIO DE TRABAJO SALUDABLE



- A. **LUZ AMBIENTE.** La luz artificial blanca o azulada evita la fatiga. La luz natural es buena, pero debe haber cristales tintados, cortinas o filtros que regulen su intensidad y eviten grandes cambios a lo largo del día o en diferentes estaciones.
- B. **COLORES.** Se recomiendan las paredes azul claro, pues este tono facilita la concentración.

 Universidad de Santander Personería Jur. 810 de 12/03/96 Min.Educación VIGILADA MINEDUCACIÓN	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo Bienestar Universitario	
	SUBPROGRAMA ESTILOS DE VIDA SALUDABLE MENSAJES SALUDABLES	Número 027/A/2017

- C. **AGUA.** Se debe disponer de un suministro de agua adecuado y accesible.
- D. **PISO.** La higiene es clave, sobre todo si se cuenta con alfombra, ya que puede acumular polvo y ácaros.
- E. **ESPACIO.** Es recomendable disponer de 1 metro y medio libre alrededor del trabajador para facilitar su movilidad.
- F. **REFLEJOS.** Las pantallas deben colocarse perpendiculares a las ventanas para evitar problemas de visión.
- G. **PANTALLA.** La cabeza del trabajador debe quedar a 55 centímetros de la pantalla en línea recta y a la altura de los ojos o de 10 a 20 grados por debajo.
- H. **CESTAS DE FRUTA.** Son más adecuadas que contar con máquinas expendedora de comida chatarra y golosinas.
- I. **ESPACIO EN LA MESA.** Cada trabajador debe disponer de suficiente espacio en su mesa de trabajo.
- J. **POSTURA.** Con la espalda recta formando un ángulo de 90 grados con las piernas. Las sillas deben contar con reposa brazos y un respaldo con cierta flexibilidad.
- K. **AMBIENTE.** Se debe mantener una temperatura agradable y una humedad controlada, además de un nivel bajo de ruido.

 Universidad de Santander Personería Jur. 810 de 12/03/96 Min.Educación VIGILADA MINEDUCACIÓN	Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo Bienestar Universitario	
	SUBPROGRAMA ESTILOS DE VIDA SALUDABLE MENSAJES SALUDABLES	Número 027/A/2017

WEB GRAFIA

La salud, el bienestar y la productividad en las empresas. Escrito por: Revista Mundo HVAC&R. [En línea]. [Fecha de consulta: junio 12 de 2017]. Disponible desde: <https://www.mundohvacr.com.mx/mundo/2015/08/la-salud-el-bienestar-y-la-productividad-en-las-empresas/>