

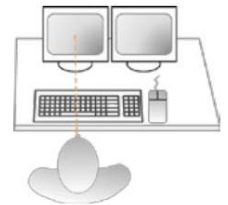
# Monitores duales

## Reglas generales

- Coloque los monitores uno al lado del otro para que pueda utilizar los movimientos de los ojos para ver las pantallas, en lugar de los movimientos de la cabeza y el cuello.
- Coloque el monitor a la altura de manera que la parte superior quede al nivel de los ojos o ligeramente por debajo. Si sus monitores son de 30" o más grande, el nivel de sus ojos debe estar en el tercio superior de la pantalla. Si usa anteojos con lentes multifocales, baje el monitor hasta que ya no incline la cabeza hacia atrás para ver claramente la pantalla.
- Coloque los monitores a la misma altura. Esto puede ser un desafío si los monitores son de diferentes tamaños o tienen diferentes marcos. En este caso, alinee la parte superior de los monitores.
- Siempre que sea posible, utilice monitores de pantalla plana con marcos pequeños; esto mantiene las pantallas más juntas y minimiza la rotación del cuello. Utilice monitores del mismo tamaño y con la misma resolución para minimizar la fatiga visual.
- Ajuste la iluminación para minimizar el resplandor directo en la pantalla del monitor o la luz directa en su vista.
- Considere que el espacio que ocupan dos monitores es más amplio que uno y mueve otros elementos del escritorio respectivamente.
- Si su superficie de trabajo no es lo suficientemente profunda para colocar sus monitores a la distancia adecuada, considere usar una bandeja para teclado que lo coloque más lejos.

## Se utiliza un monitor la mayor parte del tiempo

Si los monitores no se usan por igual (es decir, un monitor se usa para una visualización y el otro para ingresar datos), el monitor principal y el teclado deben colocarse directamente frente al usuario y el monitor secundario inmediatamente al costado (consulte imagen de la derecha). En general, el monitor secundario debe estar en un ángulo de aproximadamente 30 grados con respecto al monitor principal, y la línea central del teclado no debe estar a más de 12 pulgadas de la línea central del monitor principal.



Si los documentos se utilizan regularmente para ingresar datos, deben colocarse en un soporte para documentos y ubicarse en línea con el monitor principal y directamente frente al teclado (ver imagen a la derecha).



## Ambos monitores se utilizan por igual

Si ambos monitores se utilizan por igual, colóquelos uno al lado del otro y alinéelos con el teclado. Centre el teclado frente al usuario.

Si los documentos se utilizan regularmente para ingresar datos, deben colocarse en un soporte para documentos y posicionarse alineados con la línea central de los monitores duales y directamente frente al teclado.

