| SAFETY MEETING QUIZPRUEBA DE REUNIÓN DE SEGURIDAD |
| --- |
| | **Name/Nombre:** | | **Date/Día:** | | --- | --- | --- | | **Safety Topic/Tema de Seguridad:** | *V4-04 Computer Vision Syndrome* | *Síndrome Visual Informático* | | |

1. El Síndrome de Visión Informática, a veces también llamado \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, describe un grupo de problemas relacionados a los ojos y visión que resultan de uso prolongado de computado, tabletas, lectores electrónicos y celulares
   1. Deficiencias Ergonómicas
   2. Tensión de Ojos Digital
   3. Desorden Musculo esqueletal
   4. Ansiedad Cibernética
2. Síntomas del síndrome de visión informática puede variar por individuo, pero pueden incluir
   1. inflamación de parte inferior del cuerpo.
   2. cosquilleo o entumecimiento de dedos.
   3. hiperactividad.
   4. tensión de ojos, resequedad, enrojecimiento o irritación.
3. Factores que contribuyen al síndrome de visión informática incluyen
   1. reflejo de pantalla.
   2. ver una computadora en una distancia y ángulo incorrecto.
   3. problemas de visión sin corregir.
   4. todas las anteriores.
4. Una fuente común de luz azul, que puede afectar negativamente la visión en el largo plaza y afectar su ciclo de sueño, es
   1. luces nocturnas.
   2. arcoíris.
   3. pantallas digitales.
   4. velas.
5. Para prevenir la tensión de los ojos, planee tomar un descanso de \_\_\_\_\_\_ cada hora.
   1. 20 segundos
   2. 5 minutos
   3. 15 minutos
   4. 20 minutos

| SAFETY MEETING QUIZPRUEBA DE REUNIÓN DE SEGURIDAD |
| --- |
| | ANSWER KEY/RESPUESTAS | | | --- | --- | | **Safety Topic/Tema de Seguridad:** | *V4-04 Computer Vision Syndrome* | *Síndrome Visual Informático* | |

1. El Síndrome de Visión Informática, a veces también llamado \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, describe un grupo de problemas relacionados a los ojos y visión que resultan de uso prolongado de computado, tabletas, lectores electrónicos y celulares
   1. Deficiencias Ergonómicas
   2. Tensión de Ojos Digital
   3. Desorden Musculo esqueletal
   4. Ansiedad Cibernética
2. Síntomas del síndrome de visión informática puede variar por individuo, pero pueden incluir
   1. inflamación de parte inferior del cuerpo.
   2. cosquilleo o entumecimiento de dedos.
   3. hiperactividad.
   4. tensión de ojos, resequedad, enrojecimiento o irritación.
3. Factores que contribuyen al síndrome de visión informática incluyen
   1. reflejo de pantalla.
   2. ver una computadora en una distancia y ángulo incorrecto.
   3. problemas de visión sin corregir.
   4. todas las anteriores.
4. Una fuente común de luz azul, que puede afectar negativamente la visión en el largo plaza y afectar su ciclo de sueño, es
   1. luces nocturnas.
   2. arcoíris.
   3. pantallas digitales.
   4. velas.
5. Para prevenir la tensión de los ojos, planee tomar un descanso de \_\_\_\_\_\_ cada hora.
   1. 20 segundos
   2. 5 minutos
   3. 15 minutos
   4. 20 minutos