

# Iluminación

Una de las cosas que desconocemos de la iluminación es la importancia del uso correcto de la misma. Ya que la iluminación influye enormemente en nuestra vida cotidiana, como el estado anímico y desempeño laboral, La postura ,cansancio, dolores de cabeza , estrés entre otros.

Por lo cual es recomendado tener la iluminación correcta ya sea en su hogar, oficina y/o negocio, tanto como en alumbrado público. Teniendo cuidado con la colocación de las lámparas, el consumo y la luminosidad, distancia y espacios sin alumbrar. Evitando así un bajo nivel de visibilidad y accidentes viales. Se debe tener en cuenta que una luz parpadeante produce fatiga visual, dolores de cabeza, bajo rendimiento laboral entre otras actividades .

Una buena iluminación permite: El rendimiento y calidad visual, Agudeza y rapidez de percepción, Tiempo de recuperación ante deslumbramiento, Capacidad de visibilidad