

# VIRTUAL SKILL-UP

## GUÍA DE SALUD Y SEGURIDAD DE RV

- No es recomendable que niños **menores de 13 años** usen RV.
- Para tener una experiencia de RV confortable, tienes que tener equilibrio y un sentido de movimiento ininterrumpidos. No utilices los auriculares si estas:
  - **Cansado**
  - **Bajo la influencia de alcohol y/o drogas.**
  - **Enfermo**
- Asegúrate de tener descansos frecuentes mientras que utilizas los auriculares (al rededor de 10-15 minutos de descanso para cada 30 minutos de experiencia de RV). Si experimentas **náuseas, malestar, fatiga visual o desorientación para** de usar o remueve los auriculares inmediatamente.
- Puedes moverte al rededor durante la experiencia de RV. Asegúrate de tener **espacio suficiente** al rededor tuyo y que tu dispositivo no este conectado a un enchufe.
- Si has tenido o puedes ser propenso a tener convulsions, **consulta a un médico** antes de usar los auriculares.
- Si compartes auriculares, asegúrate de no usarlos si tienes síntomas contagiosos. Asegúrate de **limpiar** los auriculares entre cada uso.

