[](http://www.google.com.mx/imgres?imgurl=http://www.definicionabc.com/wp-content/uploads/monitor.jpg&imgrefurl=http://www.definicionabc.com/tecnologia/monitor.php&usg=__T_JCtVBvyQkjE0b3hqPX1ylzNAA=&h=400&w=350&sz=20&hl=es-419&start=1&zoom=1&tbnid=5ii_iSEsQhk7lM:&tbnh=124&tbnw=109&ei=j-c0Ud9k5NLaBZmNgOgP&prev=/search?q=que+es+el+monitor&um=1&hl=es-419&gbv=2&tbm=isch&um=1&itbs=1&sa=X&ved=0CCgQrQMwAA)El monitor, también conocido como pantalla, es el elemento que se encarga de mostrarnos las imágenes que surgen de nuestro PC. Un buen monitor no sólo es importante para poder trabajar de manera adecuada, sino que puede hacer que tanto nuestra vista como nuestro cerebro estén más descansados.

También es importante su colocación, debe de estar a la altura de nuestra vista, para que no tengamos que poner el cuello en una mala postura y lejos de reflejos de ventanas o luces para que no se nos canse la vista.