

Espaciados e interlineados

Ahora nos encontramos con dos conceptos que, aunque a priori pueden parecer lo mismo, no lo son.

El **espaciado** es la distancia que se deja entre un párrafo y otro, ya sea el anterior o el siguiente (o ambos). El **interlineado** es la separación que dejamos entre las diferentes líneas que tiene un párrafo.

En la siguiente imagen te lo mostramos de forma gráfica:

Para evitar el síndrome del edificio enfermo, la temperatura dentro de las oficinas debe ser de unos 20 grados; la humedad relativa, de aproximadamente el 50% y los empleados deben estar a unos 50 centímetros de las pantallas del ordenador, en un lugar en el que no haya reflejos.

Asimismo, debe circular aire limpio a baja velocidad y los productos contaminantes se deben eliminar de la atmósfera mediante la estratégica ubicación de macetas.

Estos requisitos forman parte de las recomendaciones contenidas en un informe de la Real Academia de Ingeniería de Gran Bretaña, según el cual de esta forma se contribuye a que los empleados no sufran dolores de cabeza, sequedad de garganta, irritaciones de piel, sueño y alergias causadas por el síndrome del edificio enfermo.

Un ingeniero de la citada Academia, Richard Rooley, afirma que si los síntomas persisten a pesar del cumplimiento de estas recomendaciones, es aconsejable llamar a un zahorí. Según él, las pequeñas variaciones en el campo magnético de la Tierra causan el estrés geopático.

Una investigación llevada a cabo en el patio de operaciones de un importante banco de Londres ha confirmado las teorías expuestas por el ingeniero de la Academia arriba citado, mostrando una sorprendente relación entre un fuerte campo magnético e irritaciones de la piel y alergias.

Estos requisitos forman parte de las recomendaciones contenidas en un informe de la Real Academia de Ingeniería de Gran Bretaña, según el cual de esta forma se contribuye a que los empleados no sufran dolores de cabeza, sequedad de garganta, irritaciones de piel, sueño y alergias causadas por el síndrome del edificio enfermo.

Estos requisitos forman parte de las recomendaciones contenidas en un informe de la Real Academia de Ingeniería de Gran Bretaña, según el cual de esta forma se contribuye a que los empleados no sufran dolores de cabeza, sequedad de garganta, irritaciones de piel, sueño y alergias causadas por el síndrome del edificio enfermo.

Espaciado

Interlineado

Para conocer todo lo que puedes hacer con los espaciados e interlineados en cada programa, puedes acceder a los siguientes enlaces:

- en [Word 2007](#).
- en [OpenOffice Writer](#).