

Nombre del alumno: Axel Froilán González Pérez

Nombre del profesor: Romelia De León Méndez

**Licenciatura: Enfermería Escolarizado 7mo cuatrimestre
“A”**

Materia: Enfermería Comunitaria

Nombre del trabajo: Ensayo

Tema:

“Riesgos laborales Y Las rede sociales de apoyo”

Riesgos laborales, tipos y prevención.

Primero empezaremos hablando las labores que en este caso nos referimos a un trabajo, o más bien el área o un centro de trabajo, donde los trabajadores deben de estar presentes y permanecer en este lugar, donde deben de incluir servicios higiénicos y sitios de descanso y de primeros auxilios para estar seguros dentro de esta área, así también deben de contar con comedores para estar sanos y libres de enfermedades.

De acuerdo a esto debemos de tomar en cuenta que en este tipo de áreas deben de haber un buen, orden, limpieza y mantenimiento general de todas las instalaciones, haciendo principal hincapié en zonas de paso, vías de circulación, salidas, y salidas de emergencia, que deberán permanecer libres de obstáculos. Esto debido a que toda esta zona debe de estar totalmente segura para que no haya accidentes.

La exposición a las condiciones ambientales de los lugares de trabajo: No deberá suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores. En la medida de lo posible, no deben constituir una fuente de incomodidad o molestia para los trabajadores. Estas medidas se llevan a cabo por ejemplo para no poder crear o hacer que los trabajadores tengan un problema emocional y por ende crear una enfermedad.

En cuanto al ambiente de un trabajo o de un local de trabajo o de una empresa debe de estar favorable o más bien a una temperatura favorable para que los trabajadores aparte de cómodos ellos no tengan ningún problema en cuanto el cambio de temperatura y ellos no se enfermen.

Las Redes sociales de apoyo

Las redes sociales hoy en día tienen una gran beneficencia en este caso en las personas adultas, aun que como bien sabemos crean un gran beneficio ante todas las personas, en este grupo de personas (adultos mayores) se consideran como un campo de intercambio de relaciones, servicios y productos, a partir del cual se puede derivar seguridad primaria y apoyándose en ella para poder desarrollarse o estar al pendiente y estar más informado

Las redes sociales de apoyo son de gran ayuda en los adultos mayores ya con este medio obtiene materiales o un apoyo para mejorar la calidad de vida que ellos llevan, también en ellos crean una emoción buena que también les servirá para sus salud.

Según los estudios y las investigaciones se afirma que las redes sociales son de gran ayuda para la buena salud del adulto mayor, ya que viéndolo de un buen aspecto las

redes sociales puede ser un factor de protección frente a la pérdida de funcionalidad y el inicio de la discapacidad básica

También convivir con la pareja crea una buena salud para la persona ya que con la pareja tiene una buena convivencia y aun mejor si es de una buena calidad ya que con esta convivencia hay menor probabilidad de que una persona padezca de depresión, también al tener una buena convivencia con los hijos es persona crea en ella un estado de salud muy buena porque existe una emoción dentro de esa persona que la hace sentir bien a comparación de una persona que no tiene mucha convivencia con sus hijos hay una gran diferencia en cuanto a su estado de salud.

La red o el grupo primario:

Esto se trata más bien de las relaciones personales o familiares , que sirve como apoyo ante una persona, principalmente la familia es lo primero que nos sirve de apoyo ya que lo encontramos cerca o en nuestro alrededor, la familia es la base de apoyo para un adulto mayor ya que son ellos que los ayudan a satisfacer algunas de sus necesidades

También existen varios tipos de apoyos que a continuación mencionaremos

1. apoyos materiales: recursos monetarios (dinero en efectivo, como aporte constante o no, remesas, regalos, otros) no monetarios (comida, ropa, pago de servicios).
2. apoyos instrumentales: transporte, ayuda en labores del hogar, cuidado y acompañamiento.
3. apoyos emocionales: cariño, confianza, empatía, sentimientos asociados a la familia y la preocupación por el otro. Pueden presentarse mediante visitas periódicas, transmisión física de afecto
4. Apoyos cognitivos: intercambio de experiencias, transmisión de información (significado) consejos.

Estos son los cuatro tipos de apoyo que a un adulto mayor le ayudara para tener una buena salud y una buena calidad de vida