

NOMBRE DEL ALUMNO:

Nayeli Hernández Pérez

NOMBRE DEL PROFESOR:

Romelia de León Méndez

LICENCIATURA:

Enfermería

MATERIA:

Enfermería comunitaria

CUATRIMESTRE Y MODALIDAD:

7 "A" Escolarizado

NOMBRE Y TEMA DEL TRABAJO:

Ensayo "Riesgos laborales y redes de apoyo"

En el contenido de este ensayo hablaremos de un tema importante pues se ha visto con mucha frecuencia muchos accidentes causados en el lugar de trabajo es por ello que este trabajo se enfocara acerca de las condiciones con las que tiene que contar un lugar de trabajo para poder proporcionarle al trabajador seguridad y de esta forma no afecte a su salud, así como también en una empresa se deben de vigilar muchos puntos importantes desde la temperatura de la habitación donde estén los trabajadores, la iluminación pues ya que cada uno de estos elementos puede ser un factor de riesgo para el trabajador .

Generalmente cuando hablamos del tema de seguridad, limpieza, mantenimiento en el lugar de trabajo siempre son muy bajos debido a que los recursos no alcanzan o no desean mejorar su empresa, sin embargo no se dan cuenta que mientras mejor inviertas en tu empresa o trabajo los trabajadores tendrán mayor seguridad y de esta manera les va proporcionar mejor bienestar y con menos miedo, mientras el lugar de trabajo este menos equipado mayor serán los riesgos que corran sus trabajadores.

En este trabajo mencionaremos también las redes de apoyo que han sido de gran utilidad para toda la población así como los diferentes tipos de apoyo que hay y más adelante se explica detalladamente cuales son y en que radica su diferencia

Riesgos laborales

Un lugar de trabajo se refiere a el espacio donde los trabajadores permanecen ahí trabajando, donde se incluye los servicios higiénicos, un lugar o zona de primeros auxilios, áreas de descanso, comedor entre otros. Un lugar de descanso es importante tener en cuenta el orden y limpieza de todas las instalaciones o áreas, condiciones generales de la iluminación estas condiciones debe de tener un lugar de trabajo estas son mínimas.

En el lugar de trabajo el trabajador está expuesto a muchos riesgos sobre su salud pues el lugar de trabajo debe estar en buen mantenimiento y debe de contar con todas las condiciones para que el trabajador este seguro y no corra riesgo dentro del área de trabajo.

El orden y limpieza en el área de trabajo deben de ser las más seguras es decir las zonas de paso así como los pasillos de salida y vías de circulación es decir las zonas más circuladas deben estar completamente limpias para evitar riesgos de caídas y deben de permanecer sin obstáculos (ya sea como cajas, objetos filosos, cosas peligrosas, sustancias toxicas) para eso es necesario limpiar las veces necesarias así como también mantener ordenado todos los objetos y cajas.

Es por ello que se debe de tomar cuenta todos los aspectos, en cuanto a las condiciones ambientales en las que está expuesta el lugar de trabajo se debe de todo tipo de riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores , si el lugar de trabajo es cerrado se deberá tomar algunas condiciones como:

- ♥ Temperatura entre 17 a 27 ° C
- ♥ Humedad entre 30 y 70
- ♥ Velocidad de la corriente del aire

Estas son algunas de las condiciones que se debe de tener en cuenta en los lugares de trabajo, además se debe tomar en cuenta que:

El aislamiento térmico de los locales cerrados debe adecuarse a las condiciones climáticas propias del lugar, en los lugares de trabajo al aire libre y en los locales de trabajo que no puedan quedar cerrados, deberán tomarse medidas para que los trabajadores puedan protegerse, en la medida de lo posible, de las inclemencias del tiempo, la exposición a los agentes físicos, químicos y biológicos del ambiente de trabajo se regirá por lo dispuesto en su normativa específica.

Las redes sociales de apoyo es de gran apoyo y beneficia más a las personas mayores ya que promueve mejores beneficios para ellos por eso las redes sociales de apoyo se considera un campo de intercambio de relaciones de servicios y productos y eso ofrece una oportunidad de crecer como persona.

El grupo primario: es informal, se basa en las relaciones personales, familiares y comunitarias no estructuradas como programas de apoyo. La familia se considera una de las formas más comunes de apoyo a las personas adultas mayores, se centra en el afecto y estimula la socialización al satisfacer las necesidades básicas de comunicación e intimidad

Las redes de apoyo ayudan a la calidad de vida de la población pues ya que promueven materiales que sirven de apoyo que mejoran la vida sin embargo la red social puede ser un factor de protección frente a la pérdida de funcionalidad y el inicio de la discapacidad básico, autopercepción negativa de la salud disminuye a la mitad en los que mantienen contacto mensual con sus hijos, si se compara con quienes carecen de relaciones familiares. Los aspectos emocionales mostraron una clara asociación con los indicadores de una red familiar sólida.

Existen varios tipos entre ellos están: apoyos materiales este tipo de apoyo engloba apoyo en efectivo, regalos o pueden ser también no monetarios algunos ejemplos de ellos son la comida, ropa etc.

- ♥ Apoyo emocional: tiene que ver mucho con la parte de nuestras emociones es decir las personas nos brindan cariño, empatía, confianza, preocupación por el otro
- ♥ Apoyos instrumentales: este tipo de apoyo tiene que ver con el cuidado y acompañamiento, transporte
- ♥ Apoyo cognitivo: este tipo de apoyo se refiere al intercambio de experiencias de los demás así como también los consejos.

En conclusión con este trabajo puedo destacar que para que un lugar de trabajo en una empresa funcione es importante que tenga todas las condiciones completas con las que deben de estar cada área de trabajo así como debe de contar todas las áreas para el bienestar del trabajador, mientras las condiciones del área de trabajo estén más completas menores serán los riesgos para el trabajador pues en lo personal mientras más este equipado este el área de trabajo la empresa se ahorra más dinero pues si por el contrario el área no esta no cuenta con las condiciones necesarias podría haber más gastos, además considero que es importante las redes de apoyo pues ya se vio que ayuda a toda la población pues ya que existen más tipos de apoyo que benefician de buena manera a las personas