



**Nombre del alumno: Fabiola  
Verenice Gómez Alvarez**

**Nombre del profesor: Beatriz Gordillo  
Lopez**

**Nombre del trabajo: cuadro  
sinóptico**

**Materia: Enfermería Comunitaria**

**Grado: 7°**

**Grupo: "B"**

**Riesgos laborales, tipos y prevención**

Lugar de trabajo

Área del centro de trabajo, edificadas o no, en la que los trabajadores deban permanecer o a la que puedan acceder en razón de su trabajo

Se consideran incluidos en esta definición los servicios higiénicos, locales de descanso, locales de primeros auxilios, comedores, etc

Puntos importantes en cuenta en un lugar de trabajo

- El 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
- Las condiciones generales de iluminación
- Las condiciones de los servicios higiénicos y locales de descanso
- El material y locales de primeros auxilios
- Las condiciones constructivas

Orden de limpieza y mantenimiento

- Las zonas de paso, salidas y vías de circulación de los lugares de trabajo y, en especial, las salidas y vías de circulación previstas para la evacuación en casos de emergencia, deberán permanecer libres de obstáculos
- Los lugares de trabajo se limpiarán periódicamente
- Las operaciones de limpieza no deberán constituir por si mismas una fuente de riesgo para los trabajadores
- Los lugares de trabajo y, en particular, sus instalaciones, deberán ser objeto de un mantenimiento periódico.

La temperatura de los locales

- Entre 17 y 27° C para trabajos sedentarios propios de oficinas
- Entre 14 y 25° C si se realicen trabajos ligeros

Condiciones ambientales

- 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

La humedad relativa

- Entre el 30 y el 70%
- Si existen riesgos por electricidad estática, el límite inferior será del 50%

# Desigualdades sociales y salud

Igualdad y desigualdad

Se refieren a la manera en que se distribuye un bien entre una población

Discriminación

La acción de dar un trato diferente a personas entre las que existen desigualdades sociales

Desigualdad social

Se ha convertido en el foco central de estudio dentro de la sociología, ya que dentro del estudio de cualquier sociedad encontraremos el problema de la desigualdad

Es la condición por la cual las personas tienen un acceso desigual a los recursos de todo tipo, a los servicios y a las posiciones que valora la sociedad

Todo tipo de desigualdad social está fuertemente asociada a las clases sociales, al género, a la etnia, la religión, etcétera

Artículos científicos

Revela que los países con mayores desigualdades económicas tienen mayores problemas de salud mental y drogas, menores niveles de salud física y mental, menor esperanza de vida, peores rendimientos académicos y mayores índices de embarazos juveniles no deseados

Las clases sociales más bajas enferman más, mueren antes y son susceptibles de mayor cantidad de accidentes durante su trabajo

Desigualdad educativa

Es una de las más graves consecuencias de la desigualdad social, que a su vez es una manifestación de la desigualdad de oportunidades

Desigualdad de oportunidades

Se da cuando las oportunidades para ocupar cualquier posición no están distribuidas de una forma igualitaria para todos de acuerdo criterios competitivos, sino que intervienen en la distribución el status social, los recursos económicos, ideología política, ideología religiosa, etnia, su género, su orientación sexual

Las redes sociales de apoyo, como formas de relación y como sistema de transferencias, pueden proveer varios beneficios y retribuciones para las personas adultas mayores

Valor e importancia

Se puede considerar un campo de intercambio de relaciones, servicios y productos, a partir del cual se puede derivar seguridad 116 primaria, amparo y oportunidad para crecer como persona

Contribuyen

A la calidad de vida de la población adulta mayor, no sola porque proveen apoyos materiales e instrumentales que mejoran las condiciones de vida, sino también por el impacto significativo en el ámbito emocional

Las redes sociales de apoyo

La red o el grupo primario

➤ 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

➤ Redes de amistades

Son un apoyo valioso para las personas adultas mayores; se construyen por afinidad, intereses comunes y actividades compartidas

Tipos de apoyo o transacciones, de acuerdo con Sánchez

➤ Apoyos materiales

Recursos monetarios (dinero en efectivo, como aporte constante o no, remesas, regalos, otros) no monetarios (comida, ropa, pago de servicios)

➤ Apoyos instrumentales

Transporte, ayuda en labores del hogar, cuidado y acompañamiento

➤ 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

➤ Apoyos cognitivos

Intercambio de experiencias, transmisión de información (significado)

## Estudio de los grupos de autoayuda

Los grupos de ayuda mutua

Son espacios donde distintas personas comparten experiencias de vida relacionadas con un problema o dificultad en concreto

Las personas se reúnen y comparten dichas experiencias con la intención de mejorar su situación, aprender colectivamente y brindar apoyo de manera recíproca

Los grupos

Han existido desde hace mucho tiempo y que pueden variar de acuerdo con la experiencia específica que se comparte

Los grupos de ayuda mutua

Para personas que tienen en común la experiencia de un diagnóstico de trastorno mental

Grupos

Para personas que pasan por una situación de adicción, o para personas que se encuentran en un proceso de duelo, o para quienes tienen en común alguna enfermedad, o para los familiares de quienes tienen algún diagnóstico, entre muchos otros.

## Funciones de los grupos de ayuda mutua

Aspectos básicos integrados en el concepto y funcionamiento de estos grupos, recogidos por Sánchez Vida

- La mutualidad y reciprocidad
- La experiencia común de los miembros
- El compromiso individual de cambio y de estar dispuesto a implicarse
- La autogestión o autogobierno del grupo
- El control social que ejerce el grupo sobre sus miembros como mecanismo que facilita el cambio actitudinal y conductual
- Importancia de la acción que se realiza después de las sesiones de grupo y que, en realidad es, el aspecto más importante del cambio de los miembros del grupo
- La información, guía y orientación, y en general la percepción de apoyo social implícita en la dinámica igualitaria y recíproca de estos grupos.

## **Funciones de los grupos de ayuda mutua**

### Aspectos fundamentales

➤ La asistencia al grupo

Tanto en unos grupos como en otros la asistencia regular al grupo es considerada un factor crucial para el cambio terapéutico

➤ La homogeneidad de los miembros del grupo

En los terapéuticos los miembros son escogidos cuidadosamente tras una evaluación minuciosa de forma que se mantenga un equilibrio que garantice la cohesión del grupo

➤ La dinámica grupal

Mientras que en los grupos terapéuticos se pone el acento en las relaciones e interacciones entre los miembros del grupo, representando de alguna forma un microcosmos social, el grupo de autoayuda pone más énfasis en las experiencias pasadas y las circunstancias vitales actuales

➤ La finalidad del grupo

Antes de crearse un grupo de autoayuda relativamente sólido, los miembros deben definir los propósitos del grupo y los aspectos que van a ser objeto de atención

## Bibliografía

UDS. (s.f.). Obtenido de Antología enfermería comunitaria .