



Yessenia Alfaro Santiz

Beatriz Gordillo López

Cuadro sinóptico

Enfermería comunitaria

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 7° cuatrimestre

Grupo: " C "

Unidad 4

Riesgos laborales, tipos y prevención

- Relacionado con este apéndice hay que tener en cuenta
 - 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 de los servicios higiénicos y locales de descanso. El material y locales de primeros auxilios.
- Orden, 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,
 - Los lugares de trabajo se limpiarán periódicamente y siempre que sea necesario. Las operaciones de limpieza no deberán constituir por sí mismas una fuente de riesgo para los trabajadores.
 - Los lugares de trabajo y, en particular, sus instalaciones, deberán ser objeto de un mantenimiento periódico.
- En los locales de trabajo cerrados deberán cumplirse, en particular, las siguientes condiciones:
 - 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.
 - La humedad relativa:
 - Entre el 30 y el 70%.
 - Si existen riesgos por electricidad estática, el límite inferior será del 50%.
 - La velocidad de la corriente de aire cuya no excederá los siguientes límites:
 - 0,25 m/s en trabajos en ambientes no calurosos.
 - 0,5 m/s en trabajos sedentarios en ambientes calurosos.
 - 0,75 m/s en trabajos no sedentarios en ambientes calurosos.
- La renovación mínima del aire de los locales de trabajo, será de:
 - 30 metros cúbicos de aire limpio por hora y trabajador, para trabajos sedentarios en ambientes no calurosos ni contaminados por humo de tabaco

Desigualdades sociales y salud.

- Desigualdad social
 - es la situación social y económica desigual entre ciudadanos de un estado o entre distintos países.
 - La desigualdad social es lo opuesto a la igualdad social
- Las Redes sociales de apoyo.
 - El valor y la importancia de la red social
 - se puede considerar un campo de intercambio de relaciones, servicios y productos, a partir del cual se puede derivar seguridad primaria
 - La red social
 - puede ser un factor de protección frente a la pérdida de funcionalidad
 - el inicio de la discapacidad básica.
 - La probabilidad de una 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.
 - tipos de apoyo o transacciones
 - apoyos materiales: recursos monetarios (dinero en efectivo, como aporte constante o no, remesas, regalos, otros) no monetarios
 - apoyos emocionales: cariño, confianza, empatía, sentimientos asociados a la familia y la preocupación por el otro
 - apoyos instrumentales: transporte, ayuda en labores del hogar, cuidado y acompañamiento
 - apoyos cognitivos: intercambio de experiencias, transmisión de información (significado) consejos.
- Estudio de los grupos de autoayuda.
 - Los Grupos de Ayuda Mutua
 - Las personas se reúnen y comparten dicha experiencia con la intención de mejorar su situación
 - En el caso específico de los Grupos de Ayuda Mutua para personas que tienen en común la experiencia de un diagnóstico de trastorno mental, se trata de espacios generalmente informales donde las personas comparten sus vivencias de manera abierta y recíproca
 - el objetivo
 - de abandonar el rol de enfermo, lo que ayuda a responder a las distintas dificultades generadas por el estigma y autoestima que acompaña a los diagnósticos
- Funciones de los grupos de ayuda mutua
 - un sistema de apoyo importante para enfrentarse a situaciones estresantes o a enfermedades y son definidos como el apoyo accesible a un individuo en la relación con otros individuos, grupos o comunidades que viven situaciones similares.
 - Entre los aspectos básicos integrados en el concepto y funcionamiento de estos grupos, recogidos por Sánchez Vidal
 - La mutualidad y reciprocidad.
 - La experiencia común de los miembros como criterio específico de pertenencia al grupo.
 - La autogestión o autogobierno del grupo ya que tanto el programa como la filosofía del grupo son decididos por los propios miembros.
 - El control social que ejerce el grupo sobre sus miembros como mecanismo que facilita el cambio actitudinal y conductual a través del compromiso individual con las normas definidas por ellos.
 - La información, guía y orientación, y en general la percepción de apoyo social implícita en la dinámica igualitaria y recíproca de estos grupos.