

Nombre de la alumna: López López
Verónica

Nombre del profesor: Beatriz Gordillo

Nombre del trabajo: Cuadros
sinópticos

Materia: Enfermería Comunitaria

Grado: Séptimo

Grupo: "C"

**RIESGOS LABORALES,
TIPOS PREVENCIÓN**

Se define lugar de trabajo como un 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

Relacionado con este apéndice hay que tener en cuenta:

- El orden, limpieza y mantenimiento general de todas las instalaciones
- 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, limpieza y mantenimiento

- Las zonas de paso, salidas y vías de circulación de los lugares de trabajo y, en especial, las salidas
- Los lugares de trabajo se limpiarán periódicamente y siempre que sea necesario
- 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

Orden, limpieza y mantenimiento

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.

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.

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 nociones de igualdad y desigualdad se refieren a la manera en que se distribuye un bien entre una población. Para concretar esta idea se necesita precisar de qué bien y de qué población se trata.

Además, y dado que hay diferencias que pueden considerarse normales, en tanto que otras se ven como inaceptables, es necesario aclarar los criterios para entender las diferencias entre unas y otras.

La acción de dar un trato diferente a personas entre las que existen desigualdades sociales, se llama discriminación. Esta discriminación puede ser positiva o negativa, según vaya en beneficio o perjuicio de un determinado grupo.

Las desigualdades de ingresos evocan las disparidades de renta entre individuos, en diferentes naciones del globo.

La 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.

- La desigualdad social es el resultado de un problema social
- no puede observarse meramente como un fenómeno natural

En la actualidad, la creación de dinero como una deuda con intereses provoca un flujo de recursos desde las personas y la Naturaleza a aquellos que crean el dinero.

El capitalismo confiere al dinero una dinámica de acumulación de capitales en manos de quienes crean el dinero que, en su mayoría, son las entidades financieras.

LAS REDES SOCIALES DE APOYO

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.

Mediante transferencias, las redes de apoyo 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.

Diversos estudios han mostrado cómo la integración social y las relaciones sociales pueden lograr un efecto positivo sobre la salud

La red social puede ser un factor de protección frente a la pérdida de funcionalidad y el inicio de la discapacidad básica.

Cuando se convive con la pareja hay una menor probabilidad de padecer de depresión, de acuerdo con un análisis de personas adultas mayores costarricenses.

La red o 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.

Los tipos de apoyo o transacciones:

1. apoyos materiales: recursos monetarios.
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.

ESTUDIO DE LOS GRUPOS DE AUTOAYUDA

Los Grupos de Ayuda Mutua (GAM) son espacios donde distintas personas comparten experiencias de vida relacionadas con un problema o dificultad en concreto

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

Se trata de grupos que han existido desde hace mucho tiempo y que pueden variar de acuerdo con la experiencia específica que se comparte.

Hay por ejemplo 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

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.

Además, tienen el objetivo de abandonar el rol de enfermo, lo que ayudar a responder a las distintas dificultades generadas por el estigma y autoestima que acompaña a los diagnósticos de trastorno mental.

Aunque el tema central es la experiencia relacionada con un malestar psíquico (que puede incluir o no un diagnóstico), las reuniones abordan también temas de la vida cotidiana y personal de cada quien.

FUNCIONES DE LOS GRUPOS DE AYUDA MUTUA

Los grupos de autoayuda constituyen 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.

Según Gerald Caplan el sistema preserva la integridad física y psicológica de la persona, crea un sentido de identidad y proporciona un entorno que permite a la persona que está teniendo “dificultades con la individualidad de desarrollar una conciencia de su propia existencia única y autónoma”.

Entre los aspectos básicos integrados en el concepto y funcionamiento de estos grupos, recogidos por Sánchez Vidal (1991), se encuentran:

1. La mutualidad y reciprocidad.
2. La experiencia común de los miembros como criterio específico de pertenencia al grupo.
3. El compromiso individual de cambio y de estar dispuesto a implicarse como igual en el grupo.
4. La autogestión o autogobierno del grupo ya que tanto el programa como la filosofía del grupo son decididos por los propios miembros.
5. 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.
6. 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.
7. La información, guía y orientación, y en general la percepción de apoyo social implícita en la dinámica igualitaria y recíproca de estos grupos.