

Nombre de alumno:

Beatriz Cahue Aranda

Nombre del profesor:

Beatriz Gordillo

Nombre del trabajo:

Ensayo

Materia:

Enfermería comunitaria

Grado:

7°

Grupo:

“A”

Factores sociales que inciden en la salud.

Existen muchos factores que influyen en nuestra salud y se conocen como determinantes de la salud: un tipo de determinante de la salud es lo que está en nuestros genes y nuestra biología. Otro determinante es nuestro comportamiento individual, que podría incluir si fumamos, hacemos ejercicio o comemos una dieta balanceada.

Los determinantes sociales de la salud son las condiciones en las que vivimos, aprendemos, trabajamos y jugamos, pueden influir en su salud y bienestar y los de su comunidad, pueden incluir cosas como su nivel de educación, su exposición a la violencia, la forma en que está diseñada su comunidad y si tiene acceso a la atención médica.

Educación:

Su nivel de educación puede tener un efecto sobre qué tan saludable es usted. La educación le brinda las herramientas que necesita para tomar buenas decisiones sobre su salud. Las personas con más educación tienen más probabilidades de vivir más tiempo. Es más probable que participen en actividades saludables como hacer ejercicio y consultar a su médico regularmente.

Ingresos:

La cantidad de dinero que gana tiene un efecto en su salud. Las personas con mayores ingresos tienden a ser más saludables y vivir más tiempo que las personas con bajos ingresos. Es más probable que vivan en vecindarios seguros. Tienen mayor acceso a tiendas de comestibles y alimentos saludables.

Vivienda:

El lugar en donde vive tiene un impacto significativo sobre su salud. Las personas que están continuamente expuestas a condiciones de vivienda deficientes corren un mayor riesgo de desarrollar problemas de salud. Las condiciones tales como plagas, moho, problemas estructurales y toxinas en el hogar pueden afectar su salud. Es importante que su hogar esté seguro y libre de peligros.

Acceso a la salud:

La facilidad con la que usted puede acceder a la atención médica es un factor determinante de su salud. Si tiene seguro de salud, es más probable que visite a su médico regularmente.

Estas visitas pueden incluir pruebas de detección y atención preventiva que evitan que desarrolle enfermedades crónicas.

Los anteriores son solo algunos de los determinantes sociales de la salud que pueden afectar su salud y bienestar.

Acceso a alimentos nutritivos.

Acceso a agua potable y servicios públicos (electricidad, saneamiento, calefacción y refrigeración).

Entornos sociales y físicos de la primera infancia, incluidos el cuidado de niños.

Etnicidad y cultura.

Familia y otro apoyo social.

Género.

Idioma y otras capacidades de comunicación.

Ocupación y seguridad laboral.

Identificación sexual.

Condición social (qué tan integrado o aislado está de los demás).

Estresantes sociales, como la exposición a la violencia.

Condición socioeconómica.

Valores espirituales/religiosos.

Los estilos de vida y su conformación en el medio social.

El estilo de vida es un constructo que se ha usado de manera genérica, como equivalente a la forma en que se entiende el modo de vivir “estar en el mundo”, expresado en los ámbitos del comportamiento, fundamentalmente en las costumbres, también está moldeado por la vivienda, el urbanismo, la posesión de bienes, la relación con el entorno y las relaciones interpersonales.

En epidemiología, el estilo de vida, hábito de vida o forma de vida, se entiende como un conjunto de comportamientos que desarrollan las personas, que unas veces son

saludables y otras son nocivos para la salud. En sociología, el estilo de vida es la manera en que vive una persona. Una forma de vida que refleja las actitudes, los valores y la visión del mundo de un individuo. Tener una “forma de vida específica” implica una opción consciente o inconsciente entre una forma y otras de comportamiento.

Los individuos, con el habitus que le es propio dada su posición social, y con los recursos que disponen, “juegan” en los distintos campos sociales, y en este juego contribuyen a reproducir y transformar la estructura social, así como también los estilos de vida. El habitus no es un simple estilo de vida que se deriva de pertenecer a una clase; implica la totalidad de los actos y pensamientos, pues es la base con la cual se toman determinadas decisiones. La base de todas las acciones es el mismo habitus de clase. Es el pilar que conforma el conjunto de conductas y juicios aprendidos de manera imitativa, aunque pareciese que es lo “natural”, como lo llama Bordieu, los gestos, gustos, lenguaje, entre otros. El estudio del estilo de vida procede de enfoques de reflexión psicosocial y socioeducativa tradicionales; desde los cuales se piensa la salud. A partir de estos enfoques se analiza la existencia de determinados estilos de vida que propician o inhiben algunas formas de enfermedad. Estilo de vida hace referencia a la manera de vivir, a una serie de actividades, rutinas cotidianas o hábitos, como el número de comidas diarias, características de alimentación, horas de sueño, consumo de alcohol, cigarrillo, estimulantes y actividad física entre otras. Al conjunto de estas prácticas se les denomina hábitos o comportamientos sostenidos; de los cuales se distinguen dos categorías: los que mantienen la salud y promueven la longevidad y aquellos que la limitan o resultan dañinos y reducen la esperanza de vida. Estos comportamientos se conocen como factores proyectivos y conductas de riesgo.

Nombre de alumno:

Beatriz Cahue Aranda

Nombre del profesor:

Beatriz Gordillo

Nombre del trabajo:

Cuadro sinóptico

Materia:

Enfermería comunitaria

Grado: 7°

Grupo: “A”

Comitán de Domínguez Chiapas a 03 diciembre del 2021

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 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 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 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 señalización de los lugares de trabajo deberá cumplir lo dispuesto en el real decreto 485/1997, de 14 de abril.

- Condiciones ambientales.

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.

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.

• La humedad relativa

- 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.

- 0,75 m/s en trabajos no sedentarios en ambientes calurosos.

Desigualdades sociales y salud.

- 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.

Según el sociólogo Eduardo López Aranguren, la desigualdad social es el resultado de un problema social, y no puede observarse meramente como un fenómeno natural.

- La desigualdad social 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.

El trato desigual o diferente que indica diferencia o discriminación de un individuo hacia otro debido a su posición social, económica, religiosa, a su sexo, raza, color de piel, personalidad, cultura, entre otros.

- 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.

- Los tipos de apoyo o transacciones, de acuerdo con Sánchez (2000) y CELADE (2003), son cuatro:

1. Apoyos materiales
2. Apoyos instrumentales
3. Apoyos emocionales.
4. Apoyos cognitivos

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

- 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.

Según Gerald Caplan el sistema preserva la integridad física y psicológica de la persona.

Borkman (1991) por su parte, los define como "personas que comparten unas ideas, unas situaciones de vida o unas enfermedades.