



Mi Universidad

NOMBRE DEL ALUMNO: MARÍA ISABEL SÁNCHEZ MONDRAGÓN

NOMBRE DEL TEMA: RIESGOS LABORALES, TIPOS Y PREVENCIÓN.

PARCIAL: PRIMERO

NOMBRE DE LA MATERIA: ENFERMERIA COMUNITARIA

NOMBRE DEL PROFESOR: SANDRA YAZMIN RUIZ FLORES

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERÍA

CUATRIMESTRE: SÉPTIMO CUATRIMESTRE GRUPO: B

Lugar y Fecha de elaboración

| 7 DE OCTUBRE DEL 2022

R
I
E
S
G
O
S

L
A
B
O
R
A
L
E
S

RIESGOS LABORALES

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

El orden, limpieza y mantenimiento general de todas las instalaciones, haciendo principal hincapié en zonas de paso, vías de circulación, salidas,

PREVENCIÓN DE RIESGOS

se puede definir como el conjunto de actividades y medidas a llevar a cabo dentro de la empresa, con el fin de evitar o disminuir las posibilidades de que cualquiera de los trabajadores pueda sufrir algún tipo de daño derivado de su trabajo. Estos daños pueden ser tanto **accidentes y lesiones, como enfermedades o patologías** derivadas del desempeño de las tareas.

De esta forma, conociendo los posibles riesgos laborales existentes, se podrán definir las **medidas preventivas** dirigidas a disminuir o evitar los posibles riesgos existentes en cada uno de los puestos de trabajo.

RIESGOS FÍSICOS

Uno de los primeros **riesgos laborales físicos** que encontramos es el ruido. Definimos **ruido** a una sensación auditiva generalmente desagradable. Cuando escuchamos un ruido primero lo apreciamos por el oído externo, después, la onda es recibida por el oído medio que es donde está el tímpano

Otro riesgo físico posible es el provocado por las vibraciones por todo tipo de maquinaria ya que pueden afectar a la columna vertebral, dolores abdominales y digestivos, dolores de cabeza.

RIESGOS FÍSICOS

La temperatura y la humedad en el ambiente también pueden suponer un riesgo físico si son excesivamente altas o bajas pues pueden producir efectos adversos en las personas

Las radiaciones ionizantes son ondas electromagnéticas que alteran al estado físico sin percibirse en el ambiente. Los efectos son graves a la larga, por eso hay que limitar las ondas y tener un control médico.

RIESGOS QUÍMICOS

Son los producidos por procesos químicos y por el medio ambiente. Las enfermedades como las alergias, la asfixia o algún virus son producidas por la inhalación, absorción, o ingestión.

Por último, actuando sobre el trabajador, dándole formación, rotando los puestos de trabajo, aislando al empleado de la exposición y usando equipos de protección adecuados como mascarillas y guantes.

RIESGOS PSICOSOCIALES

Existen muchos tipos de riesgos de esta naturaleza, que nos pueden afectar a todos nosotros en algún momento de nuestra vida laboral, pero entre ellos podemos destacar el estrés, derivado de un ritmo de trabajo elevado, la fatiga laboral, la monotonía

Para su prevención, se recomienda, si no fuera posible cambiar de tarea o de horario de trabajo, unos ejercicios que consisten en la realización de ligeros movimientos para relajar la musculatura del cuello, espalda y brazos. E idealmente, realizar pausas cortas de unos 10 minutos cada hora y media en al trabajo.

BIBLIOGRAFIA

Antonio frías osuna (2000). Enfermería comunitaria, masson editores.

Carmen caja López (2003). Enfermería comunitaria 3, masson editores.

Lucia mazarrasa alvear (2003). Salud pública y enfermería comunitaria 1-3, mc
Graw Hill.

Rafael Álvarez Alva (2012). Salud pública y medicina preventiva, trillas.

Ildfonso Hernández aguado (2014). Manual de epidemiología y salud pública:
para

las ciencias de la salud, panamericana