



INSTITUTO DE
FORMACIÓN
SUPERIOR

APUNTES DE CATEDRA

CONDICION Y MEDIO AMBIENTE DE TRABAJO-CYMAT

PROGRAMA DE CONTENIDOS

UNIDAD I: Condiciones y medio ambiente de trabajo. Seguridad. Trabajo. Salud. Medio ambiente laboral. Derecho laboral. Ley de enfermería nacional y provincial. Convenio Colectivo de Trabajo de la Sanidad. Riesgos y factores de riesgos laborales. ART. (Asociación de riesgo de trabajo).

Aspectos legales del ejercicio profesional. Responsabilidad legal de Enfermería: Civil y penal. Documentos y registros. Su importancia en la práctica de Enfermería como "Instrumento legal". Negligencia. Imprudencia e impericia, inobservancia, iatrogenia y mala praxis

UNIDAD II: Seguridad laboral. Bioseguridad hospitalaria. Cadena epidemiológica. Precauciones Universales de aislamientos: elementos de barrera. E.P.P. (elementos de protección personal) de uso obligatorio y racional. Aislamientos específicos. Salud ocupacional. Accidentes de trabajo. Prevención de accidentes laborales. Manejo de residuos patológicos, contaminantes y citostáticos.

UNIDAD III: Ergonomía en el trabajo. Mecánica corporal. Manipulación de cargas, movilización de pacientes.

UNIDAD IV: Radiación concepto y clases de radiación. Elementos radioactivos.

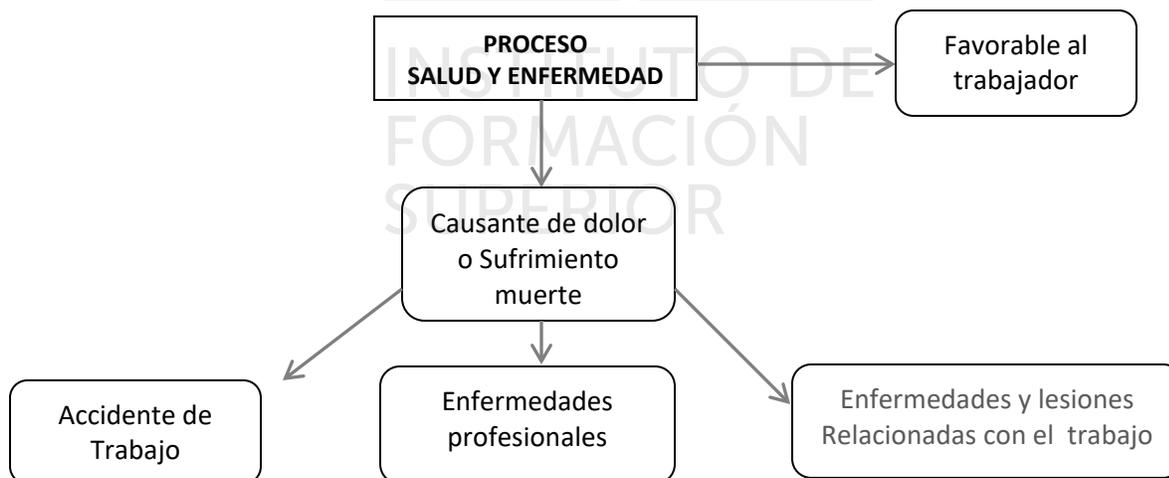
UNIDAD V: Estrés, mobbing, resiliencia. Síndrome de burnout. Características, eventos que lo desencadenan.

UNIDAD VI: Servicio de enfermería. Conceptos y objetivos. Normas de enfermería. Seguridad y prevención aplicada al paciente. Sectores de trabajo. Sistema de clasificación de pacientes.

UNIDAD VII: Medicina ocupacional. Concepto y funciones. Medidas de prevención. Inmunizaciones.

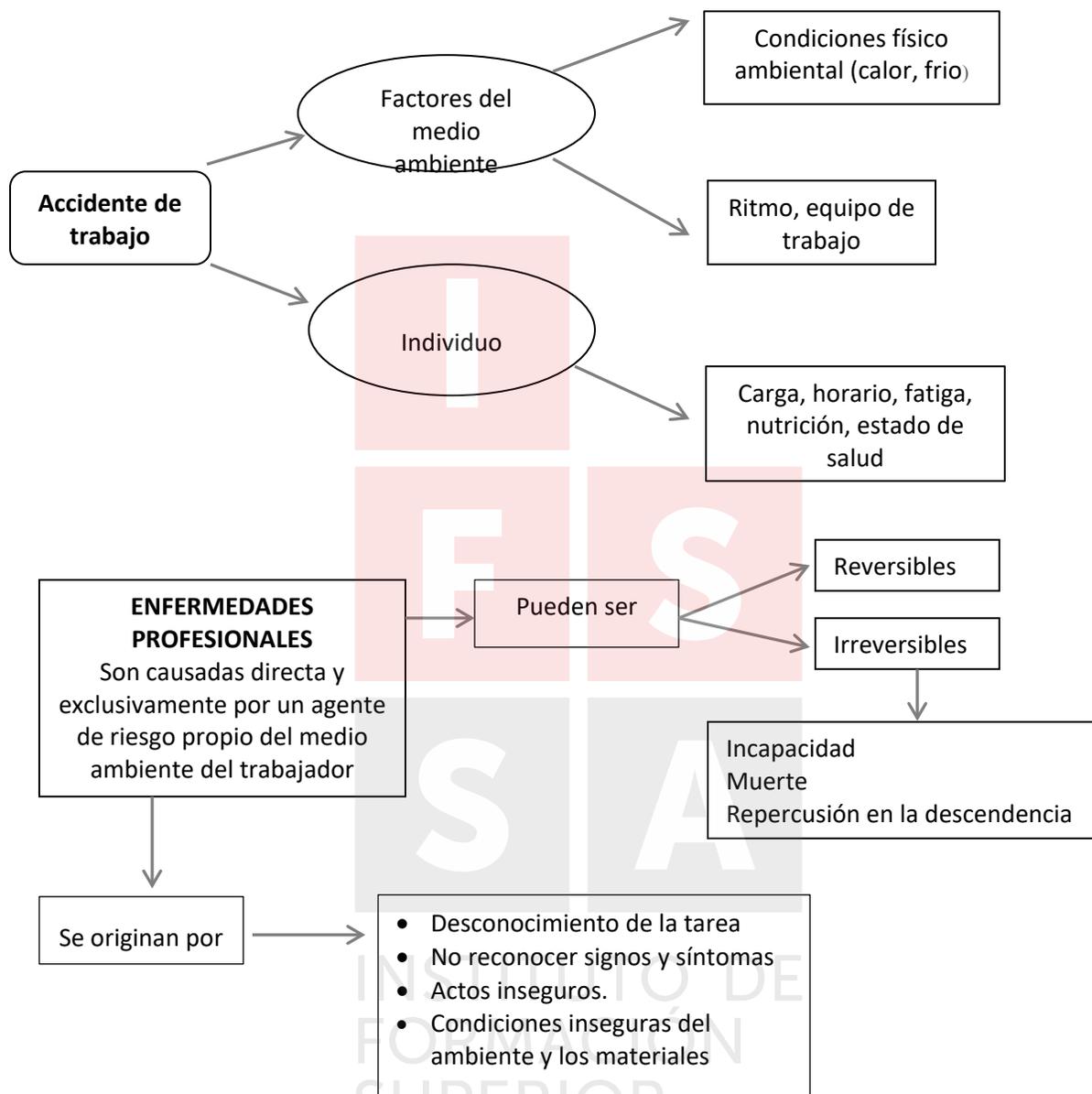
DESARROLLO DEL PROGRAMA INTRODUCCION

CYMAT (CONDICIONES Y MEDIO AMBIENTE DEL TRABAJO)



La salud es un objetivo social, que impacta en la calidad de vida del trabajador, su familia y comunidad y esto influye en la capacidad productiva individual y nacional.

Alteraciones de la salud



Algunas de las lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo

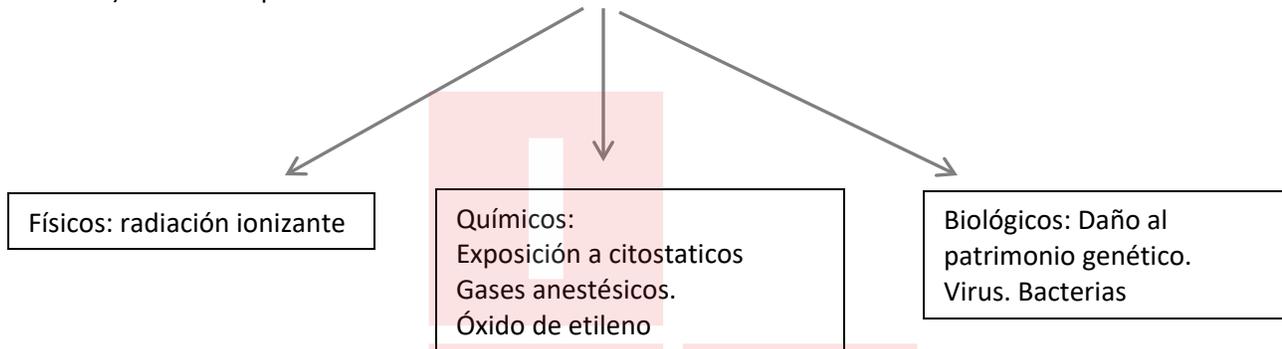
- Enfermedades Cardiovasculares, hipertensión puede originarse por estrés
- Enfermedades Musculo esqueléticas, dolores de la región lumbar, cuello, etc.
- Enfermedades Psicosomáticas, por estrés, lo llevan al consumo de drogas o alcohol

La OPS (Organización Panamericana de la Salud); sugiere que el ámbito laboral debiera ser un área donde se realice promoción de la salud en el siglo XXI.

Un ambiente de trabajo saludable es esencial para lograr la salud de los trabajadores.

RIESGO PARA LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL SECTOR SALUD

- a) Factores de riesgo:
Vinculados al microclima ya sea por aumento o disminución de la temperatura, a la que es sometido el personal, es necesario mejorar las condiciones laborales
- b) Factores que se definen como contaminantes:

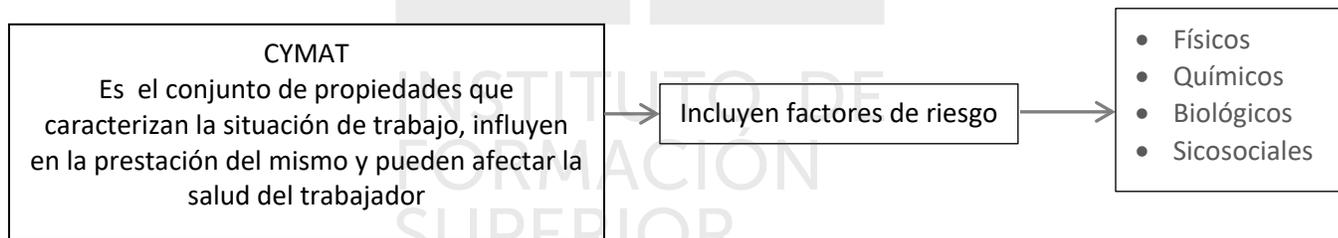


- c) Procesos peligrosos vinculados a la fatiga física, se da por carga física, dolores osteoartromusculares
- d) Factores asociados a la organización del trabajo y los tiempos de descanso, turnos. baja remuneración, múltiples empleos.

Provoca en el trabajador un estrés que se lo denomina SINDROME DE BOURNOT (1986) se lo asocia con agotamiento emocional, despersonalización, y bajos sentimientos de realización personal.

SINDROME DE BURNOUT

La sumatoria de exposición a alguno a las situaciones expuestas provoca en el trabajador un estrés que se lo denomina (1986), síndrome de Bournot, se lo asocia con agotamiento emocional, despersonalización, y bajos sentimientos de realización personal.



UNIDAD I

LA SEGURIDAD:

El concepto tiene dos significados fundamentales, primero tener en cuenta que el capital más valioso que tiene una organización son los individuos. Y en segundo lugar tener en cuenta que la seguridad nos define como sociedad. Y la importancia que a esta le demos refleja el respeto y los valores que tenemos como sociedad sobre los individuos que la conforman.

Poner en práctica las normas de seguridad significa tener la firme convicción de que cada individuo es único e irremplazable y necesario en las tareas que desempeña dentro de la sociedad.

Conciencia de seguridad: existen normas de seguridad aplicables al trabajo pero la conciencia de seguridad es una sola, general y permanente. Se debe tener internalizada.

TRABAJO:

Es toda actividad que el hombre realiza de transformación de la naturaleza con el fin de mejorar la calidad de vida. Viene del latín TRIPALIUM, tres palos, que es un elemento de tortura, hoy se considera un mal necesario, y se siente que se hace por obligación.

A partir del modernismo es que se cambia esa concepción del trabajo en sentido positivo. Donde el individuo realiza una tarea productiva a cambio del cual recibe dinero.

SALUD:

"La salud es un estado de perfecto (completo) bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad". La salud, según la definición que la OMS hace del término, es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

SALUD LABORAL:

La salud laboral se construye en un medio ambiente de trabajo adecuado, con condiciones de trabajo justas, donde los trabajadores y trabajadoras puedan desarrollar una actividad con dignidad y donde sea posible su participación para la mejora de las condiciones de salud y seguridad.

ENFERMEDAD:

Se denomina enfermedad al proceso y a la fase que atraviesa los seres vivos cuando padecen una afección que atenta contra su bienestar al modificar su condición ontológica de salud. Esta situación puede desencadenarse por múltiples razones, ya sean de carácter intrínseco o extrínseco al organismo con evidencias de enfermedad. Estos desencadenantes se conocen bajo el nombre de noxas

ENFERMEDAD LABORAL O PROFESIONAL:

Una enfermedad profesional es la producida por causa del lugar o del tipo de trabajo. Existe un Listado de Enfermedades Profesionales en el cual se identifican cuadros clínicos, exposición y actividades en las que suelen producirse estas enfermedades y también agentes de riesgo (factores presentes en los lugares de trabajo y que pueden afectar al ser humano, como por ejemplo las condiciones de temperatura, humedad, iluminación, ventilación, la presencia de ruidos, sustancias químicas, la carga de trabajo, entre otros).

FACTORES DE RIESGO:

En epidemiología un factor de riesgo es toda circunstancia o situación que aumenta las probabilidades de una persona de contraer una enfermedad o cualquier otro problema de salud. Los factores de riesgo implican que las personas afectadas por dicho factor de riesgo, presentan un riesgo sanitario mayor al de las personas sin este factor.

FACTORES DE RIESGO LABORALES:

Los factores de riesgo laboral son condiciones que existen en el trabajo que de no ser eliminados tendrán como consecuencia accidentes laborales y enfermedades profesionales. Se relacionan siempre con una probabilidad y unas consecuencias.

MEDIO AMBIENTE LABORAL:

Cuando se habla de ambiente laboral se hace referencia a un concepto que engloba todo aquello que rodea a un trabajador, teniendo en cuenta los aspectos materiales, psicológicos y sociales.

CONDICIONES Y MEDIO AMBIENTE DEL TRABAJO: (CYMAT):

Son todos los elementos reales que inciden directa e indirectamente en la salud de los trabajadores. Incluye todos los riesgos físicos, químicos, biológicos y psicosociales a los que está expuesto el hombre. Estos agentes pueden influir de manera positiva o negativa.

DERECHO LABORAL:

La rama del derecho que se encarga de regular las relaciones que se establecen a raíz del trabajo humano se conoce como derecho laboral. Se trata del conjunto de reglas jurídicas que garantizan el cumplimiento de las obligaciones de las partes que intervienen en una relación de trabajo.

LEY DE EJERCICIO DE LA PROFESIÓN:

- Convenio colectivo de trabajo del personal de sanidad
- Ley 24004 del Ejercicio de la Enfermería. Nacional (anexo I)
- Ley 2219- Ejercicio de la enfermería , provincia de Neuquén (anexo II)



www.sanidad.org.ar/acciongremial/cct/c122.aspx



<http://test.e-legis-ar.msal.gov.ar/leisref/public/showAct.php?id=5281>

http://archivo.saludneuquen.gob.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=55:ley-no-2219-ejercicio-de-la-enfermeria-&catid=17:marcos-legales&Itemid=137

ASOCIACIÓN DE RIESGOS DE TRABAJO: (ART)

Las Aseguradoras de Riesgos del Trabajo (ART) son empresas privadas contratadas por los empleadores para asesorarlos en las medidas de prevención y para reparar los daños en casos de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales. ... Evaluar la verosimilitud de los riesgos que declare el empleador.

ASPECTOS LEGALES DEL EJERCICIO DE LA PROFESION.

Todo profesional debe conocer y saber cuál es y qué ordena el marco legal que regula el ejercicio de su profesión con respecto a los derechos y obligaciones que nos competen como tales.

En los últimos años la creciente judicialización de las prácticas en el ámbito de la salud se ha convertido en un fenómeno que pone en alerta tanto a las instituciones financiadoras y las prestadoras como los propios profesionales.

La mayor disponibilidad de información al alcance del público, el creciente número de abogados especializados en juicios de mala praxis y una sociedad cada vez más demandante, son algunos de los factores que complejizan la manera en la cual los profesionales se comportan y asumen una posición a la hora de responder por sus acciones en el desempeño profesional.

Enfermería no escapa a esta situación y es por eso que debe no sólo adoptar las precauciones necesarias para evitar errores, sino también conocer bien las leyes que regulan su ejercicio profesional

Delitos de responsabilidad profesional

Negligencia: acción en menos.

Falta de cuidado y abandono de las pautas de tratamiento, asepsia y seguimiento del paciente, que están indicadas y forman parte de los estudios en las profesiones de la salud.

Imprudencia: acción en más.

Falta de tacto, de medida, de la cautela, precaución, discernimiento y buen juicio debidos por parte del profesional de la salud.

Impericia: acción con falta de conocimiento.

Está genéricamente determinada por la insuficiencia de conocimientos para la atención del caso, que se presumen y se consideran adquiridos por la obtención del título profesional y el ejercicio de la profesión.

Inobservancia de los deberes a su cargo.

Se refiere al incumplimiento de las disposiciones que regulan el ejercicio de una determinada actividad, en este caso, la Enfermería.

Un delito es un comportamiento que, ya sea por propia voluntad o por imprudencia, resulta contrario a lo establecido por la ley. El delito, por lo tanto, implica una violación de las normas vigentes, lo que hace que merezca un castigo o pena.

Más allá de las leyes, se conoce como delito a toda aquella acción que resulta condenable desde un punto de vista **ético** o **moral**. En el sentido judicial, es posible distinguir entre un **delito civil** (la acción que se desarrolla intencionalmente para dañar a un tercero) y un **delito penal** (que además se encuentra tipificado y castigado por la **ley penal**).

Existe una clasificación bastante amplia de los distintos tipos de delito. Un **delito doloso** es aquel que se comete con conciencia, es decir, el autor quiso hacer lo que hizo. En este sentido, se contraponen al **delito culposo**, donde la falta se produce a partir de no cumplir ni respetar la obligación de cuidado. Un asesinato es un delito doloso; en cambio, un **accidente** donde muere una persona es un delito culposo.

RESPONSABILIDAD LEGAL DE ENFERMERIA: CIVIL Y PENAL

Todo profesional de Enfermería debe tener en claro cuáles son las leyes -y los alcances de esas leyes- que regulan su accionar para evitar consecuencias desfavorables. Dado que ninguna intervención en el ámbito del cuidado de la salud es inocua, los grados de calidad dependen del interjuego que tienen en cada circunstancia los beneficios y los riesgos.

Un desempeño profesional de calidad incluye el objetivo de una cultura de la seguridad. Se trata, por lo tanto, de un compromiso a nivel individual (de cada uno de nosotros como profesionales) y a nivel institucional.



DOCUMENTOS Y REGISTRO: SU IMPORTANCIA EN LA PRACTICA DE ENFERMERIA COMO INSTRUMENTO LEGAL.

En el quehacer profesional de Enfermería es común subestimar el valor de los registros escritos. No se tiene en cuenta que, en un proceso judicial, son un valioso instrumento que puede evitar o contribuir a la decisión de imputar legalmente a un profesional. Eximirlo de responsabilidad, en el caso de que los registros detallen nuestro correcto accionar de Enfermería; condenarlo cuando no hay registro alguno, o los registros son deficientes, o están mal confeccionados.

Por ello es necesario que toda acción u observación de Enfermería quede registrada en forma oportuna y fehaciente. Esto es: que existan en la Historia Clínica registros correspondientes a las acciones y observaciones de Enfermería y que estos registros reúnan los requisitos de un instrumento legal (sean claros, legibles, completos, sin abreviaturas personales, con fecha y hora, con firma, aclaración y nº de matrícula) y por lo tanto puedan ser utilizados en un proceso judicial.

Dado el actual nivel de litigiosidad en el campo de la salud, estos registros deben contener detalles incluso de la evaluación inicial de Enfermería al momento de ingresar el paciente. El detalle preciso de las condiciones del paciente al ingreso permite tomar las precauciones que su cuidado requiere y evitar tener que responder por preexistencias no detectadas oportunamente

IATROGENIA EN ENFERMERIA : La iatrogenia, es una alteración –sobre todo negativa– que se produce en el estado de una persona a partir de una intervención. El concepto, por lo tanto, se emplea para nombrar a un daño en la salud que fue provocado por la acción de un profesional de la medicina.

Cuando, ya sea por impericia o negligencia, un médico o un enfermero le genera un perjuicio a un paciente, se produce la iatrogenia. De todos modos, la iatrogenia también puede aparecer incluso cuando el procedimiento se desarrolla de la manera adecuada pero, de todos modos, causa un efecto adverso o indeseado.

La medicina convive con la iatrogenia desde sus inicios. Ya en la Antigüedad las ciencias de la salud se regían por el principio de *primum non nocere*, una expresión del latín que suele traducirse como “lo primero es no

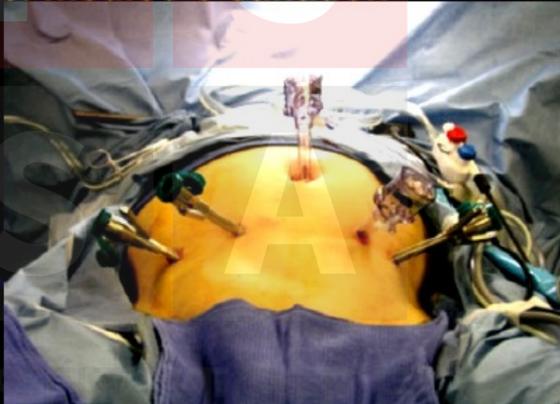
hacer daño". Sin embargo, por múltiples motivos, el acto médico puede derivar en un perjuicio para el paciente.

Un error en la medicación que daña a la persona, una intervención quirúrgica innecesaria o una infección intrahospitalaria adquirida por el paciente son ejemplos de casos de iatrogenia. Los hechos fortuitos y los hechos dolosos, en cambio, resultan diferentes.

Cabe destacar que, cuando el daño generado por el acto médico se le puede imputar jurídicamente al profesional, se trata de un caso de mala praxis.

IATROGENIA

- **Es un estado, o enfermedad afección causado o provocado por los médicos, tratamientos médicos o medicamentos.**
- **deriva de la palabra *iatrogénesis* que tiene significa provocado por el médico o sanador.**



MALA PRAXIS

FORMACIÓN SUPERIOR Mala Praxis

Obrar de manera irresponsable con las normas que reglan el ejercicio de la profesión y los derechos de los usuarios de dicha práctica.

Prof. Lic. Mónica M. Soto Verchér. C

La mala praxis puede darse por imprudencia, impericia. Negligencia o inobservancia.



TRABAJO PRACTICO: N° I

A partir de la lectura de la ley nacional del ejercicio de la profesión N° 24004 y la provincial N°2219:

1. Enumere los distintos niveles de formación y mencione cuál es su característica esencial.
2. Cuáles son las entidades habilitantes para formar enfermeros en el nivel profesional y poder entregarles su título o diploma..
3. Cuáles son las entidades habilitantes para formar y otorgar el Certificado de auxiliar de enfermería.
4. Enumere los derechos y obligaciones del personal de enfermería.
5. Mencione los regímenes especiales y a quien se les otorga con el objetivo de resguardar la salud física y / o síquica del personal de enfermería.

UNIDAD II

SEGURIDAD LABORAL:

Se da la contradicción de que servicios encargados de brindar prestaciones de salud a la comunidad son a su vez generadores de malestar, estrés, lesión y muerte para los trabajadores del propio servicio. No es aceptable perder la salud en el mismo lugar donde se gana el sustento. En este entorno está más que justificada la necesidad de incorporar las acciones en salud ocupacional a la gestión en los servicios de salud. No obstante pueden citarse otras:

A) En momentos en que la calidad forma parte de los paradigmas de las Organizaciones, del cual no escapan los servicios de salud, sólo con condiciones y medio ambiente de trabajo saludables se puede alcanzar el objetivo de servicios de calidad para el usuario.

B) Las acciones tendientes a promover y proteger la salud de los trabajadores. de los servicios de salud, favorecen recursos humanos creativos y por tanto productivos en sus tareas. La eficiencia se construye necesariamente a través de la promoción de la salud del colectivo de trabajadores en toda su integridad (bio-psico-social)

C) Las malas condiciones de trabajo están asociadas en general de ausentismo elevado, siendo un grave problema para la Administración.

D) La accidentalidad es un hecho frecuente en los servicios de salud, siendo el accidente con lesión cortopunzante, el más frecuente. La potencialidad de la gravedad en cuanto al riesgo biológico de transmisión, hepatitis B, C o eventualmente H.I.V., obliga al planteo de las medidas de prevención tendientes a mejorar la seguridad.

F) Se justifica el desarrollo de sistemas de vigilancia epidemiológica y ambiental que evalúen tanto las condiciones específicas de la tarea como la salud del personal.

G) Es necesario crear ámbitos de participación de los diferentes actores involucrados, en particular de los trabajadores, que generen un espacio dentro de las organizaciones de evaluación y de propuesta para la mejora de las condiciones de trabajo. Con ese marco, la gestión de la salud y la seguridad en el trabajo debería contar al menos con los siguientes componentes:

- Una política institucional en materia de salud y seguridad en el trabajo dirigida a promover y proteger la salud de los trabajadores.
- Servicios de salud y seguridad en el trabajo
- Participación de los trabajadores a través de delegados de prevención y comités mixtos
- Un sistema de gestión de la salud y la seguridad.

Bioseguridad en los establecimientos de salud.

El significado de la palabra Bioseguridad, significa vida y seguridad, es decir libre de daño o peligro. Se define como bioseguridad al conjunto de normas o actitudes que tienen como objetivo prevenir los accidentes en el área del trabajo., es decir las medidas preventivas que debe llevar el personal de salud para evitar el contagio de enfermedades de riesgo profesional u ocupacional.

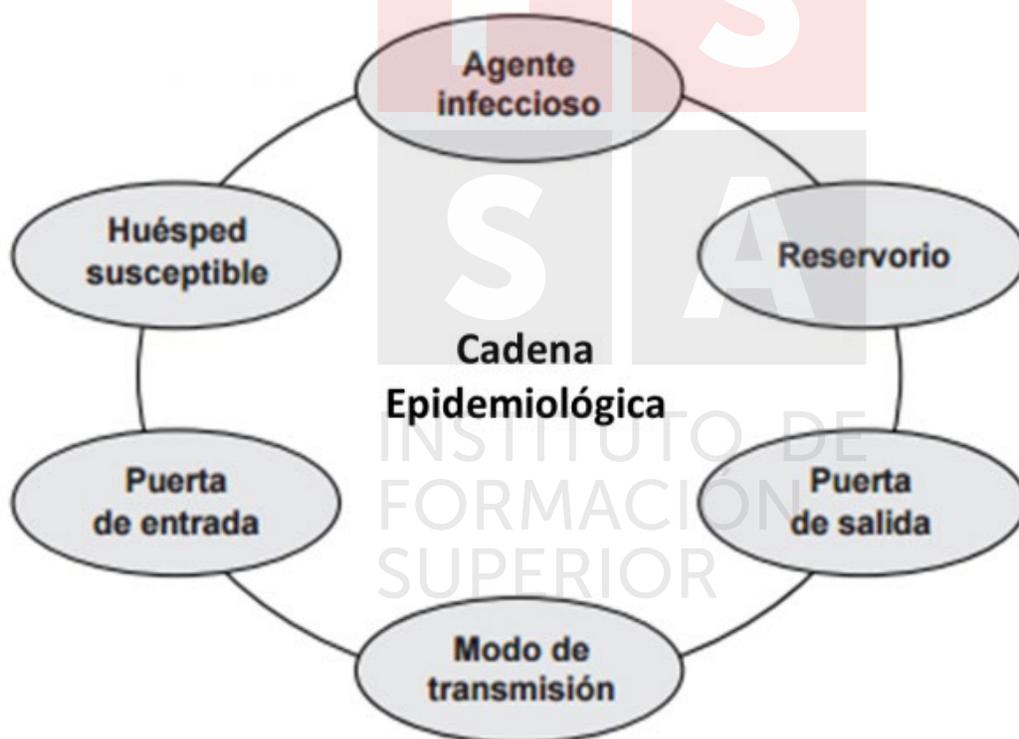
Se define como riesgo, la probabilidad que tiene un individuo de sufrir lesión, enfermedad, complicación de la misma o muerte.

PRECAUCIONES UNIVERSALES O MEDIDAS DE SEGURIDAD ESTÁNDAR.

Son todas aquellas normas o dispositivos de barrera que deben ser utilizados **SIEMPRE** que estemos en contacto con sangre y / o fluidos corporales.

CADENA EPIDEMIOLÓGICA

Es la secuencia de elementos que intervienen en la transmisión de un agente desde una fuente de infección a un huésped susceptible, o sea los pasos que sigue un agente causal, desde su hábitat natural (reservorio), hasta el hospedero susceptible



- Agente Causal: microorganismo que lo produce.
- Fuente de infección o reservorio: medio donde el agente vive, se desarrolla y se multiplica.
- Puerta de salida: por donde sale del reservorio.
- Modo de transmisión: o vías de contacto, que puede ser directa o indirecta, que es el medio de propagación del agente.
- Puerta de entrada: es la vía por donde entra a otro individuo el agente patógeno.

- **Huésped susceptible:** organismo en el que se produce la infección o enfermedad. Que pasaría a ser un nuevo reservorio del agente causal.

MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD ESTÁNDAR O PRECAUCIONES UNIVERSALES:

Son las **precauciones** que deben aplicarse a todos los pacientes independientemente de su diagnóstico, cada vez que se está en contacto con sangre y / o fluidos corporales, a fin de minimizar el riesgo de transmisión de cualquier tipo de microorganismo, del paciente al trabajador de la salud y viceversa.

Normas de bioseguridad y elementos de barrera:

- Lavado de manos, antes y después de estar en contacto con el paciente o alguno de sus fluidos según técnica.
- Uso del uniforme hospitalario.
- Uso de descartador de paredes rígidas, para los elementos corto punzantes (agujas, bisturí).
- No encapuchar agujas utilizadas con paciente.
- Uso de guantes, (ej; distintos tipos de guantes según la tarea, limpios para manipular orina, estériles en una curación, de uso doméstico, para limpiar una mancha de sangre en alguna superficie).
- Uso de barbijo, quirúrgico o de filtración N95, según la vía de transmisión del agente causal.
- Uso de camisolín, gorro, botas, antiparras
- Limpieza de la mancha de sangre. Y de higiene hospitalaria.
- Manejo de residuos domiciliarios y especiales o patógenos.
- Técnicas de aislamiento específicos según la vía de transmisión del agente causal o contaminante.
 - 1) Contacto
 - 2) Respiratoria aérea.
 - 3) Respiratoria por micro gotas de flugge.
 - 4) Por material radioactivo.
 - 5) Por manipulación de fármacos peligrosos.

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES LABORALES:

- Capacitación en servicio.
- Por parte de la institución provisión de los elementos de bioseguridad en cantidad y calidad necesarios para el desarrollo de la tarea.
- Por parte del trabajador de salud cumplir con las normas de bioseguridad siempre.
- Usar el uniforme adecuado, calzado cerrado.
- Inmunización contra hepatitis B, antigripal y doble o triple bacteriana, triple viral (unidad VII)

GESTIÓN Y MANEJO DE RESIDUOS :

RESIDUO: Es todo objeto o sustancia sólida, líquida o gaseosa, que resulta de la utilización, descomposición, transformación, tratamiento o destrucción de una materia, que carece de utilidad o valor.

GESTIÓN DE RESIDUOS: Son todas aquellas acciones que se llevan a cabo para lograr la adecuada clasificación, acopio, tratamiento y disposición final de los residuos generados en las instalaciones.

RESIDUOS HÚMEDOS: Son aquellos residuos compuestos por Restos de comida y orgánicos, papeles y cartones sucios (servilletas, pañuelos descartables, papel, envoltorios de golosinas, vasos encerados), plásticos sucios (con restos de comida, lapiceras, CD's y DVD's), ropas y telas sucias.

RESIDUOS SECOS: Son aquellos residuos compuestos por Plásticos (botellas, envases, bolsas, papel film, telgopor, radiografías, vajilla descartable seca y limpia), vidrios, metales (latas y envases de acero,

aluminio, hierro, plomo, cobre, zinc, bronce, metales ferrosos limpios, tapas de frascos de aluminio, llaves, candados, picaportes, griferías, ollas, artefactos de cobre o estaño), Cartón y Papel impreso o no, envases tetra-brick, telas limpias.

RESIDUOS PATOGENICOS: Son aquellos elementos y objetos en estado sólido, semi-sólidos, líquidos o gaseosos, que presentan características de toxicidad y/o actividad biológica, que introducidos en el ambiente perjudican directa o indirectamente la salud humana, como: vendas usadas, residuos orgánicos provenientes de sala de parto, quirófano y anatomía patológica; necropsias, morgue, piezas anatómicas, residuos farmacéuticos, materiales descartables con o sin contaminación sanguínea, materiales de vidrio, descartables de laboratorio y hemoterapia, etc. Los mismos se encuentran indicados en el Anexo I, Ley N° 1875 (T.O. Ley N°2267) –

RESIDUOS RADIOACTIVOS: Son residuos que emiten radiaciones electromagnéticas en niveles superiores a las radiaciones naturales de fondo, como, por ejemplo: los provenientes de métodos de diagnósticos, terapéuticos o de intervenciones, que pueden generarse en servicios de radioterapia, medicina por imágenes, laboratorio, hemoterapia, anatomía patológica, etc.



TRABAJO PRACTICO N° II

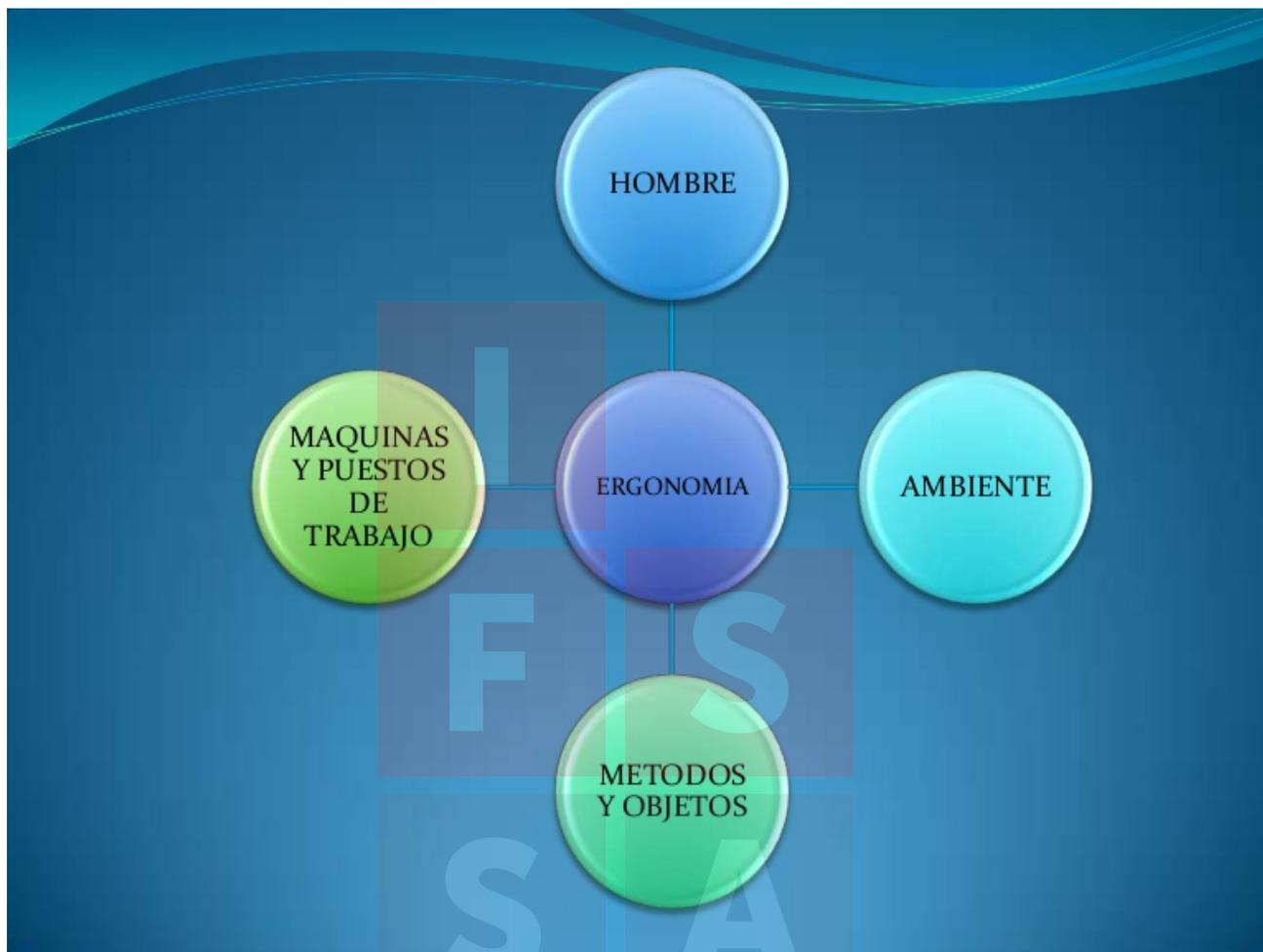
Grupal, no más de 4 integrantes, realizar power point, lamina o el modo de presentación que decidan grupalmente.

1. A partir de la lectura e interpretación de la cadena epidemiológica y diferenciando los eslabones:
 - Realice una cadena epidemiológica de una patología, seleccionando el agente causal de los abajo mencionados.
(Virus de la hepatitis A, Hepatitis B y C, HIV, Bacilo de Koch, sarampión. Gripe , hidatidosis)
 - Conceptualice los distintos eslabones para la patología que eligió.
 - Cuáles son las normas de bioseguridad indispensables para realizar el cuidado de estos pacientes sin riesgo de tener accidente laboral.

UNIDAD III:

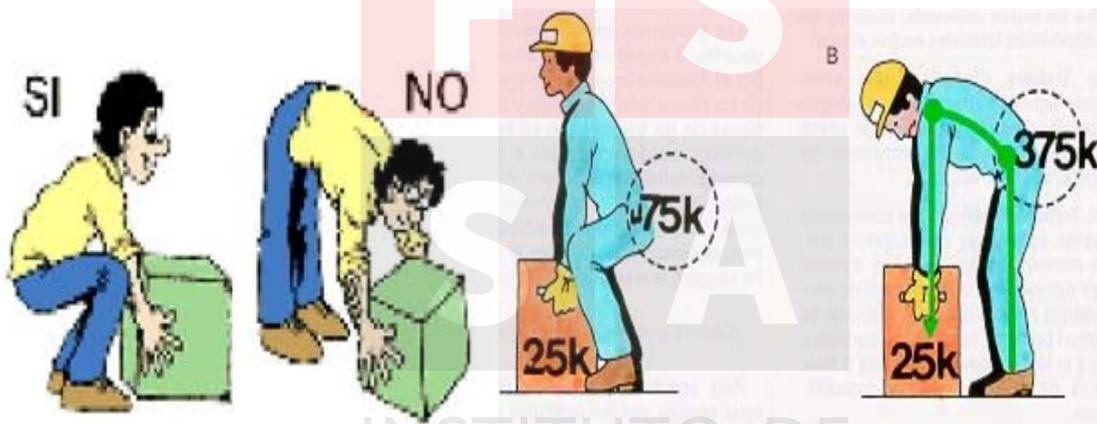
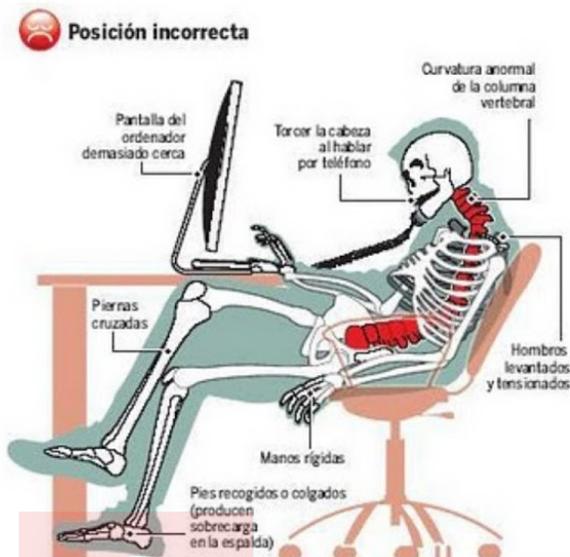
ERGONOMÍA EN EL TRABAJO

La **ergonomía** es la disciplina que se encarga del diseño de lugares de trabajo, herramientas y tareas, de modo que coincidan con las características fisiológicas, anatómicas, psicológicas y las capacidades de los trabajadores que se verán involucrados. Busca la optimización de los tres elementos del sistema (humano-máquina-ambiente), para lo cual elabora métodos de la persona, de la técnica y de la organización.



MECÁNICA CORPORAL.

Es la buena posición de su cuerpo cuando usted está parado, sentado, acostado, caminando, levantando o cargando cosas pesadas. Estudia el equilibrio y movimiento de los cuerpos aplicado a los seres humanos.



OBJETIVOS DE LA MECÁNICA CORPORAL:

- Evitar la fatiga corporal y aprovechar eficazmente la energía.
- Adquirir elegancia y eficacia en los movimientos.
- Evitar accidentes en la movilización del paciente.

PRINCIPIOS DE LA DINÁMICA CORPORAL:

- Alineación corporal: “ cuando el cuerpo está bien alineado se mantiene el equilibrio sin tensiones innecesarias en articulaciones músculos, tendones o ligamentos”:
Mantener la espalda recta.
Flexionar las rodillas.
Sujetar a la persona o la carga próxima al cuerpo.
- Equilibrio: “es el resultado de una alineación adecuada”.
Centro de gravedad.
- Movimiento corporal adecuado: “ implica el funcionamiento integrado de los sistemas musculo esquelético y nervioso , así como la movilidad articular”



UNIDAD IV:

RADIACIÓN:

Es la acción y efecto de irradiar, es decir de despedir rayos de luz, calor u otra energía. Para la física, se trata de la energía ondulatoria o de las partículas materiales que se propagan a través del espacio.

TIPOS DE RADIACIONES:

- Radiación electromagnética: es aquella que supone la propagación de energía mediante la combinación de campos eléctricos y magnéticos oscilantes. Se conoce como espectro electromagnético a la distribución energética de las ondas electromagnéticas, que van desde los rayos gamma, hasta las ondas de radio.
- La radiación solar: es el conjunto de radiaciones electromagnéticas que emite el sol, y que determina la temperatura de la tierra.
- La radiación ionizante: por su parte, propaga la energía suficiente para ionizar la materia. Esto quiere decir que la radiación ionizante produce iones y extrae los electrones del estado ligado al átomo. Los generadores de rayos X y los aceleradores de partículas son ejemplos de radiación ionizante. Es importante tener en cuenta que las radiaciones ionizantes producen efecto sobre la materia viva. Por eso puede ser utilizada para tratamientos de radioterapia en oncología, ya que interfiere en el proceso de división celular

USOS DE LAS RADIACIONES

Las aplicaciones de las radiaciones ionizantes se basan en la interacción de la radiación con la materia y su comportamiento en ella. Los materiales radiactivos y las radiaciones ionizantes se utilizan ampliamente en medicina, industria, agricultura, docencia e investigación. En medicina, el uso de radiaciones ionizantes se encuadra en la aplicación de técnicas de radiodiagnóstico, radioterapia y medicina nuclear.

- El radiodiagnóstico comprende el conjunto de procedimientos de visualización y exploración de la anatomía humana mediante imágenes y mapas. Algunas de estas aplicaciones son la obtención de radiografías mediante rayos X para identificar lesiones y enfermedades internas, el uso de radioisótopos en la tomografía computarizada para generar imágenes tridimensionales del cuerpo humano, la fluoroscopia y

la radiología intervencionista, que permite el seguimiento visual de determinados procedimientos quirúrgicos.

- La radioterapia permite destruir células y tejidos tumorales aplicándoles altas dosis de radiación.
- La medicina nuclear es una especialidad médica que incluye la utilización de material radiactivo en forma no encapsulada para diagnóstico, tratamiento e investigación. Un ejemplo es el radioinmunoanálisis, una técnica analítica de laboratorio que se utiliza para medir la cantidad y concentración de numerosas sustancias (hormonas, fármacos, etc.) en muestras biológicas del paciente.

LOS MATERIALES RADIATIVOS SE CARACTERIZAN SEGÚN:

- La naturaleza del isótopo que contienen: Cobalto-60, Yodo-131, Tecnecio-99m, Iridio-192, Yodo-125, etc., lo cual determina el tipo de radiación emitida (alfa, beta, gamma) la energía de la misma y el periodo de semidesintegración.
- El modo de presentación de la sustancia: fuente encapsulada (no es posible el contacto directo con el material radiactivo, ni su incorporación a las personas o al medio ambiente), o fuente no encapsulada.
- La actividad utilizada, que depende de la aplicación a que se destine el material radiactivo. Si tomamos como unidad de referencia el Megabecquerelio (106 Becquerelios): Cobaltoterapia: Cientos de millones de Megabecquerelios en fuente encapsulada. Braquiterapia: Cientos de miles de Megabecquerelios (alta tasa) a miles de Megabecquerelios (baja tasa) en fuente encapsulada. Medicina Nuclear: Algunos miles de Megabecquerelios en fuente no encapsulada, que se administran a los pacientes ("in vivo"). Radioinmunoanálisis (RIA): Décimas de Megabecquerelio en fuente no encapsulada, que se aplican "in vitro".

MÉTODOS DE PROTECCIÓN RADIOLÓGICA

Precauciones a tomar para minimizar la exposición a la radiación Es necesario aplicar medidas de protección radiológica para protegerse frente a la radiación producida por los equipos emisores de rayos X y rayos gamma, así como frente a la radiación y contaminación originada por las sustancias radiactivas. Protección frente a la radiación Los métodos más efectivos para protegernos de la radiación son:

1. Minimizar el tiempo
2. Maximizar la distancia
3. Maximizar el blindaje.
 - 1) Tiempo Conforme aumenta el tiempo transcurrido en presencia de un campo de radiación, la dosis de radiación aumenta. Por lo tanto es necesario minimizar el tiempo de permanencia en aquellas áreas donde existe radiación. Si en razón del tipo de trabajo que se realiza es necesario permanecer en áreas donde existen radiaciones, el personal debe planificar sus tareas con antelación para reducir el tiempo de trabajo en las mismas. Esto es aplicable al personal de enfermería al cuidado de pacientes tratados mediante terapias que requieren la administración de sustancias radiactivas o la implantación de fuentes radiactivas, al personal de limpieza y mantenimiento. En los tratamientos de radioterapia externa (tele terapia) esto no es necesario, ya que únicamente el paciente penetra en la sala donde se le administra el tratamiento, así que la dosis de radiación al personal es nula.
 - 2) Distancia La variación de la exposición con la distancia está regida por la ley del inverso del cuadrado de la distancia. Duplicar la distancia entre una persona y una fuente de radiación reduce la dosis de radiación recibida a la cuarta parte. Así que es buena práctica mantener la máxima distancia posible a las fuentes de radiación. En un quirófano o sala de urgencias, el personal de enfermería no puede a veces dejar al paciente cuando van a hacerle una radiografía o un examen radioscópico, pero puede al menos alejarse lo más posible del equipo de rayos y ponerse un delantal plomado.
 - 3) Blindaje Se llama blindaje al material capaz de absorber la radiación. Cuanto más grueso sea, más disminuirá la radiación al otro lado del mismo. Algunos materiales son mejores que otros. El plomo y

el hormigón se utilizan para atenuar los rayos X y la radiación gamma. Las salas de rayos X suelen estar forradas de plomo o construidas con ladrillos de material absorbente (como la barita). Para proteger el cuerpo cuando se permanece en el interior de la sala durante la exploración radiológica, se utilizan delantales, protectores tiroideos y guantes plomados. En medicina nuclear pueden utilizarse ladrillos de plomo, protectores plomados para viales y jeringas.

VIGILANCIA DE LA RADIACIÓN Y DOSIMETRÍA PERSONAL

La vigilancia de la radiación se realiza utilizando instrumentos especiales llamados detectores de radiación. El personal del servicio de protección radiológica mide los niveles de radiación existentes durante la operación de un equipo generador de radiaciones, comprobando así la adecuación de los blindajes. Además, en el momento de su instalación, antes de su utilización con pacientes, realiza una verificación exhaustiva del funcionamiento del equipo. Además de estas pruebas iniciales, se realizan controles periódicos. En aquellas áreas donde se utilizan, preparan o almacenan sustancias radiactivas deben ser objeto de vigilancia radiológica periódica (diaria, semanal, mensual) en función del uso y de los requerimientos legales. Las medidas de vigilancia tienen como objetivo mantener los niveles de radiación tan bajos como sea razonablemente posible.

Instrumentos de medida La vigilancia se realiza mediante monitores de radiación portátiles, o a veces con dosímetros, y los resultados obtenidos se comparan con los límites de dosis. Además de las medidas anteriores, los trabajadores que desarrollan su tarea en el interior de zonas controladas deben llevar un dosímetro personal que permita conocer su nivel de exposición a las radiaciones. Estos dispositivos registran la exposición que un trabajador recibe por estar empleado en una instalación determinada. El dosímetro es personal e intransferible, se lleva durante un mes y al cabo de este periodo se envía para su lectura a un centro autorizado. La dosis de radiación recibida queda registrada en un historial dosimétrico del individuo, que tiene carácter legal y debe conservarse durante un periodo de tiempo de 30 años.

RADIACIÓN Y EMBARAZO

Desde los primeros años del siglo XX se sabe que las células que se reproducen más frecuentemente son más susceptibles a los daños por radiación. Puesto que los embriones, fetos y niños están creciendo, y por lo tanto sus células se están reproduciendo a ritmo más rápido, son más sensibles a la radiación que los adultos. Cuando se irradia el abdomen de una embarazada, una fracción de la radiación es recibida por el embrión o feto. El periodo más radiosensible del embrión es entre las 8 y las 15 semanas de gestación. Las trabajadoras expuestas a radiaciones deben contactar con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales (SPRL) si se quedan embarazadas o han planificado quedarse. Este Servicio es el encargado de requerir al Servicio de Protección Radiológica la evaluación del riesgo que para el feto conlleva la permanencia de la trabajadora en su puesto de trabajo y, si es necesario, modificar las condiciones de trabajo de la madre.



UNIDAD V:

ESTRES

El estrés (del latín stringere 'apretar' a través de su derivado en inglés **stress** 'fatiga de material') es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.

La OMS lo define como “el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción”

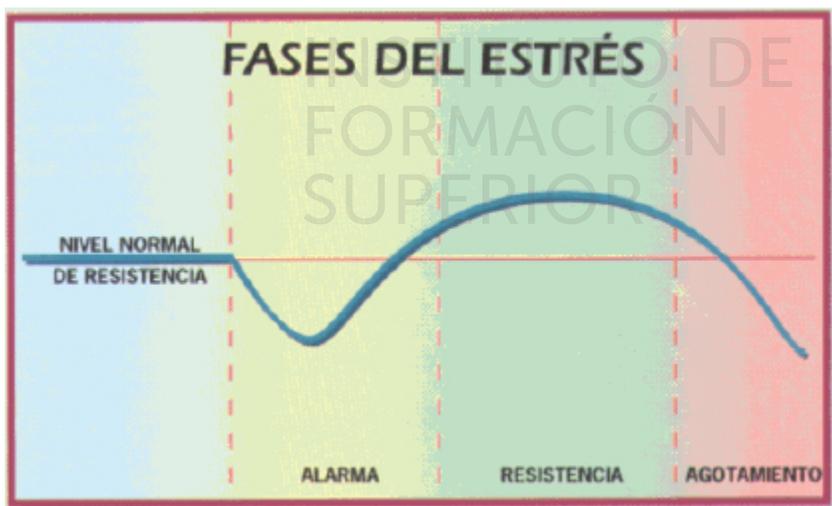
CLASIFICACIÓN DEL ESTRÉS:

- 1) Eu stress o stress dichoso, es una reacción de adaptación que refleja un buen ajuste de los factores externos al medio interno del organismo. Es la fase positiva del Estrés que resulta en vitalidad, entusiasmo, optimismo, resistencia a las enfermedades, agilidad mental.
- 2) Di stress. es cuando los mecanismos de adaptación al stress comienzan a agotarse y la respuesta al estímulo es insatisfactoria.

Se manifiesta con desregulación del organismo, apareciendo fatiga, irritabilidad, falta de concentración, depresión, pesimismo, enfermedades, accidentes, incomunicación, baja productividad.

ANÁLISIS DEL ESTRÉS:

- 1) Fase de alarma: el organismo reconoce el stress y se prepara para luchar o huir.
- 2) Fase de resistencia: el organismo se vuelve rígido para recibir el ataque y rechazarlo. Supone la fase de adaptación a la situación estresante. Se desarrollan un conjunto de procesos fisiológicos, cognitivos, emocionales y de comportamientos, destinados “negociar” la situación de stress de la manera menos lesiva para la persona.
- 3) Fase de agotamiento: El organismo entra en colapso como defensa a las agresiones, si la fase de resistencia fracasa, es decir los medios de adaptación ambiental no son eficientes se entra en la fase de agotamiento donde los trastornos fisiológicos, psicológicos o psicosociales tienden a ser crónicos o irreversibles.



ESTRÉS LABORAL:

- 1) Episódico: ej. un despido.
- 2) Crónico: se puede presentar cuando la persona se encuentra sometida a las siguientes situaciones:
 - Ambiente laboral inadecuado
 - Sobrecarga de trabajo.
 - Alteración de ritmos biológicos: como los ciclos de sueño y vigiar, trastornos metabólicos.
 - Responsabilidades y decisiones importantes.
 - Trabajo rutinario y poco estimulante.
 - Condiciones laborales inadecuadas como baja remuneración salarial, inestabilidad laboral.

CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS LABORAL:

- 1) Trastornos respiratorios: asma, taquipnea etc.
- 2) Trastornos cardiovasculares: hipertensión arterial, etc.
- 3) Trastornos inmunológicos: desarrollo de enfermedades infecciosas.
- 4) Trastornos endocrinos: híper o hipo tiroidismo, diabetes, etc.
- 5) Trastornos dermatológicos: dermatitis, prurito, sudoración excesiva, etc.
- 6) Dolores crónicos: cefaleas, dolores osteoartromuscular, etc.
- 7) Trastornos sexuales: impotencia, eyaculación precoz, alteración de la libido, etc.
- 8) Trastornos sicopatológicos: ansiedad, fobias, miedos, depresión, insomnio, alteración de la alimentación, etc

ESTRÉS EN ENFERMERIA:

Son tantos los estresores diarios que sufre la enfermería, todos ellos inherentes al desarrollo de su actividad, que no solo es una de las profesiones con mayor estrés laboral, sino la profesión con mayor índice de deserción y abandono profesional.



PREVENCIÓN DEL ESTRÉS EN ENFERMERIA:

- 1) Presentar pautas claras de trabajo.
- 2) Estimular al personal a través del reconocimiento.
- 3) Respetar el tiempo de trabajo para los distintos procedimientos.
- 4) Estudiar las causas y consecuencias de los aciertos y desaciertos del personal con el fin de mejorar la calidad de la atención del personal.
- 5) Propender a la tolerancia y el buen trato entre el personal de enfermería, los pacientes y el personal de conducción.
- 6) Proponer ascensos del personal.

El estrés continuo se vuelve crónico y puede desencadenar episodios fisiopatológicos. (ya enumerados arriba).

El estrés crónico produce el agotamiento por Estrés laboral denominado **“SINDROME DE BURNOUT EN ENFERMERIA”**.

SINDROME DE BURNOUT:

O síndrome de desgaste profesional, o quemado. Es la respuesta al estrés laboral crónico. Caracterizado por:

- 1) Agotamiento emocional.
- 2) Despersonalización.
- 3) Falta de realización personal en el trabajo.

CARACTERÍSTICAS:

- Agotamiento
- Decepción
- Perdida de interés
- Fatiga emocional física y mental.
- Sentimientos de impotencia e inutilidad.
- Sensaciones de sentirse atrapado.
- Falta de entusiasmo por el trabajo y la vida en general.
- Baja autoestima, agotamiento emocional.
- Despersonalización
- Sentimiento de fallo o desorientación profesional.
- Desgaste y labilidad emocional.
- Sentimiento de culpa por falta de éxito profesional.
- Frialdad o distanciamiento emocional.
- Aislamiento y manifestaciones psicósomáticas.





Diferencias entre ESTRÉS Y BURN OUT



ESTRÉS	BURN OUT
<p>Sobre implicación en los problemas. Hiperactividad emocional. El daño fisiológico es el sustrato primario. Agotamiento o falta de energía física. La depresión puede entenderse como reacción a preservarlas las energías físicas. Puede tener efectos positivos en exposiciones moderadas (eustrés).</p>	<p>Falta de implicación. Embotamiento emocional. El daño emocional es el sustrato primario. Agotamiento afecta a motivación y a energía psíquica. La depresión en burn out es como una pérdida de ideales de referencia-tristeza. Sólo tiene efectos negativos.</p>

MOBBING:

El acoso laboral o el acoso moral en el trabajo, también conocido como mobbing, es la situación en la que un trabajador o grupo de trabajadores realizan una serie de acciones violentas psicológicas de forma sistemática (al menos una vez a la semana) durante un tiempo determinado (más de seis meses), sobre una persona en el lugar de trabajo.

El acoso laboral puede aparecer en cualquier momento, afecta por igual a hombres y mujeres y no entiende de jerarquías laborales.

El *mobbing* es una forma de estrés laboral que se caracteriza porque no ocurre por causas relacionadas directamente con el desempeño del trabajo o con su organización. Tiene su origen en las relaciones entre las personas que se generan entre las personas.

Algunas de las variables que pueden originar el acoso son:

- Los jefes autoritarios, aquellos que buscan optimizar y tener los mejores resultados pero, sin tener en cuenta el factor humano pueden causar también conflictos que desemboquen finalmente en acoso laboral.

- Cuando una persona realiza siempre las mismas tareas, la monotonía y la repetición constante puede provocar malestar y conflictos entre los miembros del equipo.
- Desacreditación del resultado de una tarea o se le asignan quehaceres inútiles o absurdos, inferiores a su capacidad o competencias profesionales.

SINTOMAS DE MOBBING:

- Dificultades en la comunicación.
- Aislamiento social.
- Depresión, angustia
- Alta siniestralidad laboral.
- Mucho ausentismo laboral.

RESILIENCIA:

La resiliencia es la capacidad que tiene una persona o un grupo de recuperarse a la adversidad para seguir proyectando el futuro. En ocasiones, las circunstancias difíciles o los traumas permiten desarrollar recursos que se encontraban latentes y que el individuo desconocía hasta el momento.



TRABAJO INDIVIDUAL

- Leer e interpretar los temas de la unidad
- Describir una situación donde usted sintió estrés o mobbing, que signos o síntomas fueron los que se manifestaron y cuales fueran las estrategias o mecanismos de resiliencia para adaptarse a la situación.
- Plenario

UNIDAD VI:

SERVICIO DE ENFERMERIA:

Es responsable de organización, administración, ejecución y supervisión de las actividades de enfermería, asegurando la máxima y más eficiente atención. La conducción del servicio de enfermería deberá implementar acciones para asegurar que los procesos de atención de enfermería sean controlados y perfeccionados.

Objetivos del servicio de enfermería:

- Brindar atención directa y efectiva las 24 hs los 365 días del año al paciente, la familia y la comunidad.
- **Mantener clima de relaciones interpersonales armónicas dentro del servicio y fuera de él.**
- Las acciones del servicio tenderán a buscar la optimización de los recursos para el logro del objetivo mediante un proceso continuo de planificación, programación, organización y coordinación de recursos para el desarrollo de las actividades, con la dirección adecuada y en presencia de la permanente supervisión, seguimiento y evaluación de los problemas.
- Promover al mejoramiento técnico (capacitación) de todos los miembros que componen el servicio.
- **Generar medidas de la cantidad de trabajo /cuidado enfermero/hs, para obtener calidad de atención, sin recargar de tarea al profesional.**

- Participar del comité de seguridad e higiene laboral, **bioseguridad, etc.**

NORMAS DE ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO DE SERVICIOS DE ENFERMERIA EN ESTABLECIMIENTOS DE SALUD:

Considerando que las políticas públicas tienen por objeto lograr la plena vigencia del “derecho a la salud” para toda la población, tendiente a alcanzar la meta de la “salud para todos”, basado en los criterios de equidad, solidaridad, eficacia, eficiencia y calidad el ministerio de salud aprobó las Normas de organización y funcionamiento de servicios de enfermería en establecimientos de atención médica, incorporándose al programa de enfermería en establecimientos de atención médica.

Esto es tanto para la atención de los pacientes, como para la salud y las necesidades del personal.

Estos conceptos se refieren a:

- Pacientes: caracterización de la demanda actual y futura.
- Objetivos de la enfermería, lo que se pretende lograr.
- Acciones de enfermería: los cuidados de enfermería y el proceso que permita aplicarlos.
- Sistema de cuidados de enfermería: en relación a las características de la demanda de cuidados propios de la enfermería y los que surjan como consecuencia de indicaciones y actividades de otros profesionales.
- **Los prestadores de cuidados de enfermería: la calificación que debe tener cada persona que brinda cuidados de enfermería y el rol que debe asumir, como así también las condiciones de trabajo adecuadas y la evaluación periódica del estado de salud del personal.**



LAS NORMAS NOS PROTEGEN

SECTORES DEL SERVICIO DE ENFERMERIA:

El servicio de enfermería tendrá a su cargo los sectores de cuidados a pacientes en atención ambulatoria, en internación, domiciliaria, área programática, docencia.

Debe contar con:

- 1) Recursos humanos: dotación de personal de conducción y de operación necesarios para la atención de enfermería a los pacientes en los sectores a su cargo.
- 2) Recursos materiales: el servicio de enfermería dispondrá de un manual de especificación de los recursos materiales, insumos y equipos de uso habitual.
 Coordinara con los sectores responsables de la provisión de materiales, equipos, insumos, medicamentos, almacenamiento, conservación, condiciones de seguridad y calidad para el uso.
- 3) Planta física: deben contar con instalaciones que permitan:
 - Evitar desplazamientos inútiles al personal.
 - Ahorrar tiempo y energía.
 - Facilitar comunicación con las unidades de los pacientes y otras dependencias del establecimiento.
 - Almacenar, conservar, y controlar equipos, materiales y medicamentos de uso diario, en forma segura, eficaz y rápidamente accesible.
 - Brindar tranquilidad y privacidad en la preparación y aplicación de tratamientos e indicaciones médicas.

- Cumplir con medidas de control de infecciones hospitalarias que den seguridad a los pacientes y al personal.
- Controlar adecuadamente el movimiento de la unidad.
- Debe contar con vestuario para el personal.
- Sanitarios para el personal.
- Office de enfermería
- Depósito de materiales.
- Estación para la tarea administrativa.
- Oficina para la jefatura del servicio.
- Iluminación, ventilación adecuada.

UNIDAD VII:

MEDICINA OCUPACIONAL:

Salud **ocupacional** es el conjunto de actividades asociado a disciplinas multidisciplinarias, cuyo objetivo es la promoción y mantenimiento del más alto grado posible de bienestar físico, mental y social de los trabajadores de todas las profesiones promoviendo la adaptación del trabajo al hombre y del hombre a su trabajo.

- 1) Medicina preventiva laboral: procurando que no aparezca la denominada patología del trabajo.
- 2) Medicina curativa laboral: encargada del diagnóstico y tratamiento de los procesos de patología laboral.
- 3) Medicina reparadora laboral: encargada de reducir al mínimo las secuelas de la patología laboral.

OBJETIVOS DEL SERVICIO DE MEDICINA OCUPACIONAL:

- 1) Proteger a las personas en sus trabajos de los riesgos a la salud y seguridad.
- 2) Proteger al ambiente.
- 3) Facilitar ambientes de trabajos saludables y seguros, de acuerdo a sus capacidades físicas, mentales y emocionales.
- 4) Proveer adecuado cuidado médico y rehabilitación frente a enfermedades y daños derivados del trabajo.
- 5) Asistir en las medidas necesarias para el mantenimiento de la salud de los trabajadores.



“LAS CYMAT DEBEN ABORDARSE DESDE UN ENFOQUE GLOBAL EN EL MARCO INTEGRAL DE LA POLITICA ECONOMICA, EDUCATIVA, Y SOCIAL DE CARÁCTER MULTIDISCIPLINARIO. SE DEBE CONSIDERAR AL INDIVIDUO Y LA SOCIEDAD DESDE UNA VISION GLOBALIZADA E INTEGRAL” (Neffa)

MEDIDAS DE PREVENCIÓN:

- Mejora continua de las CyMAT.
- Gestión de la salud y la seguridad en el trabajo.
- Fomentar el trabajo en equipo.
- Definición clara de los objetivos.

- Planificación y organización de los servicios.
- Establecimiento de metas claras y coherentes.
- Autonomía del personal.

DERECHOS DEL TRABAJADOR:

- Derecho de trabajar.
- Derecho de capacitación.
- Derecho a la capacitación.
- Derecho a condiciones dignas de trabajo.
- Derecho a la preservación de la salud.
- Derecho al bienestar.
- Derecho a la seguridad social.
- Derecho a la protección de su familia.
- Derecho a no ser discriminado.
- Derecho a la integridad física.
- Derecho al mejoramiento económico.
- Derecho a la defensa de los intereses profesionales.
- Vacaciones anuales.
- Aguinaldo.
- Licencia por maternidad / paternidad.
- Derecho a la salud del trabajador.
- Sistema de riesgo de trabajo.

INMUNIZACION:

La inmunización previene enfermedades, discapacidades y defunciones por enfermedades prevenibles mediante vacunación, tales como el cáncer cervical, la difteria, la hepatitis B, el sarampión, la parotiditis, la tos ferina, la neumonía, la poliomielitis, las enfermedades diarreicas por rotavirus, la rubéola y el tétanos.

Es indiscutible que no hay intervención sanitaria preventiva más costo efectivo que la inmunización, que evita entre 2 y 3 millones de muertes anuales por difteria, tétanos, tos ferina y sarampión. Sin embargo, si se mejorara la cobertura vacunal mundial se podrían evitar otros 1,5 millones

VACUNA

Según la OMS se entiende por **vacuna** "cualquier preparación destinada a generar inmunidad contra una enfermedad estimulando la producción de anticuerpos". Brevemente decir aquí que los anticuerpos son sustancias generadas por nuestro cuerpo que están relacionadas con la inmunidad.

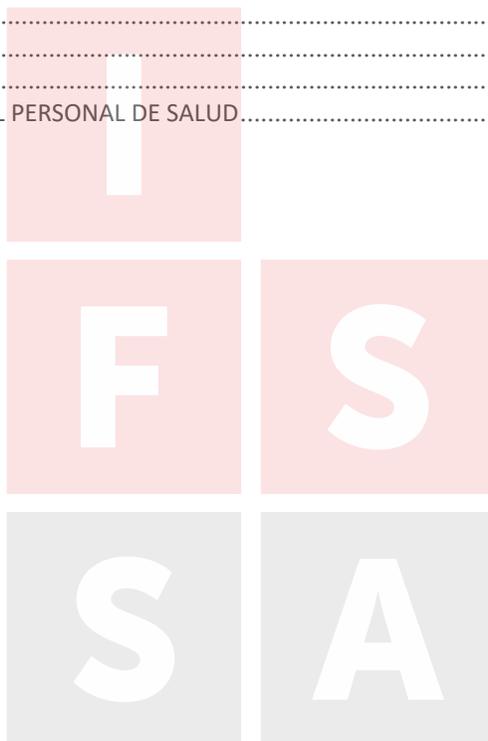
VACUNACION OBLIGATORIA DEL PERSONAL DE SALUD:

- 1) Antigripal, vacunación anual.
- 2) Doble bacteriana (difteria y tétanos) o triple bacteriana (difteria, tétanos y coqueluche o tos ferina), un refuerzo cada 10 años
- 3) Triple viral: sarampión, rubeola y paperas o parotiditis. Se debe tener 2 dosis de vacuna registrada.
- 4) Anti hepatitis B: consta de 3 dosis, 0,30 y 180 días. Esta vacuna se debe colocar por ley , es obligatorio tenerla colocada tanto para el individuo como para la institución de controlar que el personal a cargo de salud la tenga colocada.

Contenido

UNIDAD I	3
La seguridad	3
Trabajo	4
Salud.....	4
Salud Laboral	4
Enfermedad.....	4
Enfermedad laboral o profesional	4
Factores de riesgo	4
Factores de riesgo laborales	4
Medio ambiente laboral	4
Condiciones y medio ambiente del trabajo: (CYMAT):.....	5
Derecho laboral.....	5
Ley de ejercicio de la profesión:	5
• Convenio colectivo de trabajo del personal de sanidad	5
Asociación de riesgos de trabajo: (ART)	5
Trabajo practico: N° I	9
UNIDAD II	9
Seguridad LABORAL:.....	9
Precauciones universales o medidas de seguridad estándar.....	10
Cadena epidemiológica.....	10
Medidas de bioseguridad estándar o precauciones universales	11
Prevención de accidentes laborales.....	11
Gestión y Manejo de residuos	11
TRABAJO PRACTICO N° II	12
UNIDAD III:	12
Ergonomía en el trabajo	12
Mecánica corporal.....	13
Objetivos de la mecánica corporal:.....	14
Principios de la dinámica corporal	14
UNIDAD IV:	15
Radiación.....	15
Tipos de radiaciones	15
Usos de las radiaciones.....	15
Los materiales radiactivos se caracterizan según.....	16
MÉTODOS DE PROTECCIÓN RADIOLÓGICA	16
VIGILANCIA DE LA RADIACIÓN Y DOSIMETRÍA PERSONAL.....	17
RADIACIÓN Y EMBARAZO	17
UNIDAD V:	18
ESTRES.....	18
Clasificación del Estrés.....	18
Análisis del estrés	18
Estrés laboral:.....	19
Consecuencias del estrés laboral	19
Estrés en enfermería:	19
Prevención del estrés en enfermería	20
SINDROME DE BURNOUT	20
Características	20
MOBBING:	21
SINTOMAS DE MOBBING	22

RESILIENCIA	22
TRABAJO INDIVIDUAL	22
UNIDAD VI:	22
SERVICIO DE ENFERMERIA	22
Normas de organización y funcionamiento de servicios de enfermería en establecimientos de salud	23
Sectores del servicio de enfermería:	23
MEDICINA OCUPACIONAL	24
OBJETIVOS DEL SERVICIO DE MEDICINA OCUPACIONAL	24
MEDIDAS DE PREVENCIÓN	24
DERECHOS DEL TRABAJADOR	25
INMUNIZACIÓN	25
VACUNA	25
VACUNACIÓN OBLIGATORIA DEL PERSONAL DE SALUD	25



INSTITUTO DE
FORMACIÓN
SUPERIOR