

Problemas con el Medio Ambiente

1) Pocas habitaciones por el número de integrantes

El concepto de déficit habitacional, tal como es utilizado por los organismos estatales en Argentina cuando se calcula su magnitud, está compuesto por dos dimensiones: a) la precariedad, que hace referencia a la calidad de los materiales con que está construida la vivienda y al nivel de prestación de servicios internos y b) el hacinamiento, en sus dos subdimensiones (hacinamiento por cuarto y hacinamiento de hogares). El primero se refiere a la relación entre las personas que habitan una vivienda y la cantidad de cuartos disponibles, mientras que el segundo hace alusión a la residencia en una vivienda de más de un hogar.

De todos los factores que componen una situación deficitaria, el hacinamiento, en opinión de varios autores, es el indicador más grave del déficit por la amplia gama de consecuencias negativas que ocasiona. Dos factores vinculados con la disposición física de la vivienda se encuentran alterados en situaciones de hacinamiento: la privacidad y la libre circulación. (Chapin S., 1963). Ambos contribuyen a una vida mental emocionalmente sana.

Una cierta privacidad es un bien necesario para la persona, para los grupos de pares (padre-madre e hijos entre sí), para la separación de sexos, para la familia como unidad social independiente y para la realización de determinadas actividades familiares como dormir, estudiar, estar, etc.

La buena circulación facilita el cumplimiento normal de las funciones familiares evitando interferencias a la libertad de movimiento o intrusiones inesperadas. Posibilita asimismo la libre elección de contactos cara a cara, etc. La ausencia de privacidad y de buena circulación provocada por la falta de espacio adecuado puede, en consecuencia, provocar alteraciones tanto en la salud física como mental al desencadenar situaciones de estrés psicológico, favorecer la propagación de enfermedades infecciosas e incrementar la ocurrencia de accidentes en el hogar.

Especialmente vulnerables a las situaciones anteriormente descritas son los niños, principales afectados por las carencias de espacio en sus necesidades de crecimiento y desarrollo.

La ausencia de privacidad y la falta de una adecuada circulación por la falta de espacio, causa alteraciones en la salud mental como es el estrés y desde lo físico favorece la propagación de enfermedades

infectocontagiosas e incrementa la ocurrencia de accidentes al interior del hogar.

El hacinamiento aumenta el estrés y disminuye las defensas naturales de la gente, debido a que las personas se ‘estorban’ entre sí” y hay mayor probabilidad y riesgo de adquirir infecciones respiratorias y enfermedades transmitidas por contacto directo y es causa de situaciones de violencia doméstica al igual que el abuso sexual.

De igual forma el hacinamiento está íntimamente unido a las malas condiciones de higiene y la mala ventilación e iluminación de las construcciones, lo que permite la propagación de enfermedades infecciosas.

Fuente:

<http://revistainvi.uchile.cl/index.php/INVI/article/view/220/742>

Resumen:

Si duermen: más de dos personas por cuarto (hacinamiento semicritico)

más de tres personas por cuarto (hacinamiento critico)

Hacinamiento de hogares (más de un hogar por vivienda)

- 1) Hogares que tengan más de tres personas por cuarto.
- 2) Que habiten una vivienda de tipo inconveniente (pieza de inquilinato, vivienda precaria u otro tipo, lo que excluye casa, departamento y rancho.
- 3) Que no tengan ningún tipo de retrete.
- 4) Que tengan algún niño en edad escolar (de 6 a 12 años) que no asista a la escuela.

- 2) Investigar la privacidad y la libre circulación. (Chapin S., 1963).

Recomendaciones:

Vigilar vida mental (situaciones de estrés psicológico),

Aumentar prevención de enfermedades infecciosas, accidentes en el hogar, situaciones de violencia doméstica al igual que el abuso sexual.

2) No tiene baño instalado

En muchas partes del mundo un retrete no es un objeto cotidiano. Según datos de las Naciones Unidas, se estima que 2.300 millones de personas no tienen acceso a un inodoro privado y seguro, es decir que defecan al aire libre o debe usar recipientes o letrinas que dejan escapar los excrementos.

“Esto significa que no tienes ninguna manera de evitar que las heces contaminen el medio ambiente”, dice el más reciente reporte de Water Aid titulado *No es broma. El estado de los inodoros del mundo en 2015*, y que circula este jueves con motivo del Día Mundial del Retrete. “Esto es una autopista de sentido único a la enfermedad: un gramo de heces lleva hasta 1 millón de bacterias y 10 millones de virus. Cuando las heces se esparcen por el entorno, minúsculas cantidades contaminan tus manos, comida y agua, y se propagan las enfermedades”, añade el informe.

Cada día 2.000 millones de toneladas de heces humanas se esparcen por el planeta. Por la falta de retretes apropiados, esta enorme cantidad de desechos, potencialmente contaminantes, llegan a vías abiertas, ríos, cultivos y carreteras, entre otras, lo que hace más fácil que se propaguen las infecciones y virus. Según la ONU, una de las consecuencias más comunes de esto es la diarrea causada por los alimentos, el agua y el entorno contaminados, que es la segunda causa mortal en niños de todo el mundo.

Fuente: <https://cnnespanol.cnn.com/2015/11/19/10-datos-sobre-la-importancia-de-los-retretes-que-quiza-no-sabias/>

3) No tiene agua corriente

El agua es fundamental para la vida y la salud. La realización del derecho humano a disponer de agua es imprescindible para llevar una vida saludable, que respete la dignidad humana. Es un requisito para la realización de todos los demás derechos humanos.

El agua y el saneamiento inadecuados son causas principales de enfermedades tales como el paludismo, el cólera, la disentería, la esquistosomiasis, la hepatitis infecciosa y la diarrea, que están asociadas a 3400 millones de defunciones cada año.

Importancia del agua en los niños.

A través del sudor, de la orina o de la respiración el cuerpo humano pierde líquido. El cuerpo del niño está compuesto en un 80 por ciento por agua por lo que requiere un constante cambio hídrico.

Una vez iniciado el destete, es conveniente añadir agua a la dieta del bebé, en una cantidad equivalente al peso de una de las comidas. Beber agua es importante, sobre todo, durante los meses de calor, ya que se suda más y, en consecuencia, se pierden más líquidos.

Desde el año hasta los 10 años conviene beber un litro y medio diario (de 4 a 6 vasos). Para estar bien hidratado, hay que acostumbrar a los niños a tomar agua y este buen hábito forma parte del proceso educativo dirigido al cuidado del cuerpo. El agua ayuda a limpiar el organismo de toxinas y de elementos que deben expulsarse. Además, sirve para mejorar el metabolismo de los alimentos y es importante para evitar el estreñimiento.

Fuente: <https://www.who.int/mediacentre/news/releases/pr91/es/>
<https://kidshealth.org/es/kids/water-esp.html>

4.- El barrio no es seguro

Consejos para enfrentar la inseguridad en su casa, en la calle y en distintas circunstancias

Protegerse al llegar a casa. Entre el auto a su garaje y no lo estacione en la calle

Hay que hacer una observación del área, tratar de llegar antes de que oscurezca y en horarios en los que hay movimiento en la calle; avisar antes de la llegada a alguien para que lo espere y lo acompañe o que supervise su entrada. Si nota algo extraño o que lo siguen, no entre; siga de largo y advierta por celular a un conocido o llame al 911.

Es mejor entrar en el garaje que estacionar junto al cordón, pero previamente hay que revisar la zona y, en caso de ver algún movimiento sospechoso, seguir circulando y avisar a personal de seguridad o policial; también, abrir el garaje de forma remota antes de la llegada y

sin perder de vista el entorno, y cerrarlo inmediatamente después del ingreso. Sólo entonces, descender.

En su auto ve una persona sospechosa

Circular con el seguro en las puertas y los vidrios cerrados o abiertos no más de 5 cm. Mantener distancia del vehículo que va adelante y del que va atrás, para poder realizar una maniobra de evasión ante un encierro. Ante un asaltante armado, debe colaborar, no reaccionar y dar lo que piden. Salir del auto, dejarlo en marcha, correrse rápido de la puerta para no obstaculizarla y no activar la alarma o el cortacorriente. Esperar quietos a que se vayan.

Es conveniente cambiar los recorridos en las actividades cotidianas

Utilice elementos de autodefensa adoptar

Pero es recomendable adoptar algunos elementos y saber usarlos para que no se vuelvan en contra (por ejemplo, spray de gas de pimienta, palo o porras retráctiles, shocker).

Utilice medios de prevención y/o alerta en una vivienda particular?

Existen muchos medios de prevención, tanto físicos como tecnológicos y de procedimiento personal y familiar. Son recomendables las alarmas comunicadas con empresas de vigilancia en rejas perimetrales y en todas aquellas aberturas en las que pueda colarse una persona (ventanas de cuartos, banderolas de baños y cocinas); también, muros de altura adecuada eventualmente rematados con puntas de hierro. Además, es recomendable la instalación de cerraduras anti vandalismo, puertas blindadas con mirillas, portero visor o sistemas de circuito cerrado de TV. Es conveniente tener buena iluminación en la puerta.

Proceda de esta manera ante una llamada telefónica extraña

Se recomienda no responder a llamadas de números no identificados. Al comprender que es una llamada de extorsión, se deberá cortar la comunicación inmediatamente. Se debe intentar socavar la confianza del extorsionador. No se debe revelar ningún tipo de información personal bajo ninguna circunstancia. En caso de que quien llama invoque la ocurrencia de algún accidente o perjuicio sobre una tercera persona conocida, se debe llamar de inmediato a la persona supuestamente afectada. Es conveniente poner en alerta de inmediato a

las autoridades policiales para obtener asistencia.

Transportarte seguro su dinero en la vía pública

Se debe optar por medios bancarizados (tarjetas de débito o crédito y cheques comunes o cancelatorios). En caso de que no sean aceptados, se debe tratar de ser lo más reservado posible al moverse con dinero en la vía pública. Hay que evitar hablar delante de desconocidos sobre operaciones financieras concretadas o por concretar.

Se debe evitar transportar solo el dinero; hay que comportarse lo más natural posible tanto dentro de una institución bancaria o financiera como en la calle, no movilizarse en taxis y llevar el dinero separado en pequeñas cantidades y guardado en distintos lugares.

Tenga una caja fuerte en su casa. Tenga algo de dinero en su casa

Es conveniente tener una caja fuerte en el hogar para guardar dinero y otros valores siempre y cuando esté bien camuflada. Se debe tener en cuenta que, al entrar en una vivienda, los ladrones cuentan con la posibilidad de que en la casa haya un lugar específico de guarda de elementos de valor y efectivo, y conocen todos los escondites mas habituales..

Es recomendable tener una cantidad apropiada de dinero para satisfacer la demanda de un ladrón. Ante la amenaza, no se debe oponer resistencia; muéstrese colaborador, no haga movimientos extraños ni intente evitar que revisen algún lugar específico, pues podría provocar represalias de los delincuentes.

Elabore estrategias de seguridad comunitaria con sus vecinos

Es muy importante la conciencia social y la solidaridad para encarar estrategias de cuidado y autoprotección en una cuadra o en un barrio. Realice reuniones mensuales y vía Facebook las 24 horas, Cada uno puede participar desde su lugar; para eso, los objetivos deben estar planteados en forma clara y deben ser acordes con las capacidades y posibilidades personales.

Se debe procurar el conocimiento personal entre vecinos que hagan posible el intercambio de teléfonos y el conocimiento de rutinas, para estar atentos a los movimientos de personas conocidas y desconocidas.

Utilice redes de WhatsApp sin no infundir miedo, sino alerta y conocimiento”.

Cuando su vecino se va de viaje.

Tire la basura en su tacho. Limpie las hojas de su vereda

Cuando se va a dejar la casa sola por tiempo prolongado adopte estas medidas

Es conveniente avisar sólo a familiares y a personas de confianza que uno no estará en casa por un tiempo. De ser posible, pida a alguna de esas personas que hagan visitas periódicas a su casa, para comprobar que todo está en orden. Siempre es de ayuda dejar signos que permitan dar a entender que la vivienda no está vacía. Es bueno que haya señales de movimiento, y en eso pueden contribuir luces encendidas, alguna radio a un volumen no estridente, razonable. También se recomienda anular el diario o revistas que se entregan a domicilio, para que no se acumulen en la puerta.

Cuando alguien llama a su puerta adopte estas precauciones

Ante un llamado, no se debe nunca abrir directamente. Mirar por la mirilla telescópica o por el portero visor o el circuito de circuito cerrado de TV, si lo tuviera, y preguntar bien de qué se trata. No se debe abrir la puerta del hogar a nadie a quien no se conozca o al que no se esté esperando si no se está completamente seguro de que no se corre riesgo.

Si quien llama invoca ser operario de una empresa de un servicio público, exija la presentación de una credencial que acredite el vínculo laboral y, eventualmente, la orden de trabajo que justifique la presencia de esa persona. No dude en llamar a la empresa en cuestión para obtener una verificación.

Proteja a los abuelos si viven solos

Las personas de edad avanzada que vivan solas deben estar en contacto permanente con familiares, personas conocidas y vecinos de confianza. Es bueno que tengan a mano libretas de anotaciones con todos los números que pudieran necesitar ante una urgencia -policía, servicio de emergencia médica, familiares-; se los debe incentivar en el uso de las tecnologías de comunicación, esencialmente teléfonos celulares, y es conveniente que tengan conectada a uno de los canales del televisor una cámara de seguridad que enfoque la puerta de entrada de la casa. Con respecto a los llamados a la puerta, deben seguir las indicaciones detalladas en el punto anterior.

Ante una situación sospechosa o de peligro inminente realice lo siguiente.

En caso de una situación de inseguridad, a la policía, en primer lugar. Puede hacerlo llamando al 911, al 101 o, en caso de tenerlo, al número directo de la comisaría de su barrio o del patrullero encargado del recorrido de su cuadra. Si tuviera contratado un servicio de seguridad privada, puede pedir que un móvil asista para verificar cualquier situación. Además, es un buen aporte llamar a familiares o a personas de confianza que, llegado el caso, también puedan dar aviso a la policía. Si usted está dentro de un esquema de vigilancia comunitaria, siga las instrucciones acordadas con sus vecinos en estos casos.

Si es víctima de un delito o de un hecho de inseguridad?

Intentar mantener la calma, evitar reacciones desmedidas y movimientos sospechosos; con voz lo más pausada posible se debe intentar tranquilizar al delincuente y decirle que uno no opondrá resistencia, a cambio de no salir lastimado.

Se le debe informar todo movimiento que se vaya a hacer (como sacar la billetera de un bolsillo), tener las manos bien visibles y no gesticular.

Procure **no** mirar a los ojos del delincuente y mantenga la calma.

Recuerde, lo más importante no es proteger una posesión material, sino su integridad física y su vida!

5.- Los Integrantes de la familia beben alcohol

Los siquiátras saben que estos niños corren mayor riesgo de tener problemas emocionales que los niños cuyos padres no son alcohólicos. El alcoholismo es común en las familias y los hijos de alcohólicos tienen una probabilidad cuatro veces mayor que otros niños de convertirse en alcohólicos. La mayoría de los hijos de alcohólicos han experimentado cierta forma de abandono o abuso.

Un niño en este tipo de familia puede tener una variedad de problemas:

Culpabilidad: El niño puede creer que es la causa primordial de que su padre/madre abuse de la bebida.

Ansiedad: El niño puede estar constantemente preocupado acerca de la situación en su hogar. Puede temer que el padre alcohólico se enferme o se hiera, y puede también temer a las peleas y la violencia entre sus padres.

Vergüenza: Los padres pueden transmitirle al niño el mensaje de que hay un terrible secreto en el hogar. El niño que está avergonzado no invita sus amigos a la casa y teme pedir ayuda a otros.

Incapacidad de establecer amistades: Como el niño ha sido decepcionado tantas veces por el padre/madre que bebe, no se atreve a confiar en otros.

Confusión: El padre alcohólico cambia de momento, va de ser amable a ser violento sin ninguna relación con el comportamiento del niño. Una rutina regular diaria, tan importante para el niño, no existe en su casa porque las horas de las comidas y de acostarse cambian constantemente.

Ira: El niño siente ira y rabia contra el padre alcohólico porque bebe tanto y suele estar enojado también con el padre que no es alcohólico porque no le da apoyo o protección.

Depresión: El niño se siente solo e incapaz de poder hacer algo para cambiar la situación.

La ayuda profesional temprana es también importante para prevenir problemas más serios para el niño, inclusive el alcoholismo. Los

siquiatras de niños y adolescentes ayudan a estos niños con sus problemas personales y también los ayudan a entender que no son responsables de los problemas de sus padres.

El siquiatra de niños y adolescentes trabaja a menudo con toda la familia, particularmente cuando el padre alcohólico ha dejado de tomar, para así desarrollar formas saludables de relacionarse entre los miembros de la familia.

Fuente:

https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Spanish/Los-Hijos-de-Alcoholicos-017.aspx

6 Y 7) Hay armas en la casa/ No están bien guardadas

Es posible que los padres no se den cuenta del grave riesgo de lesiones que presenta un arma de fuego en el hogar, especialmente para los niños.

Incluso los niños más pequeños pueden encontrar armas de fuego que no estén bien guardada en la casa y tener la fuerza necesaria para apretar el gatillo. Disparos accidentales con armas de fuego suceden en niños de todas las edades.

La American Academy of Pediatrics (AAP) aconseja que el hogar más seguro para un niño es un hogar sin armas de fuego.

Las familias que deciden tener armas de fuego en su hogar deben saber que muchos estudios demuestran que enseñarles a los niños sobre el manejo seguro de las armas o a no tocarlas no es suficiente.

Sin embargo, los padres pueden reducir las probabilidades de que sus hijos resulten heridos cumpliendo estas importantes medidas de seguridad:

Almacenamiento seguro. Todas las armas de fuego en su hogar deben permanecer guardadas bajo llave y sin cargar, y las municiones (balas) deben guardarse por separado. Cerciórese de que sus niños y adolescentes no tengan acceso a las llaves, combinaciones de las cajas fuertes o las cajas de seguridad para armas. Y recuerde que tampoco debe guardar armas de fuego cargadas y sin llave en el automóvil.

Cuando están en uso. Cuando esté utilizando un arma de fuego para cacería o práctica de tiro, mantenga el seguro puesto hasta que esté listo para dispararla. Cuando ya no la vaya usar, descárgela siempre. Aunque su niño tenga muchas ganas de que lo deje disparar, no es buena idea hacerlo. Sin importar cuántas veces le haya enseñado a cómo manejar un arma de fuego de forma segura, los niños no son capaces ni lo suficientemente responsables para manejar un arma que es potencialmente mortal.

Pregunte si hay armas en otros hogares donde su hijo va a jugar. Hable con sus niños. Recuérdeles a sus niños que, si alguna vez se encuentran con un arma de fuego, deben mantenerse alejados de ella y de inmediato comunicárselo a usted.

Armas de fuego (en los medios) en el hogar

Cerciórese de que sus niños entiendan que la violencia con armas de fuego que pueden ver en la televisión, el cine y los videojuegos en su casa o en las casas de sus amigos no es real. Es necesario decirles —y probablemente recordarles una y otra vez— que, en la vida real, los niños mueren y resultan heridos de gravedad por las armas de fuego. Aunque los medios populares con frecuencia idealizan el uso de las armas de fuego, los niños deben aprender que estas armas pueden ser extremadamente peligrosas.

Fuente: <https://www.healthychildren.org/Spanish/safety-prevention/at-home/Paginas/Handguns-in-the-Home.aspx>

8.- ¿tiene un lugar para sus cosas personales?

El niño a esta edad debe comenzar a tener un lugar para estar y colocar sus pertenencias.

La mayoría elige su habitación ya que guarda su privacidad y puede ver películas o videos, escuchar música solo o con amigos o simplemente estar tranquilo para realizar algunas tareas del colegio.

Los padres deben fomentar la decisión de tener un lugar para ellos.

Cuando lo tengan deben respetar su privacidad, como golpear antes o no abrir la puerta sin el consentimiento del niño.