

Curso *on-line*

para cuidadores de personas mayores dependientes

2ª EDICIÓN



OBJETIVOS

- Conseguir una mejor atención de las personas mayores dependientes a través de la formación en cuidados de los familiares y cuidadores.
- Proporcionar los aspectos teóricos y habilidades prácticas de los cuidados básicos de las personas mayores dependientes.
- Destacar la importancia del “cuidado del cuidador” para garantizar una continuidad de cuidados a la persona mayor dependiente.

ESQUEMA

El curso está estructurado en dos módulos y un examen final.

Desde un enfoque multidisciplinar, se abordan los cuidados básicos de la persona dependiente desde una perspectiva práctica, trasladando los consejos generales y las habilidades prácticas que aseguren su correcta realización.

En los capítulos se proporcionan recomendaciones para poder afrontar situaciones complejas (agresividad, problemas de comunicación, etc.) y una descripción de los recursos sociales a disposición de la persona mayor.

Cada tema se describe con un lenguaje claro, sencillo e ilustrado, con el objetivo de conseguir una mejor comprensión.

Al final de la actividad, y una vez realizado satisfactoriamente el test de evaluación (teniendo que superar para ello el 75% del total de las preguntas), obtendrá el certificado acreditativo.

AVAL

El curso contará con el aval de la Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología, quien emitirá un certificado acreditativo a aquellos que realicen satisfactoriamente el test de evaluación.

Módulo I Introducción y cuidados básicos de la persona mayor dependiente

Introducción

Cuidados básicos de la persona mayor dependiente.

1 Envejecimiento y dependencia. Sociodemografía.

- Envejecimiento. Indicadores demográficos.
- Dependencia. Indicadores.
- Salud. Indicadores.

2 El cuidado.

3 El cuidador: rol, habilidades y competencias.

- El cuidador.
- Tipos de cuidadores.
- Actitudes que deben tener los cuidadores.
- Elementos para la formación en el cuidado.
- Rol del cuidador.
- Fases de adaptación del cuidador.
- Tareas y competencias del cuidador.

4 Cuidarse... para poder cuidar.

- Ser cuidador implica.
- Qué puede hacer para cuidarse.
- El duelo.

5 La comunicación, las relaciones y la convivencia en el domicilio con la persona mayor dependiente.

- Consejos generales.
- Las relaciones y la convivencia en el domicilio.

6 Higiene personal.

- Antes de comenzar la higiene.
- Consejos generales.
- Para realizar el baño en la cama.
- Cómo hacer la higiene de la boca.
- Cómo hacer la higiene de los ojos.
- Cómo hacer la higiene de los oídos.
- Cómo cuidar las manos y los pies.

7 Vestido.

- Consejos generales.
- La ropa.
- Los zapatos.
- Si la persona tiene alguna extremidad afectada o inmovilizada.

8 Transferencias y movilizaciones.

- Lo primero, cuide su postura
- Movilizaciones en la cama.
- Transferencia de la cama a la silla.
- Mantener la postura correcta de sentado en una silla.
- Transferencia de la silla de ruedas a su asiento habitual.
- Transferencia de sentado a de pie.
- Ayudas para la marcha.

9 Alimentación y nutrición.

- Consejos generales para la alimentación.
- Si tiene que darle la comida.
- Sobre la malnutrición debe saber que...
- Si aparecen problemas.
- Nutrición enteral.

10 Actividad y ejercicio físico.

- Consejos generales.
- Ejercicio físico.
- Tipos de ejercicio.

11 Descanso y sueño.

- Fases del sueño.
- Sobre el sueño debe saber...
- Insomnio.

Módulo II Cuidados específicos y guía de buena práctica

Introducción

Cuidados específicos y guía de buena práctica.

1 Incontinencia urinaria.

- Consejos generales.
- Pañales absorbentes.
- Para cambiar el pañal.
- Colectores peneanos de orina.
- Sonda vesical.

2 Úlceras por presión.

- Es importante prevenirlas porque...
- Dónde aparecen.
- Para prevenir las úlceras por presión.
- Sobre los cambios posturales.

3 Trastornos del ritmo intestinal.

- Para evaluar un trastorno del ritmo intestinal.
- Diarrea.
- Estreñimiento.
- Impactación fecal o fecalomas.
- Enemas.
- Incontinencia fecal.

4 Caídas en el hogar.

- Cómo prevenir las caídas.
- Prevención de caídas y accidentes en el cuarto de baño.
- Prevención de caídas en la sala de estar, dormitorio y zonas de paso.
- Cómo levantar del suelo a la persona mayor después de una caída.

5 Sujeciones físicas.

- Sobre las sujeciones debe saber...
- Tipos de sujeciones físicas.
- Si se utilizan sujeciones físicas.

6 Trastornos del comportamiento.

- Consejos generales.
- Cómo actuar en las situaciones difíciles.
- Agitación y agresividad.
- Alucinaciones e ideas delirantes.
- Deambulación errática.

7 Medicación.

- Consejos generales.
- Administración de medicamentos.
- Cumplimiento terapéutico.
- Conservación de medicamentos.
- Productos de parafarmacias o herboristerías.

8 Autonomía e incapacitación. Aspectos legales.

- Para respetar la autonomía, tenga en cuenta que...
- Qué es la incapacitación.
- Sobre el proceso de incapacitación debe saber que...

9 Recursos sociales para la persona mayor dependiente y Ley de Dependencia.

- Teleasistencia.
- Servicio de Ayuda a Domicilio.
- Centro de día.
- Residencia.
- Programas de respiro familiar.
- Ley de Dependencia.

