

## Programa de ayuda a la discapacidad y la dependencia

### ① Aprende a tu ritmo y desde casa

Podrás organizar tu tiempo de estudio en función de tus necesidades laborales y vitales, de una forma completamente flexible.

### ② Este programa es para ti si:

- » Eres cuidadores familiares y quieres mejorar tus conocimientos en el cuidado de la salud.
- » Eres cuidador profesional y sientes la necesidad de unas mejores bases para realizar mejor tu labor.
- » Eres un cuidador y por falta de tiempo no puedes asistir a clases.
- » Si eres empresario y te preocupas por la salud y bienestar de las familias de tus trabajadores.
- » Eres cuidador y quieres tener una formación continua, práctica y económica.
- » Quieres regalar formación para el cuidado integral de la salud, tanto física como psicológica a las personas que lo necesiten.

### ③ Sabemos lo que necesitas

Detectamos qué necesitas para desempeñar tu tarea de cuidador en las mejores condiciones posibles.

### ④ Siempre con apoyo

Desde el primer momento tendrás a tu disposición un tutor para guiarte en tu aprendizaje y solventar cualquier duda que pueda surgirte.

### ⑤ Una empresa al servicio del cuidador

SUPER Cuidadores está especializada en la formación online. Su metodología, de probada eficacia, potencia la participación del alumno y la educación personalizada.

---

## OBJETIVOS

Con este programa aprenderás a:

- » Prepararte para elaborar estrategias que mantengan la autonomía física del dependiente. Aprender a guiarle en la distribución de su domicilio, sus relaciones sociales, sus gestiones y la solicitud de todo tipo de ayudas
- » Establecer las funciones del profesional, sus límites y su deontología. Aprender a gestionar, registrar y controlar la documentación de los pacientes
- » Saber cómo sacar partido de las ayudas técnicas y tecnológicas para el dependiente
- » Entender cómo aprenden y qué motiva a los mayores y a los enfermos. Aprender a estimular sus funciones cognitivas
- » Conocer cuáles son los servicios de atención al dependiente



## Programa de ayuda a la discapacidad y la dependencia

### CERTIFICADO ACREDITATIVO

Las personas que realicen este programa recibirán un certificado acreditativo de SUPERCUIDADORES, avalado por la UNIR, la Universidad Internacional de la Rioja.

UNIVERSIDAD  
INTERNACIONAL  
DE LA RIOJA

**unir**

**super**cuidadores

La Universidad Internacional de la Rioja

A través de su empresa **SUPERCUIDADORES** que tiene entre sus objetivos:

Formar y proporcionar servicios a los cuidadores familiares y profesionales, así como a empresas e instituciones que tienen personas mayores y dependientes a su cargo

CERTIFICA que:

***Nombre de la persona***

Con DNI [REDACTED] ha participado en la acción formativa sobre:

***Programa de ayuda a la discapacidad y la dependencia***

Cursada en el mes de [REDACTED] de 2018 y de [REDACTED] horas de duración

Y para que conste a los efectos oportunos, firma el presente certificado en Madrid, a [REDACTED] de 2018

El Consejero Delegado de SUPERCUIDADORES



El presente Título Propio no tiene carácter oficial, de acuerdo con lo establecido en el artículo 34.1 de la Ley Orgánica 6/2001, de 21 de diciembre, de Universidades, modificada por Ley Orgánica 4/2007, de 12 de abril.

## Programa de ayuda a la discapacidad y la dependencia

### CONTENIDOS

#### 1. Masterclass Accesibilidad: Soluciones y Derechos en nuestra vida diaria

- » La accesibilidad universal es fundamental para preservar los derechos de las personas. En esta sesión se analizarán las condiciones de rampas y ascensores accesibles, así como posibles alternativas, se indagará en la forma de solicitar medidas de accesibilidad en las comunidades de vecinos o en los servicios públicos y privados y por último, se tratará sobre la accesibilidad en la vivienda.

#### 2. Masterclass: Aprender a fomentar la autonomía y la independencia en el domicilio

- » En esta Masterclass, elaborada en colaboración con la Fundación Pilares para la autonomía personal, se hace un recorrido por las principales técnicas de comunicación para establecer la mejor relación de ayuda posible desde la escucha activa y la práctica de la empatía. Además, se tratan los conceptos fundamentales del modelo AICP: autonomía, independencia, derechos y dignidad... Se trata de favorecer el mejor clima posible para llevar a cabo las actividades de la vida diaria junto con la persona que cuidamos, comunicándonos mejor, fomentando su autonomía e independencia y favoreciendo el respeto mutuo.

#### 3. Masterclass: Beneficios de las actividades diarias para la persona en situación de dependencia

- » En esta Masterclass hablamos sobre los efectos terapéuticos que tienen sobre nuestra salud y nuestra funcionalidad las actividades más elementales y cotidianas de la vida diaria, tales como bañarse, vestirse, comer, etc.

#### 4. Masterclass: Cómo adecuar la vivienda para la persona en situación de dependencia

- » En esta Masterclass se aborda un tema prioritario en la vida de aquellas personas en situación de dependencia: la vivienda. Es el lugar donde suelen pasar más tiempo y para que dicho tiempo esté lleno de sentido y para que la persona pueda continuar realizando con la mayor independencia y autonomía posibles las actividades cotidianas que son importantes para ella, la vivienda tiene que ser segura y confortable.

#### 5. Masterclass: Cómo identificar el deterioro cognitivo y qué tratamientos podemos aplicar

- » Cuando nos comunican que un familiar, o nosotros mismos, padecemos una demencia se nos viene el mundo encima. Pero es precisamente en los primeros momentos del proceso de deterioro cognitivo cuando tenemos que ser más valientes y conocer bien qué es y cómo nos afecta una demencia, y todas las alternativas, recursos y tratamientos que existen para tratarla.

#### 6. Masterclass: Cómo mejorar la relación entre cuidador y la persona en situación de dependencia

- » En esta Masterclass, elaborada en colaboración con la Fundación Pilares para la autonomía personal, se analizan cuestiones que nos ayudan a dimensionar adecuadamente la función de cuidados y a tomar decisiones al respecto. Se abordan también algunos principios y elementos del modelo AICP que está demostrado mejoran la relación de ayuda y el bienestar tanto de la persona cuidadora como de quien recibe los cuidados.

## Programa de ayuda a la discapacidad y la dependencia

7. **Masterclass: Cómo solicitar el reconocimiento de la Discapacidad**
  - » Obtener el reconocimiento de la Discapacidad puede ser útil a la hora de acceder a viviendas, comprar un vehículo, buscar trabajo o solicitar prestaciones. Aprende qué requisitos, documentos y los plazos con los que cuentas.
8. **Masterclass: Cómo solicitar la prestación por Dependencia**
  - » En ocasiones la Administración no es clara respecto a la documentación que necesitamos aportar a la hora de solicitar la Dependencia. Si quieres evitar más de un quebradero de cabeza y ahorrar tiempo esta Masterclass te interesa. Te contamos los requisitos, el proceso, los plazos para conseguirlo y los servicios y prestaciones económicas que puedes recibir. Aprende qué hacer en caso de que no te concedan la Dependencia.
9. **Masterclass: Cuidados de las personas con incontinencia urinaria**
  - » La Incontinencia Urinaria es una de las patologías más frecuentes que afecta a las personas con dependencia. En esta sesión hablaremos sobre el concepto de incontinencia urinaria y los problemas a los cuales nos enfrentamos en el cuidado de nuestros familiares. Explicaremos de forma sencilla, amena y práctica recursos que podremos poner en práctica desde el primer momento para ayudar a nuestros familiares a reducir y controlar el problema que padecen de una forma eficaz.
10. **Masterclass: Cuidados de las personas con ostomías, úlceras por presión y heridas crónicas**
  - » La realización de una ostomía supone un cambio importante en la vida de las personas tanto desde el punto de vista social, familiar, laboral como personal. Conocer cuáles son sus necesidades, cómo se maneja un estoma, sus cuidados y detectar las complicaciones a tiempo, repercutirán en la calidad de vida y mejoraran la percepción de salud del paciente.
11. **Masterclass: Cuidar a través de un servicio de Telemonitorización**
  - » Esta Masterclass trata sobre cuidados en Centros Sociosanitarios a través de un Servicio de Telemonitorización; veremos cómo funciona y se implementa un Servicio de Telemonitorización. Es básico para el personal sanitario estar formado en las últimas tecnologías, cuya implantación está siendo universal, y de un modo cada vez más acelerado.
12. **Masterclass: El autocuidado como clave para el buen cuidado**
  - » En esta Masterclass, elaborada en colaboración con la Fundación Pilares para la autonomía personal, abordaremos el tema de los cuidados a una persona en situación de dependencia y de cómo estos cuidados pueden ser gratificantes si no nos descuidamos a nosotros mismos en el camino.
13. **Masterclass: El reparto del cuidado de un mayor dependiente en la familia**
  - » Te explicamos la forma más adecuada de tratar el proceso de repartir el cuidado de un dependiente en la familia para minimizar el riesgo de conflicto intrafamiliar. Aprenderás las técnicas de comunicación asertiva, constructiva y eficaz con multitud de ejemplos del día a día.

## Programa de ayuda a la discapacidad y la dependencia

### 14. Masterclass: Estimulación multisensorial: principios básicos

- » En esta sesión, hablaremos del concepto de estimulación y cómo los entornos estimulantes favorecen la adquisición de experiencias y nos ayudan a dar significado a las sensaciones que percibimos, ya que utiliza los mecanismos de plasticidad del sistema nervioso. Abordaremos el concepto de estimulación multisensorial y la diferencia con otros conceptos relacionados, como el concepto de estimulación Basal, pasando a una aproximación por los diferentes sentidos, y los entornos multisensoriales, terminando con un caso práctico.

### 15. Masterclass: Fortalece tu autoestima para cuidar y ser feliz

- » En esta Masterclass vas a identificar algunos indicadores de tu nivel de autoestima y aprender cómo mejorarlos para tener una vida más plena y feliz. Las claves que aprenderás y practicarás son válidas tanto para tu esfera personal como para la profesional y además de todo esto crearás tu propio Plan de Acción que te llevará a valorarte más y más.

### 16. Masterclass: La incapacitación del enfermo de Alzheimer

- » Es bastante frecuente, que cuando hablamos del entorno de las personas dependientes, se necesiten adoptar diferentes medidas para garantizar que el día a día de la persona dependiente se desarrolle en las mejores condiciones. Por eso, es preciso tomar decisiones que van a afectar tanto a la esfera personal como a la patrimonial de la persona dependiente y que él mismo no puede adoptar.

### 17. Masterclass :Terapia asistida con animales: calidad de vida

- » En esta sesión, os hablaremos de los beneficios que trae consigo la interacción con animales y los colectivos con lo que trabajamos.

### 18. Masterclass: Trucos para el cuidador: hacer accesible lo inaccesible

- » Te explicamos la forma más adecuada de tratar la organización de los espacios de paseo, las habitaciones de las viviendas, los centros de atención especializada y los elementos del mobiliario. Así podrás disminuir el riesgo de caídas y golpes de la persona dependiente. Aprenderás las estrategias y las técnicas de combinación de espacios, colores e iluminación con multitud de ejemplos del día a día.

### 19. Masterclass: La Higiene en mayores y dependientes

- » La higiene personal es una tarea imprescindible para todos, ya que forma parte de las funciones fisiológicas básicas del ser humano. Una persona en situación de dependencia puede ver mermada su autonomía para realizar esta actividad. Conocer en detalle las dificultades a las que se enfrenta nos ayudará a proporcionarles las herramientas adecuadas para solucionarlas.

### 20. Masterclass: La Higiene en mayores y dependientes

- » La apatía, la agresividad, la repetición de preguntas o la deambulación son algunos de los síntomas que los enfermos de Alzheimer pueden sufrir. Esto crea situaciones estresantes y, a veces, peligrosas para el cuidador. ¿Por qué se producen? Aprende cómo actuar y conoce las causas y posibles tratamientos.