

## FICHA TÉCNICA DEL CURSO

**Nombre del curso:** El cuidado en el entorno familiar. Formación para cuidadores de personas en situación de dependencia

**Duración:** 50h

**Modalidad:** Online

### Objetivo

- Facilitar unos conocimientos básicos a las personas cuidadoras para mejorar el cuidado socio-sanitario de las personas en situación de dependencia.
- Promover que las personas cuidadoras apliquen los procedimientos y estrategias más adecuadas para mantener y mejorar la autonomía personal de la persona en situación de dependencia y sus relaciones con el entorno.
- Ofrecer información sobre productos de apoyo que propicien el autocuidado de la persona dependiente y la vida autónoma de la persona en situación de dependencia.
- Facilitar un apoyo emocional a las personas cuidadoras a través de actuaciones de autocuidado.
- Informar y orientar sobre los recursos sociosanitarios más adecuados para garantizar los cuidados, la asistencia y la vida autónoma de las personas en situación de dependencia.
- Impulsar el reconocimiento social de las personas cuidadoras, favoreciendo, en su caso, una orientación para una futura integración en el mercado laboral.

### Contenido

#### **UD1. Papel del cuidador o cuidadora no profesional.**

- 1.1. Impacto familiar y personal del cuidado de una persona en situación de dependencia.
- 1.2. Relaciones con la persona en situación de dependencia y el entorno social.
- 1.3. Habilidades de comunicación: interpersonal, expresión de sentimientos, asertividad, empatía y escucha activa, en relación a la persona cuidadora y al entorno.
- 1.4. Ocio y tiempo libre de la persona cuidadora.

#### **UD2. Medidas higiénico sanitarias para el cuidador o cuidadora no profesional.**

- 2.1. Prevención de riesgos en el domicilio.
- 2.2. Prevención de lesiones, higiene de la columna.
- 2.3. Prevención del estrés y la sobrecarga de la persona cuidadora.
- 2.4. Habilidades y estrategias de autocuidado.

### **UD3. Grupos de autoayuda y ayuda mutua.**

- 3.1. Apoyo social de tipo emocional e informativo.
- 3.2. Definir espacios para compartir experiencias y problemas derivados del cuidado.
- 3.3. Intercambio de estrategias de afrontamiento que utiliza cada uno de sus miembros.

### **UD4. Cuidados básicos, que podrán variar en función de las características del grupo.**

- 4.1. Cuidados de higiene y aseo de la persona en situación de dependencia.
- 4.2. Actividades de la vida diaria.
- 4.3. Movilizaciones según grado de dependencia. Deambulación y traslados.
- 4.4. Cambios posturales.
- 4.5. Cuidado, organización y atención de las estancias de la vivienda. Adaptación y diseño.
- 4.6. Limpieza del entorno de la persona en situación de dependencia, habitaciones y utensilios.
- 4.7. La comida de la persona en situación de dependencia: nutrición y elaboración e higiene alimentaria.
- 4.8. Manejo de productos de apoyo para la movilidad y la vida diaria: grúas, camas articuladas, elementos para el aseo, etc.

### **UD5. Cuidados sanitarios.**

- 5.1. Cuidados de la integridad cutánea: prevención y tratamiento de úlceras y escaras.
- 5.2. Administración de medicamentos, cuidados de sondas y colostomías.
- 5.3. Actuación en caso de urgencias sanitarias. Primeros auxilios.

### **UD6. Cuidado psicosocial.**

- 6.1. Características y necesidades psicológicas de la persona en situación de dependencia.
- 6.2. Técnicas, procedimientos y estrategias de intervención ante problemas de conducta y situaciones de crisis de la persona en situación de dependencia.
- 6.3. Mantenimiento y entrenamiento de las funciones cognitivas en situaciones cotidianas.
- 6.4. Técnicas para favorecer la relación social. Actividades de acompañamiento y de relación social. Estrategias de intervención.
- 6.5. El ocio y el tiempo libre de la persona en situación de dependencia.
- 6.6. Muerte y paciente terminal: acompañamiento en la muerte.

### **UD7. Información sobre el Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia.**

7.1. Información sobre prestaciones del sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia.

7.2. Catálogo de servicios del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia.

#### **UD8. Información sobre recursos sociales.**

8.1. Redes locales y tejido social del entorno.

8.2. Plataformas virtuales y foros.

8.3. Servicios y prestaciones, de acuerdo a cada normativa autonómica.

8.4. Sistema para la adquisición de servicios de apoyo.

#### **UD9. Dependencia derivada de la enfermedad física.**

9.1. Definición.

9.2. Clasificación.

9.3. Objetivos y áreas de cuidado.

9.4. Intervención hacia la autonomía.

9.5. Barreras y accesibilidad.

#### **UD10. Dependencia derivada de la enfermedad mental grave.**

10.1. Definición.

10.2. Clasificación.

10.3. Objetivos y áreas de cuidado.

10.4. Intervención hacia la autonomía.

10.5. Barreras y accesibilidad.

#### **UD11. Dependencia derivada de la discapacidad física o sensorial.**

11.1. Definición.

11.2. Clasificación.

11.3. Objetivos y áreas de cuidado.

11.4. Intervención hacia la autonomía.

11.5. Barreras y accesibilidad.

#### **UD12. Dependencia derivada de la discapacidad psíquica e intelectual.**

12.1. Definición.

12.2. Clasificación.

12.3. Objetivos y áreas de cuidado.

- 12.4. Intervención hacia la autonomía.
- 12.5. Barreras y accesibilidad.