

# El cuidado en el entorno familiar. Formación para cuidadores de personas en situación de dependencia

## Modalidad:

e-learning con una duración 112 horas

## Objetivos:

- 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.

## Contenidos:

### Módulo 1

#### 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

Módulo 2

Ud1.- Cuidados básicos, que podrán variar en función de las características del grupo

1.1. Cuidados de higiene y aseo de la persona en situación de dependencia

1.2. Actividades de la vida diaria

1.3. Movilizaciones según grado de dependencia. Deambulación y traslados

1.4. Cambios posturales

1.5. Cuidado, organización y atención de las estancias de la vivienda. Adaptación y diseño

1.6. Limpieza del entorno de la persona en situación de dependencia, habitaciones y utensilios



1.7. La comida de la persona en situación de dependencia: nutrición y elaboración e higiene alimentaria

1.8. Manejo de productos de apoyo para la movilidad y la vida diaria: grúas, camas articuladas, elementos para el aseo, etc.

## Ud2.- Cuidados sanitarios

2.1. Cuidados de la integridad cutánea: prevención y tratamiento de úlceras y escaras

2.2. Administración de medicamentos, cuidados de sondas y colostomías

2.3. Actuación en caso de urgencias sanitarias. Primeros auxilios

## Ud3.- Cuidado psicosocial

3.1. Características y necesidades psicológicas de la persona en situación de dependencia

3.2. Técnicas, procedimientos y estrategias de intervención ante problemas de conducta y situaciones de crisis de la persona en situación de dependencia

3.3. Mantenimiento y entrenamiento de las funciones cognitivas en situaciones cotidianas

3.4. técnicas para favorecer la relación social. Actividades de acompañamiento y de relación social. Estrategias de intervención

3.5. El ocio y el tiempo libre de la persona en situación de dependencia

3.6. Muerte y paciente terminal: acompañamiento en la muerte

## Módulo 3

### Ud1.- Información sobre el sistema para la autonomía y atención a la dependencia

1.1. Información sobre prestaciones del sistema para la autonomía y atención a la dependencia

1.2. Catálogo de servicios del sistema para la autonomía y atención a la dependencia

### Ud2.- Información sobre recursos sociales

La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



2.1. Redes locales y tejido social del entorno

2.2. Plataformas virtuales y foros

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

2.4. Sistema para la adquisición de servicios de apoyo

Guía 1.- Dependencia derivada de la enfermedad física

1. Definición

2. Clasificación

3. Objetivos y áreas de cuidado

4. Intervención hacia la autonomía

5. Barreras y accesibilidad

Guía 2.- Dependencia derivada de la enfermedad mental grave

1. Definición

2. Clasificación

3. Objetivos y áreas de cuidado

4. Intervención hacia la autonomía

5. Barreras y accesibilidad

Guía 3.- Dependencia derivada de la discapacidad física o sensorial

1. Definición

2. Clasificación

3. Objetivos y áreas de cuidado



La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



4. Intervención hacia la autonomía

5. Barreras y accesibilidad

Guía4.- Dependencia derivada de la discapacidad psíquica e intelectual

1. Definición

2. Clasificación

3. Objetivos y áreas de cuidado

4. Intervención hacia la autonomía

5. Barreras y accesibilidad