



Experto en Higiene, Salud y Mantenimiento del Hogar de Personas Dependientes

Modalidad:

e-learning con una duración 112 horas

Objetivos:

Especializarse en términos como el de Higiene, Salud y Mantenimiento del Hogar de Personas Dependientes.

Adquirir los conocimientos necesarios en tareas domésticas del hogar de personas dependientes a través de conceptos sobre la higiene en personas encamadas, sobre la manipulación, tratamiento y conservación de alimentos y la adaptación y mantenimiento de la vivienda de este colectivo.

Contenidos:

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

Conceptos: salud, enfermedad, alimentación y nutrición

- Salud y enfermedad
- Alimentación y nutrición

Clasificación de los alimentos

- Según su función
- Según su descripción

UNIDAD DIDÁCTICA 2. NUTRICIÓN Y DIETÉTICA A LO LARGO DEL CICLO VITAL Y EN CIRCUNSTANCIAS ESPECIALES

La alimentación en la edad adulta

- Necesidades energéticas del adulto mayor
- Necesidades energéticas totales

La alimentación en la menopausia

- Requerimientos nutricionales



Alimentación en la tercera edad

- Factores que influyen en el estado nutricional de la tercera edad
- Consumos y recomendaciones generales en la dieta diaria en la tercera edad

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MANIPULACIÓN, TRATAMIENTO Y CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS

La conservación de alimentos en el hogar

- Requisitos de almacenamiento de los productos en el hogar

La higiene en la preparación de alimentos

Preparación de alimentos

- Situación de la persona dependiente a la hora de preparar los alimentos
- Consideración por la situación específica alimentaria y nutricional de cada persona dependiente

- Contaminación cruzada con alérgenos

Los hábitos alimentarios: origen y cambio

Algunos consejos sobre alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ETIQUETADO DE LOS ALIMENTOS

Etiquetado

- Componentes del etiquetado del producto envasado
- Alimentos envasados por los titulares de los establecimientos de venta al por menor
- Alimentos sin envasar

Que se entiende por etiquetado

Comprensión del etiquetado

- Presentación visual
- La lengua
- Regulación vertical y productos específicos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA COMPRA DE ALIMENTOS

La Compra de Alimentos

- Correspondencia con el presupuesto elaborado
- Decisión de compra: consulta con el usuario y su entorno

Consumo responsable

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ASEO EN GENERAL

Introducción



- Finalidades del aseo y la higiene
 - Objetivos
 - Normas generales de procedimiento
- Aseo general

UNIDAD DIDÁCTICA 7. HIGIENE Y ASEO DE LA PERSONA DEPENDIENTE

Introducción

Cuidados específicos

- Los cabellos
- Las manos
- Los pies
- Los pliegues
- El cuidado bucal
- Las prótesis dentales
- El afeitado
- Maquillarse y adornarse
- El baño o la ducha

El vestido y el calzado. Ayudas técnicas

- Introducción
 - La elección de prendas de vestir
- #### Ayudas para el vestido y el calzado
- Vestido de la parte superior del cuerpo
 - Vestido de la parte inferior del cuerpo
 - El calzado

UNIDAD DIDÁCTICA 8. HIGIENE Y ASEO DEL USUARIO/A ENCAMADO/A

Introducción

Cómo poner guantes estériles

Objetivos

Material

Lavados de las distintas partes del cuerpo

- Lavado de cabeza
- Higiene de los ojos
- Higiene de genitales del varón
- Higiene de genitales en la mujer
- Higiene y cuidado de uñas, manos y pies
- Higiene de la boca en usuarios dependientes



Colocación de la cuña
Suministrar el enema de limpieza
Hacer la cama de la persona encamada
Cuidados en heridas limpias
El masaje

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LOS PRODUCTOS DE LIMPIEZA

Introducción
Etiquetado
Almacenamiento y venta
Lejías
Envasado, etiquetado y rotulación

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LIMPIEZA DEL HOGAR PARA LOS/AS USUARIOS/AS

Como crear una habitación libre de polvo
Preparación
Mantenimiento
Alfombras y pisos
La cama y ropa de cama
Los muebles y demás mobiliario
Control del Aire
Los Niños
Las Mascotas

UNIDAD DIDÁCTICA 11. ADQUISICIÓN DE ELECTRODOMÉSTICOS

Introducción
Precauciones en la utilización de aparatos conectados a la red eléctrica
Utilización de aparatos a pilas

UNIDAD DIDÁCTICA 12. ADAPTACIÓN DE LA VIVIENDA

Introducción
Ayudas para el cuidado personal
- La ducha diaria
- El uso del W.C
- Otros detalles



Ayudas para la movilidad y el transporte
Ayudas para la alimentación y el cuidado del hogar

- La preparación de la comida
- Comer solo/a
- La limpieza de la vivienda
- Otro tipo de ayudas

La vivienda de un/a usuario/a afectado/a de demencia

UNIDAD DIDÁCTICA 13. PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN LA VIVIENDA

Introducción

Cómo detectar el riesgo de la vivienda

- Las caídas
- La organización del espacio: los muebles
- La iluminación
- El cuarto de baño
- La organización de los armarios
- El uso de aparatos eléctricos
- La cocina

UNIDAD DIDÁCTICA 14. MANTENIMIENTO Y REPARACIÓN DE LA VIVIENDA

Modificaciones de la vivienda

- Ayudas técnicas para las actividades domésticas
- Mobiliario y adaptaciones para la vivienda y otros inmuebles
- Ayudas técnicas para mejorar el ambiente, maquinaria y herramientas

Ayudas técnicas para el esparcimiento

- Ordenadores personales. Internet. Correo electrónico