

IESEC

Aumentando la empleabilidad y los estándares de los cuidadores de personas mayores mediante la capacitación especializada y el empoderamiento innovador



O2- CURRICULUM

CURSO DE FORMACIÓN EN FUNDAMENTOS DEL CUIDADO A PERSONAS MAYORES

Project No: 2014-1-RO01-KA200-002868

Información del documento

Fecha de realización	17 Febrero 2015		
Autor (es)	ECODE		
Contribuciones	Todos los socios del proyecto		
Persona de contacto	ANGEL PEÑA		
Correo electrónico	angel@ecode.es		
Organización	ECODE		
Estado de aprobación	Borrador <input type="checkbox"/>	Final X	
Número de Páginas	8		
Palabras clave	Curriculum, formación, aprendizaje, cuidadores		
Destinatarios	Solo socios <input type="checkbox"/>	Publico X	
Método de distribución	Email X	Internet X	
Estado de confidencialidad	Confidencial <input type="checkbox"/>	Publico X	

Control de la version del documento

Version	Fecha	Comentario
01	3 Febrero 2015	Una semana después de lo programado
02		
03		
04		



Tabla de contenidos

1. OBJETIVOS DE APRENDIZAJE.....	4
2. SESIONES.....	4
3. CONTENIDOS.....	4
Conociendo los conceptos: envejecimiento, enfermedad	5
Conociendo cómo cuidar al enfermo.....	6
Conociendo cómo cuidarte a ti mismo/a.....	6
4. METODOLOGIA	7
5. PERSONAL DOCENTE.....	8
6. MATERIALES.....	8
7. BIBLIOGRAFIA.....	8



1. OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Al final de estas sesiones, los participantes serán capaces de:

1. Conocer los aspectos esenciales del envejecimiento y de las enfermedades asociadas.
2. Proveer un mejor cuidado y ganar en entendimiento de seguridad, nutrición y cuidados generales, legales y Asuntos financieros.
3. Comprender la importancia del autocuidado como cuidador.
4. Ser un contratista por cuenta propia y tratar las cuestiones administrativas relacionadas con el cuidado de mayores.
5. Usar recursos formativos para cuidadores.

2. SESIONES

15 sesiones de 90 a 120 minutos cada.

3. CONTENIDOS

Hay una gran cantidad de personas que cuidan personas mayores en el hogar. Personas con enormes ganas de hacer lo mejor para sus mayores. Pero no siempre con los conocimientos necesarios para hacerlo.

El curso sobre los fundamentos del cuidado a personas mayores se destina a familias y otros cuidadores no profesionales con el objetivo de mejorar sus habilidades con el fin de proporcionar una mejor asistencia a las personas mayores.

Una evaluación de las necesidades, características y capacidad de recuperación de los cuidadores que planean asistir al programa educativo o de capacitación, ayudará al profesor a asegurar que el programa cumpla con las necesidades de los cuidadores. En la adaptación de los componentes del programa, es importante tener en cuenta la gama de necesidades de los cuidadores para la formación en los procesos de la enfermedad, habilidades de afrontamiento, habilidades de resolución de problemas y apoyo. Debido a estos hechos, el curso se divide en tres ejes: conocer la enfermedad, aprender a cuidar a los enfermos, sabiendo cuidar de sí mismo.

No podemos olvidar temas como: la ética y el comportamiento de un cuidador, cuidado integral, cuidado especializado, cuidado familiar, actividades instrumentales de la vida diaria, los principios de bienestar personal y mental, aspecto profesional y etiqueta, guía para ser un contratista por cuenta propia, recursos educativos del cuidador.

Durante estas 15 sesiones, nos centraremos en los siguientes temas:

Conociendo los conceptos: envejecimiento, enfermedad

- Envejecimiento
 - o Envejecimiento biológico y psicológico
 - o Rendimiento cognitivo y contexto social
 - o Habilidades de Adaptación & Comunicación relativas a sistemas sensoriales (fallos de vista, oído, capacidades mentales y limitaciones físicas)
 - o Nuevos retos
- Demencias
 - o Introducción
 - o Prevalencia e incidencia de la demencia
 - o Diagnóstico de la demencia
 - Envejecimiento normal
 - Retardo mental
 - Otras cuestiones que se presentan con el déficit cognitivo
 - Trastornos cognitivos bajos
 - Delirio (síndrome confusional agudo)
 - Déficit selectivo (síndromes cognitivos focales)
 - Otras enfermedades psiquiátricas
 - Depresión
 - Psicosis
 - Trastornos de conversión
 - Otras situaciones
 - Uso de tóxicos
 - o Evolución de la demencia
 - o Síntomas neuropsiquiátricos de la demencia
 - o Tipos de demencia
 - Enfermedad de Alzheimer
 - Demencia Vascular
 - Demencia mixta
 - Demencia en la enfermedad del Parkinson
 - Demencia con cuerpos de Lewy
 - Otros trastornos que causan demencia progresiva
 - o Terapias
 - Tratamientos farmacológicos
 - Tratamiento de los síntomas neuropsiquiátricos
 - Terapias no farmacológicas
 - Terapias orientadas a la conducta
 - Aproximaciones orientadas a emociones
 - Aproximaciones orientadas a lo cognitivo
 - Aproximaciones orientadas a la estimulación

Conociendo cómo cuidar al enfermo

- El conocimiento de la persona a ayudar (etapa de desarrollo, la enfermedad, dificultades, etc.)
- Orientación en el contexto social e institucional, vinculada a la atención en el hogar y con los principios de la ética profesional (social, salud, el contexto cultural y recreativo)
 - o Poniéndose en el contexto organizacional, social e institucional de referencia
- Gestión de la atención primaria
 - o Conocer la epidemiología de los problemas de las personas mayores que presentan en la atención primaria, como la demencia y cancer así como sus factores de riesgo
 - o Reconocer lossíntomas tempranos y signos de malestar más comunes (por ejemplo, pérdida de peso, disfagia, melena, diaforesis, etc.)
 - o Conocer las vías locales de acceso rápidas de referencia y opciones de tratamiento comunes
 - o Entender los factores físicos - particularmente la dieta, el ejercicio, la temperatura ambiente y dormir - que afectan de manera desproporcionada a la salud de las personas mayores
- Asistencia al usuario en la movilidad
 - o la aptitud fisiológica y recuperación: Las prescripciones médicas y técnicas de posicionamiento
- Asistencia al usuario en la higiene personal
- Asistencia al usuario en la preparación y consumo de comidas
 - o Apoyo en la preparación de comidas
- Cuidado de la higiene en el hogar
 - o Ayuda en el la limpieza doméstica
 - o Limpieza y seguridad en el hogar: cuidado y limpieza de las habitaciones individuales y del entorno habitable
- Asistencia a las personas en diferentes etapas de la enfermedad de Alzheimer, la demencia o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA)
 - o enfermería y apoyo a las personas: los procesos de soporte de cliente
 - o ayudar a los pacientes durante la progresión de la enfermedad de Alzheimer, la demencia senil y la esclerosis lateral amiotrófica (ALS)
- Acompañando al usuario en la vida social y las relaciones
 - o Proporcionar atención y apoyo a las personas no autosuficientes, mediante el reconocimiento de sus necesidades, así como su estado de salud física y mental
- Comunicar e interactuar (con la persona asistida, con su red social, con el equipo de atención)
 - o Relaciones y comunicación: Habilidad para construir relaciones con entornos y redes formales e informales
 - o Establecer comunicación/relaciones con las personas que se asisten, sus familias y el equipo de cuidado
- Cooperar con las actividades de cuidado de la salud y llevar a cabo las necesidades de los trabajadores de salud

Conociendo cómo cuidarte a ti mismo/a

- La sobrecarga
 - o Evolución del concepto

- Impacto social
- Variables influyentes
- Evaluación de la sobrecarga
- Reconocer las señales de advertencia de agotamiento del cuidador y tomar medidas de inmediato
 - Reconocer los signos y síntomas comunes del estrés: ansiedad, depresión, irritabilidad; Sentirse cansado y en mal estado; dificultad para dormir; Reacción exagerada a molestias menores; problemas nuevos o que empeoran la salud; Dificultad para concentrarse; Sintiendo cada vez más resentimiento; Beber, fumar o comer más; El descuido de responsabilidades; El recorte de las actividades de ocio.
 - Reconocer los signos y síntomas de agotamiento comunes: menos energía, menos resistencia física, agotamiento, desatención de las necesidades, poca satisfacción en el papel del cuidador, dificultad con la relajación.
 - Consejos para combatir el estrés del cuidador y el desgaste
- Intervención psicoeducativa
 - Estrés y Bienestar: Controlar el estrés, la tensión y el cuerpo, entender el cambio de comportamiento
 - Cambiar el comportamiento problemático
 - Mejorar el cambio de comportamiento problemático: Plan individual para cambiar las conductas
 - Pensamiento negativo: El papel de pensar en cómo me siento; Cambio de mis pensamientos negativos
 - Las formas de comunicación: La comunicación efectiva; Los problemas de comunicación y de memoria
 - Planificación para el futuro: principales preocupaciones sobre el futuro; Las diferentes opciones para el cuidado; Anticipando las decisiones
 - Planificación de actividades agradables

4. METODOLOGIA

La aplicación correcta del curso se basa en una formación tanto teórica como práctica. Para garantizarlo, la metodología utilizará:

- Presentaciones participativas con el apoyo de diapositivas: explicar el comportamiento a realizar o las habilidades que necesitan para aprender.
- Estudio de casos.
- Modelización: el profesor es un modelo para el cuidador. La forma de abordar y analizar situaciones puede ser una referencia para la familia.
- El refuerzo positivo: prestar especial atención a los logros, lo que los refuerza
- Generalización: aplicar los conocimientos adquiridos en las sesiones para el entorno doméstico y cuidado del paciente.
- Ejercicios individuales y grupales (role – playing).
- Debates.
- Deberes.
- Comentarios de retorno: proporcionar una visión subjetiva de los resultados con el fin de que éstos puedan mejorar. Esto no es una crítica. Centrado en el comportamiento, concretos y específicos, destacando en primer lugar los puntos fuertes y luego las áreas a mejorar.

5. PERSONAL DOCENTE

Para ser incluido el nombre y dirección de correo electrónico de cada maestro (profesionales tales como médicos, enfermeras, trabajadores sociales y psicólogos que quieran llevar una capacitación de cuidadores o grupo de apoyo).

6. MATERIALES

El material incluye:

- Libro del formador: aparecen anotaciones para realizar ejercicios, comentarios de apoyo flexible y estimación aproximada del tiempo que se puede dedicar a cada sección y ejercicio.
- Libro del cuidador: con el contenido del programa y las tareas; este material servirá de apoyo y documentación.

7. BIBLIOGRAFIA

Incluir distintos libros, artículos, etc. en lenguas locales.