

PROGRAMA

RECORRIDO 6 · GERONTOLOGÍA, DETERIORO COGNITIVO Y CUIDADOS

Cuidador Gerontológico y Asistente de Cuidado

16 clases · 4 meses

Módulo 1 · Rol, encuadre y cuidado centrado en la persona

Objetivo del módulo. Delimitar el rol del cuidador gerontológico, sus funciones y límites, incorporando criterios de buen trato, autonomía posible, intimidad, prevención del maltrato y comunicación responsable.

Clase 1 · Rol del cuidador y límites de actuación

Temas: Rol del cuidador gerontológico. Asistencia cotidiana. Cuidado formal e informal. Diferencia entre cuidar, asistir, acompañar y supervisar. Límites del rol. Responsabilidad. Prudencia. Criterios para actuar, consultar o pedir ayuda.

Clase 2 · Autonomía, dependencia y niveles de asistencia

Temas: Vejez y vejezes. Autonomía posible. Dependencia leve, moderada y alta. Actividades básicas e instrumentales de la vida diaria. Supervisión. Ayuda parcial. Asistencia total. Participación posible en las rutinas.

Clase 3 · Buen trato, intimidad y prevención del maltrato

Temas: Derechos de las personas mayores. Trato digno. Intimidad corporal. Privacidad. Consentimiento en rutinas de higiene, vestido, alimentación y descanso. Infantilización. Negligencia. Maltrato. Señales de alerta.

Clase 4 · Acuerdos de trabajo, registro y comunicación con referentes

Temas: Organización de horarios. Tareas y prioridades. Acuerdos con familia o institución. Referente principal. Confidencialidad. Parte diario. Comunicación de

cambios. Indicaciones contradictorias. Manejo de información sensible. Límites ante demandas excesivas.

Módulo 2 · Higiene, confort y prevención de infecciones

Objetivo del módulo. Aplicar herramientas básicas para asistir la higiene, el confort, el cuidado de la piel y la prevención de infecciones, respetando la seguridad, la dignidad y el alcance del rol.

Clase 5 · Higiene personal asistida paso a paso

Temas: Preparación del espacio. Elementos necesarios. Baño asistido. Higiene bucal. Cuidado de rostro, cabello, uñas y ropa. Vestido. Preferencias personales. Comunicación durante la higiene. Qué observar durante el procedimiento.

Clase 6 · Higiene en cama, cambios y confort

Temas: Higiene en cama. Cambio de ropa de cama con la persona acostada. Cuidado de pliegues. Humedad. Zonas de apoyo. Postura. Confort. Privacidad. Comunicación durante la asistencia. Situaciones que requieren ayuda de otra persona.

Clase 7 · Prevención de infecciones e higiene del entorno

Temas: Lavado de manos. Uso básico de guantes cuando corresponda. Higiene de superficies. Ropa. Utensilios. Elementos personales. Manejo de residuos. Prevención de contagios respiratorios y gastrointestinales. Cuidado del ambiente.

Clase 8 · Cuidado de la piel y prevención de lesiones por presión

Temas: Fragilidad de la piel en la vejez. Sequedad. Hematomas. Enrojecimiento. Irritaciones. Úlceras por presión. Zonas de apoyo. Cambios de posición. Humedad. Pañales. Señales de alarma. Registro y comunicación.

Módulo 3 · Movilidad, traslados y seguridad física

Objetivo del módulo. Incorporar pautas seguras para acompañar movilidad, traslados y desplazamientos, cuidando a la persona mayor y al cuidador, con foco en prevención de caídas y lesiones.

Clase 9 · Mecánica corporal del cuidador

Temas: Postura del cuidador. Base de apoyo. Uso del peso corporal. Protección de espalda, hombros y rodillas. Movimientos seguros. Errores frecuentes. Cuándo no realizar una maniobra sin ayuda. Seguridad antes de movilizar.

Clase 10 · Traslados seguros: cama, silla y baño

Temas: Pasar de acostado a sentado. Sentarse al borde de la cama. Levantarse de una silla. Traslado cama-silla. Traslado al baño. Uso de silla de ruedas. Anticipación verbal. Señales para interrumpir la maniobra.

Clase 11 · Marcha, equilibrio y prevención de caídas

Temas: Marcha inestable. Lentitud. Arrastre de pies. Equilibrio. Uso de bastón, andador o silla de ruedas. Calzado seguro. Barreras en baño, cocina, escaleras y pasillos. Riesgo nocturno. Prevención de caídas.

Clase 12 · Movilidad reducida, inmovilidad y persona postrada

Temas: Movilidad reducida. Inmovilidad. Persona postrada. Cambios de posición. Almohadas y apoyos simples. Prevención de rigidez, dolor, lesiones e incomodidad. Participación posible de la persona. Registro de tolerancia y malestar.

Módulo 4 · Alimentación, hidratación, eliminación y medicación indicada

Objetivo del módulo. Asistir necesidades básicas de alimentación, hidratación, eliminación e incontinencia, y acompañar la medicación indicada desde el registro, la prudencia y los límites del rol.

Clase 13 · Alimentación asistida y seguridad en la ingesta

Temas: Preparación del espacio de comida. Postura segura. Ritmo. Cantidad. Preferencias. Rechazo alimentario. Dificultad para masticar o tragar. Atragantamiento. Indicaciones del equipo. Registro de ingesta.

Clase 14 · Hidratación, deshidratación y registro diario

Temas: Hidratación en la vejez. Señales posibles de deshidratación. Estrategias para ofrecer líquidos. Cambios en la cantidad de ingesta. Fiebre. Vómitos. Diarrea. Calor. Registro diario. Comunicación de alertas.

Clase 15 · Eliminación, incontinencia e higiene respetuosa

Temas: Acompañamiento al baño. Uso de pañales, chata u orinal según contexto. Higiene posterior. Privacidad. Pudor. Prevención de irritaciones. Estreñimiento. Diarrea. Cambios observables. Registro.

Clase 16 · Medicación indicada: asistencia, registro y límites

Temas: Medicación indicada por profesionales. Diferencia entre indicar, administrar, preparar, recordar y asistir. Pastilleros. Horarios. Rechazo de medicación. Olvidos. Dudas. Registro. Comunicación inmediata ante situaciones de riesgo.

Módulo 5 · Deterioro cognitivo, comunicación y situaciones frecuentes

Objetivo del módulo. Aplicar estrategias simples de orientación, supervisión, comunicación y desescalada ante deterioro cognitivo, demencias y escenas frecuentes del cuidado cotidiano.

Clase 17 · Deterioro cognitivo, demencias y orientación cotidiana

Temas: Olvidos. Confusión. Desorientación temporal y espacial. Repetición de preguntas. Pérdida de objetos. Desorganización de rutinas. Apoyos visuales simples. Orientación temporal. Orientación espacial. Seguridad ante salidas o extravíos.

Clase 18 · Comunicación y manejo de situaciones difíciles

Temas: Comunicación simple. Tono de voz. Ritmo. Lenguaje corporal. Hipoacusia. Dificultades cognitivas. Validación. No confrontación. Resistencia al cuidado. Negativa al baño. Rechazo de comida. Enojo. Llanto. Irritabilidad. Deambulación. Insistencia en irse. Desconfianza. Cambios vespertinos. Desescalada y registro.

Módulo 6 · Situaciones delicadas, autocuidado e integración práctica

Objetivo del módulo. Integrar el cuidado cotidiano en un plan de asistencia, reconociendo signos de alarma, actuando con prudencia ante incidentes y cuidando también la sobrecarga del cuidador.

Clase 19 · Enfermedad avanzada, confort y autocuidado del cuidador

Temas: Cuidado cotidiano en enfermedad avanzada. Confort. Higiene. Postura. Boca seca. Descanso. Silencio. Presencia. Familia angustiada. Cambios en alimentación y sueño. Intimidad. Creencias. Límites ante decisiones médicas. Cansancio. Culpa. Irritabilidad. Desgaste. Pedidos imposibles. Descanso. Prevención de sobrecarga.

Clase 20 · Plan integral de cuidado, signos de alarma e incidentes

Temas: Lectura integral de caso. Nivel de autonomía y dependencia. Rutina diaria. Higiene. Movilidad. Alimentación. Hidratación. Medicación indicada. Riesgos del entorno. Fiebre. Dificultad respiratoria. Dolor intenso. Caída. Golpe. Herida. Atragantamiento. Pérdida de conciencia. Confusión súbita. Protección de la escena. Aviso a familiares, institución o emergencia. Registro del incidente. Comunicación. Límites del rol.