

CURSO BÁSICO SOBRE “FORMACIÓN DE CUIDADORES DE ADULTOS MAYORES DEPENDIENTES Y ATENCIÓN A LOS CUIDADORES”

PROFESOR



José María Alonso Seco. Licenciado en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid y en Derecho por la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED). Pertenece al Cuerpo Superior Técnico de la Administración de la Seguridad Social y al Cuerpo Superior de Intervención y Contabilidad de la Seguridad Social. Ingresó en la Administración en el Servicio Social de Recuperación de Minusválidos Físicos y Psíquicos de la Seguridad Social, organismo integrado con posterioridad en el Instituto Nacional de Servicios Sociales (Inserso) y actual Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imserso). Ha desempeñado puestos en distintos ámbitos de la Administración pública, relacionados con los servicios sociales, la seguridad social, la sanidad y la cultura. Como más significativos se señalan los de Viceconsejero, Consejero de Servicios Sociales en funciones y el de Director General del Mayor, en la Comunidad de Madrid. Es autor y coautor de varios libros y de numerosos artículos en revistas especializadas. Entre ellos se destacan los siguientes libros: *Textos comentados de Historia del Derecho* (1993), *Código de Protección Social* (1995), *La asistencia social y los servicios sociales en España* (2000), *Políticas Sociales* (2009, 2013 2ª ed.), *Fundamentos de Servicios Sociales* (2010), *Dependencia y Servicios Sociales* (2010, 2013 2ª ed.) *Servicios Sociales Públicos* (2011), *Juan de Robles, un reformador social en época de crisis* (2012), *Política Social Europea* (2013). En la actualidad desempeña su actividad profesional en el Imserso, como Consejero Técnico de Cooperación con Iberoamérica. Es también profesor asociado de Servicios sociales, Políticas sociales y Política social europea en la UNED.

PRESENTACIÓN DEL CURSO

El aumento de la esperanza de vida ha traído como consecuencia un mayor envejecimiento de la población. Las personas viven más, pero también con mayores discapacidades y limitaciones en la actividad, que frecuentemente originan situaciones de dependencia y la consiguiente necesidad de cuidados para las actividades de la vida diaria.

Por esa razón la figura del cuidador, tanto el profesional como el familiar o no profesional, está adquiriendo cada vez más importancia. Es de sobra conocido que los adultos mayores quieren, en la medida de lo posible, continuar viviendo en su propio domicilio y entorno habitual. Para ello necesitan apoyos más o menos

permanentes. Los cuidadores desempeñan, en este sentido, una función insustituible. No sólo las Administraciones públicas, sino también las entidades privadas y la sociedad civil, deben articular medios para impulsar la existencia de formadores bien preparados y motivados para realizar eficaz y adecuadamente sus funciones.

Este curso está destinado a formadores de cuidadores. Tiene por finalidad darles a conocer los aspectos básicos que debe conocer un cuidador, tanto en materia de geriatría, como de realización de actividades básicas de la vida diaria, como de otros aspectos jurídicos y bioéticos que afectan al cuidado de la persona mayor. Se dedica una especial consideración, asimismo, al cuidado del cuidador.

PARTICIPANTES

Profesionales y especialistas que, desde los ámbitos de la administración y gestión, pública o privada, y de la intervención social directa (administradores públicos, gestores de residencias y centros de día para personas mayores dependientes, asociaciones de familiares, geriatras, gerontólogos, psicólogos, pedagogos, trabajadores sociales, educadores sociales, etc.) están relacionados con la formación de cuidadores familiares o profesionales.

OBJETIVOS

- Conocer las principales enfermedades y patologías más comunes que presenta la persona mayor necesitada de cuidados.
- Conocer cuáles son las técnicas esenciales para el apoyo a personas mayores en la realización de las actividades básicas de la vida diaria, así como las técnicas básicas de enfermería.
- Conocer los aspectos jurídicos y de bioética que en el ámbito de la gerontología y que debe saber el cuidador.
- Describir cómo el cuidador debe aprender a cuidar de sí mismo y cómo la sociedad debe ayudarlo en sus funciones.

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN GENERAL

MÓDULO 1: Principales enfermedades en el adulto mayor que originan necesidad de cuidados.

Introducción.

1.1. Demencias.

- a) Qué son.
- b) Prevalencia.
- c) Clases.

1.1.1. Enfermedad de Alzheimer.

- a) Qué es.
- b) Sintomatología.
- c) Señales de advertencia de la enfermedad de Alzheimer.
- d) Conocimiento por la sociedad de la enfermedad de Alzheimer y de las demencias.

1.1.2. Demencia vascular.

- a) Qué es.
- b) Causas.
- c) Sintomatología.
- d) Tipos.

1.2. Enfermedad de Parkinson.

- a) Qué es.
- b) Causas.
- c) Sintomatología.
- d) Evolución de la enfermedad.
- e) Verdades y mentiras sobre la enfermedad de Parkinson.

1.3. Enfermedades cardiovasculares.

- a) Qué son.
- b) Enfermedades cardiovasculares más frecuentes en las personas mayores.
 - 1) Insuficiencia cardiaca.
 - 2) Infarto de miocardio.
 - 3) Ictus cerebral.
 - 4) Hipertensión arterial.

1.4. Enfermedades osteoarticulares.

- a) Qué son.
- b) Enfermedades osteoarticulares más frecuentes en las personas mayores.
 - 1) Artrosis.
 - 2) Artritis.
 - 3) Osteoporosis.
 - 4) Fracturas.

1.5. Otras enfermedades.

MÓDULO 2: Cuidados personales básicos que requieren las personas mayores dependientes.

Introducción.

2.1. Cuidados para la realización de las actividades de la vida diaria.

2.1.1. Concepto de actividades de la vida diaria .

2.1.2. Actividades básicas de la vida diaria.

- a) El aseo.
- b) El vestido.
- c) La alimentación.
- d) La deambulaci3n.
- e) Inmovilizaciones y transferencias.

2.2. Cuidados sanitarios.

- a) 3lceras por presi3n.
- b) Retenci3n urinaria.
- c) Incontinencia urinaria.
- d) Estreñimiento.
- e) Diarrea.

MÓDULO 3: Aspectos jur3dicos y de bio3tica. El maltrato a las personas mayores

Introducci3n

3.1. Aspectos jur3dicos

3.1.1. La persona mayor como sujeto de derechos

3.1.2. Incapacitaci3n de la persona mayor

- a) Qu3 es la incapacitaci3n
- b) La tutela
- c) La curatela
- d) La guarda de hecho

3.1.3. La obligaci3n de alimentos

3.2. Aspectos de bio3tica

- a) Qu3 es la bio3tica
- b) El consentimiento informado
- c) Las instrucciones previas
- d) El maltrato a las personas mayores

MÓDULO 4: El cuidado del cuidador

Introducción

4.1. La situación de los cuidadores

4.2. Cuidar al cuidador

4.2.1. El autocuidado

- a) Necesidad del autocuidado
- b) Formas de autocuidado
 - 1) Pedir ayuda
 - 2) Poner límites al cuidado
 - 3) Cuidar de la propia salud
 - 4) Aprender a sentirse bien

4.2.2. Apoyos al cuidador

- a) Apoyos formales
- b) Apoyos educativos
- c) Grupos de ayuda mutua
- d) Intervenciones psicoterapéuticas
- e) Apoyo económico

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

MATERIAL DIDÁCTICO

El contenido del curso se desarrolla en un temario escrito, colgado en la plataforma digital creada al efecto y que debe ser consultado por los participantes. En dicha plataforma se podrán colgar también otros documentos cuyo conocimiento se considere conveniente para profundizar en el contenido del curso.

METODOLOGÍA

El curso se desarrollará *on-line*. Existirá, asimismo, un foro abierto e interactivo a través del que profesores y alumnos podrán formular entre sí preguntas, exponer dudas y responder a éstas.

El desarrollo del programa consistirá en lo siguiente:

- Una fase previa de lectura de los textos y materiales.
- Estudio del material didáctico del curso.
- Participación activa en los foros de debate.

FECHA DE IMPARTICIÓN

Del 12 de mayo al 22 de junio 2014.

CRONOGRAMA DE ESTUDIO

SEMANAS	MÓDULO
1ª y 2ª semanas.	Introducción general y Módulo 1.
3ª semana.	Módulo 2.
4ª semana.	Módulo 3.
5ª semana.	Módulo 4.

EVALUACIÓN

La evaluación del curso se hará del siguiente modo:

- *Cuatro pruebas tipo test*, una para cada uno de los cuatro módulos. La prueba correspondiente al módulo 1 constará de 13 preguntas, con cuatro opciones de respuesta, de las cuales sólo una es la verdadera. Las pruebas correspondientes a los otros tres módulos constarán de 9 preguntas cada una, también con cuatro opciones de respuesta. Cada pregunta bien contestada se puntuará con 1 punto. Al ser 40 preguntas en total, la puntuación podrá alcanzar un máximo total de *40 puntos*. Sólo se podrá marcar una respuesta en cada pregunta. Las preguntas en que se conteste con más de una respuesta no se computarán como válidas.
- Las pruebas correspondientes a cada módulo se realizarán *al finalizar cada uno de ellos*, según las fechas indicadas en el cronograma de estudio.

Madrid, 1 de marzo de 2014
José María Alonso Seco