



# INESEM

BUSINESS SCHOOL

## ***Máster en Envejecimiento Saludable y Calidad de Vida***

**+ Información Gratis**

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

# ***Máster en Envejecimiento Saludable y Calidad de Vida***

**duración total:** 1.500 horas      **horas teleformación:** 450 horas

**precio:** 0 € \*

**modalidad:** Online

\* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

## ***descripción***

El envejecimiento poblacional es un fenómeno global que realza la importancia de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Nuestro Master en Envejecimiento Saludable y Calidad de Vida aborda esta realidad desde un enfoque integral, propagando conocimientos clave para la atención y cuidado de personas dependientes, aplicando principios de la Ley de Dependencia y técnicas de intervención social y sanitaria.

La formación está diseñada para profundizar en la comprensión de la vejez, afecciones comunes, y estrategias para promover un envejecimiento activo y saludable. Se analizarán las políticas sociales, la atención sociosanitaria domiciliaria, y se explorará la animación sociocultural, vital para enriquecer la vida de los mayores.

Este máster online no solo prepara a profesionales para atender eficazmente a una población en crecimiento, sino que también apunta a mejorar la autonomía y bienestar, actuando sobre los determinantes de la salud en la vejez. Este curso es clave para quien busca marcar una diferencia significativa en la vida de los adultos mayores, asegurando su relevancia en un campo de creciente demanda profesional.



### *a quién va dirigido*

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

### *objetivos*

- Entender la Ley de Dependencia.
- Gestionar ayuda a dependientes.
- Evaluar necesidades de mayores.
- Aplicar ayudas técnicas.
- Intervenir con familias.
- Analizar servicios de respiro.
- Conocer opciones de vivienda.
- Administrar residencias geriátricas.
- Desarrollar planes de intervención.
- Usar técnicas de gestión básica.
- Comprender discapacidad y envejecimiento.
- Manejar prestaciones sociales.
- Atender a minorías con discapacidad.
- Promover envejecimiento saludable.
- Intervenir en cuidado sociosanitario.
- Asistir en movilización de usuarios.
- Realizar primeros auxilios.
- Mantener higiene en instituciones.
- Identificar necesidades domiciliarias.
- Gestionar atención domiciliaria.
- Ejecutar técnicas de higiene personal.
- Planificar menús saludables.
- Administrar alimentación y medicación.
- Asistir en movilidad doméstica.
- Garantizar seguridad y bienestar.
- Gestionar economía doméstica.
- Efectuar tareas de limpieza y compra.
- Preparar comidas y conservar alimentos.
- Realizar técnicas de cocinado.
- Promover higiene alimentaria.
- Organizar y limpiar hogares.
- Prevenir riesgos domésticos.
- Facilitar uso de teleasistencia.
- Explicar biología del envejecimiento.
- Gestionar enfermedades geriátricas.
- Evaluar funcionalidad en ancianos.
- Intervenir para mejorar la salud.
- Estimular funciones cognitivas.
- Fomentar relaciones sociales en la tercera edad.
- Implementar rehabilitación geriátrica.
- Programar actividades físicas.
- Optimizar tiempo libre de mayores.
- Crear ambientes pro-envejecimiento.
- Asesorar en nutrición saludable.
- Motivar aprendizaje en mayores.
- Aplicar terapias alternativas.
- Comprender la geriatría básica.
- Evaluar y acoger al paciente geriátrico.

- Reconocer patologías comunes.
- Proporcionar cuidado integral en geriatría.
- Cuidar la piel de mayores.
- Gestionar nutrición adecuada.
- Manejar eliminaciones corporales.
- Facilitar movilización y traslado.
- Asistir a enfermos terminales.
- Formarse como monitor sociocultural.
- Entender el envejecimiento y sus teorías.
- Descubrir la psicología del anciano.
- Animar socioculturalmente a mayores.
- Utilizar técnicas de grupo.
- Elaborar programas de animación.
- Desarrollar participación y comunicación.
- Estimular cognición con técnicas.
- Dinamizar grupos de ancianos.
- Atender integralmente al mayor.
- Delimitar el concepto de vejez.
- Atender cambios psicológicos en la vejez.
- Conocer recursos para tercera edad.
- Realizar valoración integral del anciano.
- Documentar historia clínica.
- Promover actividad física en ancianos.
- Comprender rehabilitación y músculos.
- Aplicar técnicas de rehabilitación.
- Gestionar patologías para rehabilitar.
- Diseñar intervención en tercera edad.
- Realizar intervención y tratamiento.
- Prevenir problemas de salud en ancianos.
- Implementar controles médicos.
- Fomentar higiene y alimentación adecuada.
- Estimular relaciones sociales en ancianos.

### *para qué te prepara*

Este Máster en Envejecimiento Saludable y Calidad de Vida capacita para abordar integralmente las necesidades de las personas mayores, profundizando en atención domiciliaria, intervenciones sociosanitarias y técnicas avanzadas en geriatría. Dominarás la valoración geriátrica y podrás implementar programas de envejecimiento activo y saludable. Serás capaz de diseñar estrategias de intervención para mejorar la autonomía y calidad de vida de los ancianos, así como proporcionar apoyo efectivo a sus cuidadores. Este programa te formará en habilidades clave para promover un envejecimiento digno y pleno.

### *salidas laborales*

El Máster en Envejecimiento Saludable y Calidad de Vida abre un abanico de salidas laborales en el sector gerontológico y sociosanitario. Graduados podrán gestionar políticas de atención a la dependencia, integrarse en equipos multidisciplinares en residencias, elaborar programas de intervención sociocultural o coordinar servicios de teleasistencia. Además, poseerán las habilidades para la atención domiciliaria y promoción de un envejecimiento activo, contribuyendo a la calidad de vida de los mayores.

## titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).



### INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación  
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

#### NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

#### Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX  
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en  
Granada, a (día) de (mes) de (año)

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello



NOMBRE DEL ALUMNO/A

## forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

## *metodología*

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

## *materiales didácticos*

- Manual teórico 'Intervención en la Atención Sociosanitaria en Instituciones'
- Manual teórico 'Programas de Intervención y Prevención en la Tercera Edad'
- Manual teórico 'Atención a Personas Dependientes'
- Manual teórico 'Apoyo Domiciliario y Alimentación Familiar'
- Manual teórico 'Higiene y Atención Sanitaria Domiciliaria'
- Manual teórico 'Monitor-Animador Sociocultural en Geriatría'
- Manual teórico 'Técnicas Básicas de Geriatría'
- Manual teórico 'Cuidados al Mayor. Atención Integral al Anciano'
- Manual teórico 'Envejecimiento Saludable'



## profesorado y servicio de tutorías

Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



## *plazo de finalización*

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

## *campus virtual online*

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de ineseem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

## *comunidad*

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

## *revista digital*

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

## *secretaría*

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

**programa formativo**

# **PARTE 1. ATENCIÓN A PERSONAS DEPENDIENTES.**

## **UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA LEY DE DEPENDENCIA.**

- 1.Ley de Dependencia.
- 2.Conceptos relacionados.
- 3.Principios de la Ley.
- 4.El sistema para la autonomía y atención a la dependencia.
- 5.La calidad y eficacia del sistema para la autonomía y la atención a la dependencia.
- 6.Infracciones y sanciones.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA ATENCIÓN A PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA**

- 1.Las personas dependientes en situación de dependencia.
- 2.Las personas mayores en situación de dependencia.
- 3.Las personas con discapacidad en situación de dependencia.
- 4.El papel de la persona cuidadora.
- 5.Las necesidades del cuidado.
- 6.Intervención y diferenciación de apoyos en función de la situación de dependencia.
- 7.Promoción de la autonomía personal.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. DEPENDENCIA EN PERSONAS MAYORES DE 65 AÑOS.**

- 1.Evolución de las políticas de atención a las personas mayores en España.
- 2.Consolidación de los sistemas públicos en los años 80.
- 3.El auge de la planificación gerontológica en los años 90.
- 4.El desarrollo de recursos para las personas mayores dependientes en el contexto europeo.
- 5.Estructura y marco conceptual de los servicios sociales para personas mayores en situación de dependencia en España.
- 6.Los servicios domiciliarios.
- 7.Ayuda a domicilio básica y complementaria.
- 8.Telealarmas.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. LAS AYUDAS TÉCNICAS PARA LA MEJORA DE LA AUTONOMÍA Y LA REDUCCIÓN DE LA DEPENDENCIA.**

- 1.Conceptualización y tipología.
- 2.Adaptaciones en las viviendas.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. LOS PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN CON FAMILIAS.**

- 1.Necesidades de las familias cuidadoras y objetivos de la intervención.
- 2.Programas de información, orientación y asesoramiento.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. ANÁLISIS Y EVALUACIÓN DE LOS SERVICIOS INTERMEDIOS Y DE RESPIRO FAMILIAR. ESTANCIAS TEMPORALES Y CENTROS DE DÍA.**

- 1.Introducción.
- 2.Las estancias de día en centros gerontológicos.
- 3.Las estancias temporales en residencias u otros alojamientos.
- 4.Los centros de día para personas mayores dependientes.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. RECURSOS Y PROGRAMAS DE VIVIENDA.**

- 1.Análisis y evaluación de los recursos y programas de vivienda.
- 2.Sistemas alternativos de alojamiento.
- 3.Los alojamientos heterofamiliares o servicios de acogimiento familiar.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. LAS RESIDENCIAS.**

- 1.Conceptualización.
- 2.Características de las unidades de convivencia.
- 3.Los objetivos de la atención.
- 4.Usuarios/as.

5.Modalidades asistenciales.

**UNIDAD DIDÁCTICA 9. EL PLAN GENERAL DE INTERVENCIÓN (PGI); SERVICIOS Y PROGRAMAS.**

- 1.Introducción.
- 2.Servicios de las residencias y otros alojamientos.
- 3.Programas de intervención.
- 4.Recursos.
- 5.Cobertura y características de las residencias en España.
- 6.La atención a las situaciones de dependencia en las residencias españolas.
- 7.Sistema de acceso a los servicios públicos.

**UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS Y SOPORTES DE GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN BÁSICA.**

- 1.Gestiones administrativas.
- 2.Recursos económicos. Pensiones y sus tipos.
- 3.Prestaciones del régimen general de la seguridad social.
- 4.Contribuir a la realización de los trámites administrativos cumpliendo los requerimientos del usuario y normas legales.
- 5.Gestionar puntualmente con las entidades sanitarias las prestaciones requeridas por el usuario.

**UNIDAD DIDÁCTICA 11. DISCAPACIDAD Y ENVEJECIMIENTO.**

- 1.Una emergencia silenciosa. Algunas investigaciones realizadas y muchas lagunas de conocimiento.
- 2.Los congresos de Oviedo.

**UNIDAD DIDÁCTICA 12. CONCLUSIÓN.**

- 1.A modo de conclusión.
- 2.Conclusiones.
- 3.Consideraciones finales.

**UNIDAD DIDÁCTICA 13. POLÍTICAS ESPAÑOLAS DE ATENCIÓN A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD MENORES DE 65 AÑOS Y GESTIÓN DE LA DISCAPACIDAD.**

- 1.Introducción.
- 2.Análisis del fenómeno de la discapacidad y sus causas en España.
- 3.El marco conceptual de la discapacidad.
- 4.Modelos de actuación frente a la discapacidad en el sistema jurídico español.
- 5.Los primeros inicios: el Servicio Social de Asistencia a Subnormales y el SEREM.
- 6.El IMSERSO.
- 7.Los órganos gestores de las Comunidades Autónomas.
- 8.Estrategias de mediación y cooperación.

**UNIDAD DIDÁCTICA 14. PRESTACIONES Y SERVICIOS SOCIALES, SANITARIOS Y DE SEGURIDAD SOCIAL PARA LAS PERSONAS MENORES DE 65 AÑOS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA.**

- 1.Colectivos fundamentales.
- 2.Recursos existentes.
- 3.La disponibilidad de información sobre centros/servicios para personas con discapacidad en el ámbito estatal.

**UNIDAD DIDÁCTICA 15. ANÁLISIS DE LAS PERSONAS CON TRASTORNO MENTAL GRAVE Y DE LOS MENORES DE SEIS AÑOS CON LIMITACIONES GRAVES.**

- 1.Introducción.
- 2.Personas con trastorno mental grave y prolongado.
- 3.Niños con limitaciones graves atención temprana.
- 4.El enfoque sociosanitario de la atención a las personas con discapacidad en situación de dependencia.

**UNIDAD DIDÁCTICA 16. CONSIDERACIONES FINALES QUE GARANTICEN LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA.**

- 1.Introducción.
- 2.Consideraciones que garanticen una protección económica adecuada.
- 3.Consideraciones innovadoras.
- 4.Consideraciones específicas para el colectivo de personas con trastorno mental grave.
- 5.Consideraciones sobre primera infancia y dependencia.

## **PARTE 2. INTERVENCIÓN EN LA ATENCIÓN SOCIOSANITARIA EN INSTITUCIONES**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. RECONOCIMIENTO DE LAS NECESIDADES ESPECIALES DE LAS PERSONAS DEPENDIENTES**

- 1.Situaciones especiales: usuarios sin familia y familias desestructuradas.
- 2.Aplicación de técnicas de observación y registro de la evolución funcional y el desarrollo de actividades de atención física.
- 3.Tipos de ayudas técnicas y tecnológicas para la vida cotidiana.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. PARTICIPACIÓN EN LA ATENCIÓN SANITARIA PARA PERSONAS DEPENDIENTES EN EL ÁMBITO SOCIOSANITARIO**

- 1.Anatomofisiología de los sistemas cardiovascular, respiratorio y excretor y patologías más frecuentes.
- 2.Participación en la toma de constantes vitales.
- 3.Participación en la administración de medicación: vías oral, tópica y rectal.
- 4.Medicación en el caso de personas diabéticas.
- 5.Colaboración en la aplicación de técnicas de aerosolterapia y oxigenoterapia.
- 6.Colaboración en la aplicación de tratamientos locales y métodos de frío-calor.
- 7.Uso de materiales para la medicación.
- 8.Riesgos de los medicamentos.
- 9.Prevenición de riesgos laborales en las tareas sanitarias.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. COLABORACIÓN EN LA MOVILIZACIÓN, TRASLADO Y DEAMBULACIÓN DE LOS USUARIOS**

- 1.Principios anatomofisiológicos de sostén y movimiento del cuerpo humano: el aparato locomotor.
- 2.Biomecánica de las articulaciones.
- 3.Patologías más frecuentes del sistema locomotor.
- 4.Principios anatomofisiológicos del sistema nervioso.
- 5.Posiciones anatómicas.
- 6.Principios de mecánica corporal.
- 7.Técnicas de movilización, traslado y deambulación.
- 8.Prevenición de riesgos laborales en las tareas de deambulación, traslado y movilización.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. DE PRIMEROS AUXILIOS EN SITUACIONES DE URGENCIA EN INSTITUCIONES**

- 1.Reconocimiento de las situaciones de riesgo y protocolos de actuación. Aviso a los profesionales responsables.
- 2.Técnicas de actuación en urgencias.
- 3.Mantenimiento de botiquines.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. CUMPLIMIENTO DE LAS NORMAS DE LIMPIEZA DE MATERIALES E INSTRUMENTOS SANITARIOS**

- 1.Aplicación de operaciones de limpieza de materiales sanitarios.
- 2.Proceso de desinfección. Métodos y materiales.
- 3.Proceso de esterilización. Métodos, materiales y control de calidad.
- 4.Prevenición de infecciones.
- 5.Eliminación de residuos sanitarios.
- 6.Prevenición de Riesgos Laborales en las tareas de limpieza de material sanitario.

## **PARTE 3. HIGIENE Y ATENCIÓN SOCIOSANITARIA DOMICILIARIA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. IDENTIFICACIÓN DE LAS CARACTERÍSTICAS Y NECESIDADES DE LAS PERSONAS DEPENDIENTES**

- 1.El proceso de envejecimiento
- 2.La enfermedad y la convalecencia

3.Las discapacidades

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. DELIMITACIÓN DEL ÁMBITO DE LA ATENCIÓN DOMICILIARIA**

- 1.Unidades convivenciales con personas dependientes: tipología y funciones
- 2.Servicios, programas y profesionales de atención directa domiciliaria a personas dependientes: características y estructura funcional
- 3.Los cuidadores principales y el servicio de ayuda a domicilio
- 4.Uso del vocabulario básico de la atención domiciliaria
- 5.Principios éticos de la intervención social con personas y colectivos con necesidades especiales
- 6.Higiene y presencia física del profesional de ayuda a domicilio
- 7.Atención integral de las personas: técnicas de humanización de la ayuda
- 8.La intervención en las situaciones de duelo
- 9.La observación y el registro de la evolución funcional y el desarrollo de actividades de atención física
- 10.Las ayudas técnicas para el cuidado y la higiene personal.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. APLICACIÓN DE TÉCNICAS DE HIGIENE Y ASEO DE LA PERSONA DEPENDIENTE**

- 1.Principios anatomofisiológicos de la piel y fundamentos de higiene corporal
- 2.Técnicas de aseo e higiene corporal según tipología de ayuda a domicilio
- 3.Técnicas de limpieza y conservación de prótesis
- 4.Cuidados del paciente incontinente y colostomizado
- 5.Prevenición y control de infecciones
- 6.Tipos de camas, accesorios y lencería
- 7.Fomento de la autonomía de la persona dependiente y su entorno para la mejora de su higiene y aseo
- 8.Cuidados post mortem. Finalidad y preparación del cadáver

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. PLANIFICACIÓN DEL MENÚ DE LA UNIDAD CONVIVENCIAL**

- 1.Principios de alimentación y nutrición
- 2.Principios anatomofisiológicos de los sistemas digestivo y endocrino. Patologías más frecuentes
- 3.Conceptos de alimentación y nutrición. Los alimentos. Clasificación funcional
- 4.Recomendaciones en energía y nutrientes. Ingesta recomendada. Interpretación del etiquetado nutricional
- 5.Dieta saludable. Calidad de dieta
- 6.Problemas nutricionales de las sociedades desarrolladas
- 7.Tipos de dietas
- 8.Dieta familiar y planificación de menús diarios y semanales
- 9.Raciones y medidas caseras
- 10.La alimentación en el anciano y en el convaleciente
- 11.Planificación de los menús
- 12.Consideración por la situación específica alimentaria y nutricional de cada persona dependiente

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. UTILIZACIÓN DE TÉCNICAS DE ALIMENTACIÓN**

- 1.Alimentación por vía oral y enteral
- 2.Ayudas técnicas y apoyo para la ingesta

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. RECOGIDA DE ELIMINACIONES**

- 1.Normas higiénico-sanitarias
- 2.Medios y materiales para la recogida de excretas
- 3.Eliminación de excretas
- 4.Mantenimiento de la higiene y presencia física personales
- 5.Respeto por la intimidad de la persona dependiente y sus familiares

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. ADMINISTRACIÓN DE MEDICACIÓN EN EL DOMICILIO**

- 1.Evolución del metabolismo en el ciclo vital
- 2.Principios de farmacología general
- 3.Riesgos de los fármacos
- 4.Técnicas de preparación y administración de medicación por vía oral, tópica y rectal
- 5.Principios anatomofisiológicos de los sistemas
- 6.Constantes vitales

7. Técnicas de aerosolterapia y oxigenoterapia
8. Técnicas de aplicación de frío y calor
9. Constitución y mantenimiento de botiquines

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. MOVILIDAD DE LA PERSONA DEPENDIENTE**

1. Principios anatomofisiológicos de sostén y movimiento del cuerpo humano
2. El aparato locomotor
3. Patologías más frecuentes del aparato locomotor
4. Biomecánica de las articulaciones

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. EMPLEO DE TÉCNICAS DE MOVILIZACIÓN, TRASLADO Y DEAMBULACIÓN**

1. Posiciones anatómicas
2. Técnicas y ayudas técnicas para la deambulación, traslado y movilización en personas dependientes
3. Técnicas para el posicionamiento en cama
4. Orientación a la persona dependiente y sus cuidadores principales
5. Fomento de la autonomía de la persona dependiente y su entorno para la mejora de su movilidad y estado físico

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. TOMA DE CONSTANTES VITALES**

1. Temperatura
2. Frecuencia respiratoria
3. Presión arterial
4. Frecuencia cardíaca y pulso
5. Recogida de las mismas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. APLICACIÓN DE TÉCNICAS DE SEGURIDAD Y PRIMEROS AUXILIOS**

1. Primeros auxilios
2. Traumatismos. Vendajes e inmovilizaciones
3. Técnicas de reanimación cardiopulmonar
4. Asfixia
5. Quemaduras
6. Heridas y hemorragias
7. Picaduras
8. Intoxicaciones
9. Botiquín de urgencias
10. Consultas a distancia
11. Prevención de riesgos en el entorno de la persona dependiente Medidas de autoprotección
12. Atención especial a la Prevención de Riesgos Laborales

## **PARTE 4. ATENCIÓN DOMICILIARIA Y ALIMENTACIÓN FAMILIAR**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ELABORACIÓN DEL PLAN DE TRABAJO EN LA UNIDAD CONVIVENCIAL**

1. Elementos que lo constituyen. Características. Procedimientos de elaboración
2. Factores que determinan las necesidades y demandas que hay que cubrir en el domicilio
3. Tareas domésticas diarias
4. Planificación del trabajo diario
5. Aprecio por la planificación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. APLICACIÓN DE TÉCNICAS DE GESTIÓN DEL PRESUPUESTO DE LA UNIDAD CONVIVENCIAL**

1. Administración y control de los gastos de la unidad convivencial
2. Interpretación de la documentación de gestión domiciliaria
3. Gastos mensuales en el domicilio
4. Pautas para la cautela del manejo del presupuesto doméstico

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. CONFECCIÓN DE LA LISTA DE LA COMPRA**

1. Factores que determinan la confección de la lista de la compra

2. Correspondencia con el presupuesto elaborado
3. Decisión de compra: consulta con el usuario y su entorno
4. Métodos para elaborar la lista de la compra

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. COMPRA Y CONSERVACIÓN DE PRODUCTOS DE USO COMÚN EN EL DOMICILIO**

1. Tipos de establecimientos. Ventajas e inconvenientes
2. Compra virtual y por teléfono
3. Análisis del etiquetaje
4. Sistemas y métodos de conservación de productos alimenticios en el domicilio
5. Almacenamiento y colocación de los productos
6. Limpieza y colocación de materiales de cocina

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. APLICACIÓN DE TÉCNICAS BÁSICAS DE COCINA**

1. Menaje, utensilios y electrodomésticos
2. Recetas de cocina
3. Técnicas de preelaboración básica de alimentos
4. Elaboraciones elementales de cocina: vegetales, legumbres, arroz, pastas...
5. Esquemas de elaboración y ejecución de platos tipo: ensaladas, potajes, sopas, entremeses y aperitivos
6. Guarniciones culinarias
7. Postres

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. HIGIENE ALIMENTARIA**

1. Normativa higiénico-sanitaria
2. Aditivos alimentarios
3. Normativa vigente para los manipuladores de alimentos
4. Riesgos para la salud derivados de una inadecuada manipulación de los alimentos
5. Toxiinfecciones alimentarias
6. Sustancias tóxicas de los alimentos
7. Atención especial a las normas de higiene alimentaria

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. APLICACIÓN DE TÉCNICAS DE LIMPIEZA DEL HOGAR**

1. Técnicas y productos de limpieza
2. Limpieza de las estancias
3. Limpieza especial de enseres y mobiliario
4. Limpieza especial de aparatos, ayudas técnicas y utensilios de atención a las personas dependientes
5. Clasificación, selección y eliminación de residuos y basura del hogar
6. Aprecio por la higiene y limpieza del hogar

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. APLICACIÓN DE TÉCNICAS DE LAVADO, REPASADO Y PLANCHADO DE LA ROPA**

1. Lavado de la ropa
2. Productos para el lavado de la ropa
3. Secado de la ropa
4. Planchado de la ropa
5. Tratamiento de la ropa según su tejido
6. Colocación y limpieza de armarios
7. Mantenimiento de lavadoras y secadoras
8. Precaución en el manejo de ropas y enseres domésticos

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. REVISIÓN Y MANTENIMIENTO BÁSICO DEL DOMICILIO**

1. Colocación y orden de artículos y enseres domésticos
2. Revisión de conducciones de agua y gas
3. Revisión de aparatos eléctricos y electrodomésticos
4. Cierre de puertas y ventanas
5. Mantenimiento básico de aparatos y ayudas técnicas
6. Fomento de la participación y autonomía del usuario
7. Uso de sistemas de alarma y telealarma
8. Uso de sistemas de teleasistencia y telefonía móvil

## **UNIDAD DIDÁCTICA 10. RIESGOS DOMÉSTICOS**

1. Riesgos de las instalaciones eléctricas domésticas
2. Riesgos de los electrodomésticos
3. Riesgos de las instalaciones de gas
4. Atención especial a la prevención de accidentes en el hogar

## **UNIDAD DIDÁCTICA 11. TELEASISTENCIA**

1. Funcionamiento
2. Utilidades y servicios que presta
3. Otras ayudas técnicas
4. Sistemas de alarma y detección

# **PARTE 5. ENVEJECIMIENTO SALUDABLE**

## **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ENVEJECIMIENTO POBLACIONAL Y ACTIVO. CONCEPTOS GENERALES**

1. Definición del envejecimiento
2. Envejecimiento poblacional
  - 1.- Situación de envejecimiento poblacional
  - 2.- Conceptos de longevidad y Esperanza máxima de vida
  - 3.- Diferentes conceptos de edad
3. Envejecimiento activo
4. Teorías del envejecimiento
  - 1.- Teorías Estocásticas
  - 2.- Teorías no estocásticas
5. Disciplinas importantes en la tercera edad
  - 1.- Geriátrica y gerontología
  - 2.- Introducción a la psicogerontología

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. BIOLOGÍA DEL ENVEJECIMIENTO**

1. Introducción
2. Longevidad
3. Envejecimiento celular y molecular
  - 1.- Modificaciones del envejecimiento por órganos y sistemas
  - 2.- Funciones mentales superiores y proceso de envejecimiento
4. Enfermedades del envejecimiento acelerado
  - 1.- Envejecimiento vascular acelerado (EVA)
  - 2.- Síndrome de Werner y Progeria
  - 3.- Síndrome de Down

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENFERMEDADES GERIÁTRICAS MÁS COMUNES**

1. Introducción
2. Higiene, aplicación de técnicas y aseo personal
  - 1.- Anatomía y fisiología de la piel
  - 2.- Patologías más frecuentes en la piel
  - 3.- Técnicas de aseo e higiene corporal para personas dependientes e independientes
3. Enfermedades osteoarticulares
  - 1.- Artrosis (osteoartritis, artropatía degenerativa)
  - 2.- Osteoporosis
  - 3.- Lumbalgias y lumbociáticas
4. Hipertensión arterial
  - 1.- Cifras normales/cifras elevadas de tensión arterial
  - 2.- Factores que influyen en la aparición de hipertensión arterial
  - 3.- Actuación ante un caso de hipertensión arterial
5. Diabetes mellitus
  - 1.- Concepto e importancia de la diabetes mellitus

- 2.- Cuidado del diabético
- 6.Los sentidos de la vista y del oído
  - 1.- La vista
  - 2.- El oído
- 7.Temblo y Parkinson
  - 1.- ¿Qué es el temblor?
  - 2.- Enfermedad de Parkinson
- 8.Accidentes cerebrovasculares
  - 1.- Manifestaciones clínicas
  - 2.- Plan de actuación
- 9.Depresión
- 10.El síndrome confusional
  - 1.- Características clínicas
  - 2.- Factores de riesgo
  - 3.- Causas más frecuentes
  - 4.- Actuación ante el/la usuario/a confuso/a
- 11.La demencia
  - 1.- Clasificación
  - 2.- Características clínicas
  - 3.- Plan de actuación
  - 4.- Cuidados específicos

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. VALORACIÓN FUNCIONAL, SOCIAL, PSICOLÓGICA Y COGNITIVA**

- 1.Valoración funcional
- 2.Concepto de función
- 3.Discapacidad y sus caminos
- 4.Evaluación de las actividades de la vida diaria
- 5.Valoración socio-ambiental
  - 1.- Evaluación social
  - 2.- Relaciones y actividades sociales
  - 3.- Soporte social
  - 4.- Recursos sociales
  - 5.- Evaluación ambiental
- 6.Valoración psicológica y cognitiva
- 7.Valoración cognitiva
  - 1.- Proceso de valoración
- 8.Instrumentos o escalas para la valoración mental
- 9.Valoración del estado emocional

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. INTERVENCIÓN EN SALUD**

- 1.Programa de envejecimiento saludable
  - 1.- Programa de envejecimiento saludable
  - 2.- Evaluación
  - 3.- Objetivos generales
  - 4.- Metodología
  - 5.- Contenido de los programas
  - 6.- Programa de prevención de la incapacidad
- 2.Programa de actividad física
  - 1.- Objetivos generales
  - 2.- Metodología
  - 3.- Contenidos
  - 4.- Fases
  - 5.- Desarrollo de las sesiones
- 3.Programa de terapia ocupacional

- 1.- Evaluación
- 2.- Objetivos generales
- 3.- Tipos de terapia ocupacional
- 4.- Metodología
- 5.- Pautas generales
- 6.- Ejemplos de actividades
- 7.- Ejemplos de programas de intervención

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. INTERVENCIÓN EN FUNCIONES COGNITIVO-AFECTIVAS**

1. Intervención en funciones cognitivas
2. Intervención en memoria
  - 1.- Evaluación
  - 2.- Objetivos generales
  - 3.- Metodología
3. Orientación a la realidad
  - 1.- Evaluación
  - 2.- Objetivos generales
  - 3.- Pautas generales de trabajo
  - 4.- Metodología
  - 5.- Información básica en orientación
4. Intervención en funciones intelectuales
  - 1.- Percepción-atención
  - 2.- Memoria
  - 3.- Lenguaje
  - 4.- Razonamiento
5. Intervención en funciones psicoafectivas
  - 1.- Depresión
  - 2.- Ansiedad

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. INTERVENCIÓN EN RELACIONES SOCIALES**

1. Programa de apoyo social
  - 1.- Evaluación
  - 2.- Objetivos Generales
  - 3.- Metodología y pautas generales de trabajo
  - 4.- Voluntariado
2. Programa de entrenamiento en habilidades sociales
  - 1.- Evaluación
  - 2.- Objetivos Generales
  - 3.- Metodología
3. Programa en intervención con familias
  - 1.- Evaluación
  - 2.- Pautas generales de la intervención
4. Cuidadores de mayores dependientes
  - 1.- Autocuidado
5. La familia en la residencia

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. REHABILITACIÓN GERIÁTRICA FÍSICA, PSICOLÓGICA Y COGNITIVA**

1. Fundamentos de la rehabilitación
2. Técnicas de rehabilitación corporal
  - 1.- Artritis
  - 2.- Mano reumática
  - 3.- Osteoporosis
  - 4.- Fracturas en mayores
3. Técnicas de rehabilitación de enfermedades degenerativas. Terapias físicas, psicológicas y cognitivas
  - 1.- Esclerosis múltiple (EM)

- 2.- Alzheimer
- 4. Técnicas de rehabilitación para enfermedades nerviosas o relacionadas con el movimiento
  - 1.- Enfermedad de Parkinson
  - 2.- Disonías

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDADES FÍSICAS DE COORDINACIÓN Y PSICOMOTRICIDAD EN PERSONAS MAYORES**

- 1. Concepto de psicomotricidad
- 2. Psicomotricidad y calidad de vida
- 3. Ejercicios para trabajar aspectos específicos en psicomotricidad y la valoración psicomotriz
  - 1.- Motricidad gruesa y fina
  - 2.- Valoración psicomotriz
  - 3.- Imagen corporal
  - 4.- Dibujo y escritura como medios de expresión y comunicación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. LA JUBILACIÓN, EL OCIO Y EL TIEMPO LIBRE EN PERSONAS MAYORES**

- 1. Jubilación
  - 1.- El proceso
  - 2.- Los determinantes
  - 3.- La preparación para la jubilación
  - 4.- La jubilación tardía
- 2. Ocio y tiempo libre en el anciano
  - 1.- La importancia de realizar actividades
  - 2.- Cómo se ocupa
  - 3.- Factores que influyen en la motivación hacia las actividades
  - 4.- Sexualidad

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. AMBIENTE COMO FACTOR FAVORECEDOR PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE**

- 1. Distribución y decoración de espacios
  - 1.- Dificultades de movilidad, comunicación y convivencia en espacios no adaptados
  - 2.- Estrategias de reestructuración del entorno
  - 3.- Decoración de espacios
- 2. Uso de materiales domésticos
  - 1.- La Memoria
  - 2.- Razonamiento
  - 3.- Atención
  - 4.- Orientación espacial, temporal y personal

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. NUTRICIÓN Y SALUD**

- 1. Patologías más frecuentes del sistema gastrointestinal
  - 1.- Introducción
  - 2.- Fisiologías más frecuentes del aparato digestivo: la digestión
  - 3.- Patologías más frecuentes del sistema gastrointestinal del anciano
- 2. Influencia de los hábitos alimenticios en los estados de salud
  - 1.- Introducción
  - 2.- Nutrientes
  - 3.- Alimentos
- 3. Dietas terapéuticas
  - 1.- Recomendaciones en energía y nutrientes. Ingesta recomendada

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. MOTIVACIÓN Y APRENDIZAJE EN PRO DE UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE**

- 1. Características específicas de la motivación y el aprendizaje de las personas mayores, discapacitadas y/o enfermas
  - 1.- Motivación
  - 2.- Aprendizaje
- 2. Mantenimiento y entrenamiento de las funciones cognitivas en situaciones cotidianas del domicilio
- 3. Memoria, atención, razonamiento, orientación espacial, temporal y personal, razonamiento

- 1.- Memoria
- 2.- Atención
- 3.- Orientación espacial, temporal y personal
- 4.- Razonamiento

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. TERAPIAS ALTERNATIVAS**

1. Ventajas de las terapias alternativas
2. Yoga
  - 1.- Beneficios del yoga en las personas mayores
  - 2.- Posiciones más adecuadas para los ancianos
  - 3.- Criterios de aplicación metodológica y estrategias didácticas individualizadas y en grupo de instrucción de actividades de Yoga
3. Pilates
  - 1.- Beneficios del Pilates en personas mayores
  - 2.- Pilates y patologías tratables
4. Musicoterapia
  - 1.- Música y salud a lo largo de la historia
  - 2.- Efectos neuroquímicos y terapéuticos de la musicoterapia
  - 3.- Musicoterapia y geriatría
  - 4.- Musicoterapia para personas con Alzheimer y otras demencias

## **PARTE 6. TÉCNICAS BÁSICAS DE GERIATRÍA**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN Y CONCEPTOS PREVIOS**

1. Introducción.
2. El envejecimiento de la población española y su importancia socioeconómica.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. BIOLOGÍA DEL ENVEJECIMIENTO**

1. Introducción.
2. Longevidad.
3. Envejecimiento celular y molecular.
4. Enfermedades del envejecimiento acelerado.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ACOGIDA AL PACIENTE GERIÁTRICO**

1. Introducción.
2. Niveles de intervención en el Sistema Nacional de Salud.
3. Tipos de documento en el ámbito sanitario.
4. Aspectos psicológicos.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA HABITACIÓN DEL PACIENTE GERIÁTRICO**

1. Mobiliario y accesorios de la habitación hospitalaria.
2. La cama hospitalaria.
3. Preparación de la cama hospitalaria.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. EVALUACIÓN DEL PACIENTE GERIÁTRICO**

1. Presentación de la enfermedad.
2. Concepto de fragilidad.
3. Geriatría y valoración geriátrica integral.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. PRINCIPALES PATOLOGÍAS**

1. Patologías más frecuentes. Pluripatología.
2. Síndromes geriátricos.
3. Cuidados paliativos de geriatría.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. CUIDADO DE ENFERMERÍA INTEGRAL EN EL ADULTO MAYOR**

1. Valoración de enfermería en el adulto mayor.
2. Pautas de actuación.
3. Plan de cuidados de enfermería del Alzheimer.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA PIEL EN EL PACIENTE MAYOR**

- 1.Dermatología geriátrica.
- 2.Epidemiología, cadena epidemiológica y transmisión de infecciones.
- 3.Medidas para disminuir el riesgo de transmisión de infecciones.
- 4.La piel como órgano protector ante las infecciones .

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. NUTRICIÓN**

- 1.Patologías más frecuentes del sistema gastrointestinal.
- 2.Influencia de los hábitos alimenticios en los estados de salud.
- 3.Dietas terapéuticas.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. ELIMINACIÓN URINARIA E INTESTINAL**

- 1.Eliminación urinaria e intestinal.
- 2.Patologías más frecuentes del aparato urinario en el paciente geriátrico
- 3.Incontinencia urinaria (IU).
- 4.El balance hídrico y el control de diuresis.
- 5.Sondaje vesical.
- 6.Eliminación intestinal.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. NECESIDAD DE MOVILIZACIÓN**

- 1.Paciente geriátrico y necesidad de movilización.
- 2.Normas básicas de mecánica corporal.
- 3.Técnicas de movilización para pacientes.
- 4.Cambios posturales en el paciente anciano.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. ATENCIÓN DEL AUXILIAR DE ENFERMERÍA AL ENFERMO TERMINAL. CUIDADOS PALIATIVOS. CUIDADOS POSTMORTEN. APOYO AL CUIDADOR PRINCIPAL Y LA FAMILIA**

- 1.Concepto de enfermo terminal.
- 2.Problemas de salud del enfermo terminal.
- 3.Cuidados paliativos.
- 4.Cuidados post-morten.
- 5.Atención a la familia.

## **PARTE 7. MONITOR-ANIMADOR SOCIOCULTURAL EN GERIATRÍA**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. DEFINICIÓN DEL ENVEJECIMIENTO. TERMINOLOGÍA. TEORÍAS DEL ENVEJECIMIENTO**

- 1.Definición
- 2.Envejecimiento poblacional
- 3.Otros conceptos destacados
- 4.Diferentes conceptos de edad
- 5.Teorías del envejecimiento

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. FISIOLÓGÍA DEL ENVEJECIMIENTO**

- 1.¿Cómo cambia nuestro cuerpo?
- 2.Peculiaridades de las enfermedades en el anciano

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. PSICOLOGÍA DEL ENVEJECIMIENTO**

- 1.Aspectos Generales
- 2.Cambios afectivos
- 3.El autoconcepto y la autoestima en la vejez
- 4.Cambios en la personalidad
- 5.Cambios en el funcionamiento cognitivo
- 6.Principales trastornos psicológicos en la vejez

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA JUBILACIÓN, EL OCIO Y EL TIEMPO LIBRE EN EL ANCIANO**

- 1.Jubilación
- 2.Ocio y tiempo libre en el anciano
- 3.Espacios para mayores

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. INTRODUCCIÓN A LA ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL EN GERIATRÍA**

- 1.Desarrollo histórico de la animación sociocultural
- 2.Orígenes de la animación sociocultural
- 3.¿Qué es la animación sociocultural?

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. LA FIGURA DEL MONITOR-ANIMADOR SOCIOCULTURAL EN GERIATRÍA**

- 1.El animador sociocultural
- 2.La profesión de Animador
- 3.Perfiles de la profesión de animador

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. LAS TÉCNICAS DE GRUPO EN LA ANIMACIÓN CON PERSONAS MAYORES**

- 1.El grupo social y su definición
- 2.Niveles y clases de grupos
- 3.Etapas en el desarrollo de la vida de los grupos
- 4.Ventajas de los grupos
- 5.Inconvenientes de los grupos
- 6.Dinámicas de grupo
- 7.Criterios para seleccionar la técnica de grupo más adecuada
- 8.Clasificación de las técnicas de grupo

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. ELABORACIÓN DE PROGRAMAS Y PROYECTOS PARA LA ANIMACIÓN EN GERIATRÍA**

- 1.Clasificación de conceptos
- 2.La elaboración de proyectos de Animación Sociocultural
- 3.Proceso de elaboración

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. TÉCNICAS PARA FOMENTAR LA PARTICIPACIÓN, LA COMUNICACIÓN, LA NEGOCIACIÓN Y LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS**

- 1.Técnicas para fomentar la participación
- 2.Técnicas para fomentar la comunicación
- 3.Técnicas para abordar el conflicto y la negación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS PARA LA ESTIMULACIÓN COGNITIVA**

- 1.Introducción
- 2.Técnicas para el entrenamiento de la memoria
- 3.Técnicas para el entrenamiento de la atención
- 4.Técnicas para el entrenamiento del lenguaje
- 5.Técnicas para el entrenamiento de la percepción
- 6.Técnicas para el entrenamiento de la lectoescritura y visioconstrucción
- 7.Técnicas para el entrenamiento de las funciones ejecutivas
- 8.Otros tipos de estimulación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. TÉCNICAS PARA LA DINAMIZACIÓN DE LOS GRUPOS**

- 1.Dinámicas de presentación
- 2.Dinámicas de conocimiento
- 3.Dinámicas de confianza
- 4.Dinámicas de Animación
- 5.Dinámicas de cooperación y consenso
- 6.Dinámicas de autoestima

## **PARTE 8. CUIDADOS AL MAYOR. ATENCIÓN INTEGRAL AL ANCIANO**

### **MÓDULO 1. LA VEJEZ**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. DELIMITACIÓN DEL CONCEPTO DE VEJEZ**

- 1.Definición del envejecimiento
- 2.Envejecimiento poblacional
  - 1.- Situación de envejecimiento poblacional

- 2.- Conceptos de longevidad y Esperanza máxima de vida
- 3.- Diferentes conceptos de edad
- 3. Teorías del envejecimiento
  - 1.- Teorías Estocásticas
  - 2.- Teorías no estocásticas
- 4. Disciplinas importantes en la tercera edad
  - 1.- Geriátría y gerontología
  - 2.- Introducción a la psicogerontología

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ASPECTOS FISIOLÓGICOS CARACTERÍSTICOS DEL ENVEJECIMIENTO**

- 1. Cambios en la fisionomía humana producto del envejecimiento
  - 1.- Cambios en el aspecto exterior
  - 2.- Cambios en la composición corporal
  - 3.- Cambios en los signos vitales
  - 4.- Cambios en los órganos de los sentidos
  - 5.- Cambios en el aparato circulatorio, digestivo y en el riñón
  - 6.- Cambios en el sistema endocrino, el sistema inmunitario y el sistema nervioso
  - 7.- Cambios en el sistema musculoesquelético
- 2. Peculiaridades de las enfermedades en el anciano
  - 1.- Enfermedades más frecuentes en el adulto mayor

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. CAMBIOS PSICOLÓGICOS EN LA VEJEZ**

- 1. Aspectos Generales
- 2. Cambios afectivos
  - 1.- Procesos de pérdida: El duelo
  - 2.- Evolución de la afectividad. Teorías explicativas
- 3. El autoconcepto y la autoestima en la vejez
- 4. Cambios en la personalidad
- 5. Cambios en el funcionamiento cognitivo
  - 1.- Memoria
  - 2.- Aprendizaje
  - 3.- Funcionamiento Intelectual y el lenguaje
- 6. Principales trastornos psicológicos en la vejez
  - 1.- Depresión
  - 2.- Demencias

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. RECURSOS DESTINADOS A LA TERCERA EDAD**

- 1. Recursos sociales ofrecidos a la tercera edad
  - 1.- Servicios de Ayuda a Domicilio
  - 2.- Teleasistencia y ayudas técnicas
  - 3.- Servicios intermedios y de respiro familiar (estancias temporales y centros de día)
  - 4.- Estancias de día en centros gerontológicos
  - 5.- Los centros de día para personas mayores dependientes
- 2. Ley de Promoción de la autonomía y atención a las personas en situación de dependencia
- 3. Asociaciones y grupos de ayuda

## **MÓDULO 2. VALORACIÓN DEL ANCIANO**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. PROCESO DE VALORACIÓN EN EL ANCIANO**

- 1. Valoración geriátrica inicial
- 2. Aspectos a tener en cuenta
- 3. Objetivos de la valoración integral y áreas principales de valoración
- 4. Proceso de evaluación
- 5. Técnicas de evaluación
  - 1.- La entrevista
  - 2.- La Observación

- 3.- Autoinformes
- 4.- Autorregistros
- 5.- Pruebas médicas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. HISTORIA CLÍNICA**

- 1. Antecedentes personales
  - 1.- Antecedentes personales
- 2. Historia farmacológica
- 3. Anamnesis
  - 1.- Anamnesis por aparatos

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. VALORACIÓN FUNCIONAL, SOCIAL, PSICOLÓGICA Y COGNITIVA**

- 1. Valoración funcional
- 2. Concepto de función
- 3. Discapacidad y sus caminos
- 4. Evaluación de las actividades de la vida diaria
- 5. Valoración socio-ambiental
  - 1.- Evaluación social
  - 2.- Relaciones y actividades sociales
  - 3.- Soporte social
  - 4.- Recursos sociales
  - 5.- Evaluación ambiental
- 6. Valoración psicológica y cognitiva
- 7. Valoración cognitiva
  - 1.- Proceso de valoración
- 8. Instrumentos o escalas para la valoración mental
- 9. Valoración del estado emocional

### **MÓDULO 3. APLICACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA A LA TERCERA EDA**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. LAS CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS Y SU ENTRENAMIENTO**

- 1. La conciencia corporal y las capacidades perceptivas-motrices en el currículum de Educación Física
  - 1.- Conciencia corporal
  - 2.- Desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices
- 2. Las habilidades motrices
  - 1.- Desplazamientos
  - 2.- Saltos
  - 3.- Giros
  - 4.- Lanzamientos
  - 5.- Recepciones
- 3. Cualidades o capacidades físicas
  - 1.- Resistencia
  - 2.- Flexibilidad
  - 3.- Fuerza
  - 4.- Velocidad
- 4. Actividades físico artísticas expresivas
- 5. El ritmo a través del movimiento en las metodologías activas de educación musical
- 6. La danza como manifestación expresiva
- 7. Influencia de la música en la actividad física

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA Y SU IMPORTANCIA EN EL ENVEJECIMIENTO**

- 1. Ejercicio físico y envejecimiento
- 2. Importancia de la actividad física
- 3. Prevención en la actividad física
- 4. Ventajas del ejercicio físico
- 5. Tipos de ejercicios recomendados según el perfil

1.- Recomendaciones generales

2.- Contraindicaciones

6. Adaptación de la actividad física ante diferentes anomalías frecuentes en personas mayores

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. INTRODUCCIÓN A LA GERONTOGIMNASIA**

1. Definición de Gerontogimnasia

2. Objetivos de la Gerontogimnasia

3. Beneficios de la Gerontogimnasia

4. Cómo practicar la Gerontogimnasia

5. Parques biosaludables para la tercera edad

### **MÓDULO 4. REHABILITACIÓN EN PERSONAS MAYORES**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS**

1. Miología

2. Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco

1.- Movimientos musculares

3. Características del tejido muscular

1.- Regeneración del tejido muscular

4. El Músculo Esquelético

1.- Clasificación de los músculos esqueléticos según: forma, acción y función

2.- Acción muscular sobre el esqueleto

5. Uniones musculares

6. Tono y fuerza muscular

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. FUNDAMENTOS DE LA REHABILITACIÓN**

1. La rehabilitación como especialidad médica

1.- Áreas de competencia clínica

2.- La práctica profesional de la medicina de rehabilitación

3.- Paradigma de la rehabilitación

2. La discapacidad

1.- Modelos y clasificación de discapacidad

2.- Discapacidad en España

3. Epidemiología de la discapacidad

1.- Indicadores de discapacidad

2.- La esperanza de vida libre de discapacidad

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN I**

1. Infiltraciones intraarticulares y musculares

2. Terapia ocupacional

1.- Concepto

2.- Terapia ocupacional según patologías

3. Ayudas técnicas

1.- Conceptualización

2.- Características

3.- Clasificación y finalidades

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN II**

1. Medios auxiliares

2. Ortesis

1.- Ortesis de tronco

2.- Ortesis de la extremidad superior

3.- Ortesis de la extremidad inferior

3. Prótesis

1.- Prótesis de la extremidad superior

2.- Prótesis de la extremidad inferior

4. Cuidado mediante silla de ruedas

5. Iniciación a la autonomía

6. Vendajes

- 1.- Vendajes de heridas
- 2.- Vendajes contentivos ligeros
- 3.- Vendajes contentivos circulares
- 4.- Vendajes adhesivos
- 5.- Vendajes de fijación
- 6.- Vendajes de yeso y plástico

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. PRINCIPALES PATOLOGÍAS SUSCEPTIBLES DE REHABILITACIÓN**

1. Artritis

- 1.- Sintomatología
- 2.- Tratamiento rehabilitador

2. Mano reumática

- 1.- Introducción
- 2.- Tratamiento rehabilitador de la mano reumática

3. Conservación de la artrosis

- 1.- Introducción
- 2.- Tratamientos de rehabilitación

4. Osteoporosis

- 1.- Definición y etiología
- 2.- Tratamiento

5. Fracturas

- 1.- Definición y epidemiología
- 2.- Generalidades del tratamiento rehabilitador

## **MÓDULO 5. PATOLOGÍAS QUE PRECISAN TRATAMIENTO REHABILITADOR**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 16. TRASTORNOS DEL MOVIMIENTO**

1. Enfermedad de Parkinson

- 1.- Etiología
- 2.- Tipos
- 3.- Sintomatología
- 4.- El Parkinson en los Mayores
- 5.- Pruebas de valoración de la EP
- 6.- Tratamiento

2. Disonías

- 1.- Tipos
- 2.- Problemática de la distonía
- 3.- Diagnóstico
- 4.- Tratamiento

3. Mioclonías

- 1.- Clasificación
- 2.- Tratamiento

4. Otros trastornos del movimiento

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 17. PATOLOGÍAS DEGENERATIVAS**

1. Patologías degenerativas

2. Enfermedad de Esclerosis Múltiple (EM)

- 1.- Etiología
- 2.- Sintomatología
- 3.- Diagnóstico
- 4.- Tratamiento

3. Enfermedad de Alzheimer

- 1.- Alteraciones cognitivas
- 2.- Alteraciones funcionales
- 3.- Alteraciones psicológicas y comportamentales
- 4.- Desarrollo de la enfermedad de Alzheimer. Fases
- 5.- Diagnóstico en la enfermedad de Alzheimer. Diferencial y anatomopatológico
- 6.- Tratamiento

4. Enfermedad de Huntington

- 1.- Diagnóstico
- 2.- Tratamiento

## **PARTE 9. PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN EN LA TERCERA EDAD**

### **MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. DEFINICIÓN DE ENVEJECIMIENTO. TERMINOLOGÍA. TEORÍAS DEL ENVEJECIMIENTO**

1. Definición
2. Envejecimiento poblacional
3. Otros conceptos destacados
4. Diferentes conceptos de edad
5. Teorías del envejecimiento

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. FISIOLÓGÍA DEL ENVEJECIMIENTO**

1. ¿Cómo cambia nuestro cuerpo?
2. Peculiaridades de las enfermedades del anciano

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. PSICOLOGÍA DEL ENVEJECIMIENTO**

1. Aspectos generales
2. Cambios afectivos
3. El autoconcepto y la autoestima en la vejez
4. Cambios en la personalidad
5. Cambios en el funcionamiento cognitivo
6. Principales trastornos psicológicos en la vejez

### **MÓDULO 2. VALORACIÓN INTEGRAL DEL ANCIANO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. PROCESO DE VALORACIÓN**

1. Definición
2. Aspectos a tener en cuenta
3. Objetivos de la valoración integral y áreas principales de valoración
4. Proceso de evaluación
5. Técnicas de evaluación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. HISTORIA CLÍNICA**

1. Antecedentes personales
2. Historia farmacológica
3. Anamnesis

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. EXPLORACIÓN FÍSICA**

1. Inspección general
2. Determinación de constantes vitales
3. Revisión completa
4. Pruebas complementarias
5. Pruebas médicas más utilizadas para la valoración del anciano

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. VALORACIÓN FUNCIONAL, SOCIAL, PSICOLÓGICA Y COGNITIVA**

1. Valoración funcional

2. Concepto de función
3. Discapacidad y sus caminos
4. Evaluación de las actividades de la vida diaria
5. Valoración socio-ambiental
6. Valoración psicológica y cognitiva
7. Valoración cognitiva
8. Instrumentos o escalas para la valoración mental
9. Valoración del estado emocional

## **MÓDULO 3. DISEÑO DE PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. PROGRAMA DE INTERVENCIÓN Y TRATAMIENTO**

1. Introducción
2. Intervención
3. Áreas Básicas de la intervención
4. ¿Quiénes llevan a cabo las intervenciones?
5. Pautas generales para promover la participación de las personas mayores en los programas de intervención

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. INTERVENCIÓN EN SALUD**

1. Programa de envejecimiento saludable
2. Programa de actividad física
3. Programa de terapia ocupacional

### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. INTERVENCIÓN EN FUNCIONES COGNITIVO-AFECTIVAS**

1. Intervención en funciones cognitivas
2. Intervención en memoria
3. Orientación a la realidad
4. Intervención en funciones intelectuales
5. Intervención en funciones psicoafectivas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. INTERVENCIÓN EN RELACIONES SOCIALES**

1. Programa de apoyo social
2. Programa de entrenamiento en habilidades sociales
3. Programa en intervención con familias
4. Cuidadores mayores dependientes
5. La familia en la residencia

### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. INTERVENCIÓN EN LA CAPACIDAD FUNCIONAL**

1. Objetivos generales en el trabajo con personas mayores dependientes
2. Pautas generales de actuación
3. Programas de atención e intervención
4. Trastornos de conducta en contexto residencial

## **MÓDULO 4. PREVENCIÓN EN LA TERCERA EDAD**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. CONTROLES MÉDICOS Y PREVENCIÓN EN SALUD**

1. Introducción
2. Programas de educación
3. Fomentos de la salud en la tercera edad
4. Prevención de otras patologías o conductas de riesgo comunes en la tercera edad
5. Acción comunitaria para ciudadanos de la tercera edad

### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. ALIMENTACIÓN**

1. Concepto de nutrición
2. Aproximaciones conceptuales: alimentación y nutrición
3. Nutrientes y sus requerimientos en la tercera edad
4. Vías de administración de alimentos
5. Factores que influyen en el estado nutricional de la tercera edad
6. Valoración del estado nutricional

- 7.Enfermedades de la tercera edad y consejos
- 8.Consumos y recomendaciones generales en la dieta diaria en la tercera edad
- 9.Problemas en la tercera edad relacionadas con la alimentación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. HIGIENE**

- 1.Higiene diaria
- 2.Prestación de ayuda en el aseo
- 3.Orden del lavabo
- 4.Ojos y oídos
- 5.Dentadura
- 6.Los pies
- 7.La piel. Prevención de úlceras por presión
- 8.Higiene bucal

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 16. ACTIVIDAD FÍSICA Y DESCANSO**

- 1.Ejercicio físico y envejecimiento
- 2.Importancia de la actividad física
- 3.Ventajas del ejercicio físico
- 4.Tipos de ejercicios recomendados según el perfil
- 5.Programas de acondicionamiento físico
- 6.Prevencción en el síndrome de inmovilización
- 7.Descanso en el anciano
- 8.Insomnia en el anciano

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 17. RELACIONES SOCIALES Y FAMILIARES, SEXUALIDAD**

- 1.Relaciones sociales
- 2.Principales dificultades en las relaciones sociales de la tercera edad
- 3.Relaciones familiares de la tercera edad
- 4.Niveles en las relaciones familiares
- 5.Sexualidad en el anciano

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 18. LA JUBILACIÓN. EL OCIO Y TIEMPO LIBRE EN EL ANCIANO**

- 1.Jubilación
- 2.Ocio y tiempo libre en el anciano

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 19. PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DOMÉSTICOS**

- 1.Accidentes frecuentes en el anciano
- 2.Prevencción de las caídas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 20. PRIMEROS AUXILIOS**

- 1.Principios generales de la actuación en emergencias
- 2.Asfixia
- 3.Lipotimia
- 4.Coma
- 5.Epilepsia
- 6.Insolación
- 7.Hemorragias
- 8.Heridas
- 9.Quemaduras
- 10.Lesiones por frío. Congelación
- 11.Intoxicaciones
- 12.Mordeduras de serpientes y picaduras de escorpiones y alacranes
- 13.Picaduras de insectos
- 14.Urgencias en otorrinolaringología y oftalmología
- 15.Fracturas
- 16.Esguince
- 17.Rotura de ligamentos

- 18. Luxación
- 19. Contusión
- 20. Traumatismo craneal
- 21. Vendajes
- 22. Traslado de accidentados
- 23. Reanimación cardiopulmonar
- 24. Botiquín de urgencias