

upna

Universidad Pública de Navarra
Nafarroako Unibertsitate Publikoa

CURSOS DE VERANO
UDAKO IKASTAROAK

Atención a la salud del cuidador de enfermos

28 - 30 AGOSTO

Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Pública de Navarra, Pamplona

■ Ciencias de la Salud

🗨 Castellano

📖 Créditos: 0,5

📋 20 plazas

€ 20 euros

🎓 12 horas

📍 Facultad de Ciencias de la Salud

📌 Concluido

📅 Plazo de inscripción

Hasta 26 agosto 2019

El cuidado es una experiencia que todos nosotros hemos recibido o recibiremos.

Debido a los cambios demográficos que está experimentando la sociedad occidental y,

especialmente, la española, la inversión de la pirámide poblacional, lleva consigo un envejecimiento. El vivir más se asocia a mayor probabilidad de enfermar o sufrir enfermedades crónicas que puedan presentarse de forma simultánea y que, consecuentemente, aumentan las probabilidades de dependencia. Esto supone un importante reto para la familia y el sistema social para la provisión de cuidados. La atención que prestan los cuidadores puede demorar o impedir la institucionalización del dependiente.

Cuidar a una persona puede ser una situación liviana y transitoria, pero, en la mayoría de las ocasiones, no es así. Va a ser una situación que se extiende a lo largo del tiempo e implica una inversión muy alta de energía por parte del cuidador.

Se habla de la "carga del cuidador" como el conjunto de consecuencias negativas que el cuidado de una persona tiene para el cuidador, que en muchas ocasiones lleva consigo el denominado "síndrome del cuidador" caracterizado por la existencia de un cuadro que puede afectar a la esfera física, psíquica, social y generar problemas en diversos ámbitos: familiares, laborales, abandono del autocuidado e incluso problemas económicos. Estas repercusiones afectan a la calidad de vida del cuidador familiar y, en muchas ocasiones, se convierte en un paciente oculto que requiere un diagnóstico e intervenciones precoces antes de que el deterioro ocasione situaciones irreversibles. Desde los sistemas de salud se debe capacitar a estas personas para el cuidado formando en educación sanitaria, así como enseñar a reconocer los signos de sobrecarga, y proporcionarles herramientas para poder evitarla.

PÚBLICO DESTINATARIO

Cuidadores de personas dependientes, asociaciones de pacientes y público en general.

OBJETIVOS

Objetivo principal: proporcionar a aquellas personas que tienen un rol de cuidador herramientas para mantener y mejorar el bienestar.

Objetivos específicos: analizar la forma correcta de realizar transferencias para evitar posturas que puedan resultar lesivas; cuidado de la espalda en el manejo de la persona dependiente; orientar sobre la prevención de caídas en el hogar; preparación física del cuidador: trabajo de fuerza, de propiocepción y de estiramientos en aquellas personas encargadas del cuidado de personas dependientes.

DIRECCIÓN DEL CURSO

Ana Beatriz Bays Moneo, Profesora del Departamento de Ciencias de la Salud de la

Universidad Pública de Navarra

Ana M. Insausti Serrano, Profesora del Departamento de Ciencias de la Salud de la Universidad Pública de Navarra

MIÉRCOLES 28 AGOSTO

9:30-11:30 Teórico-práctica

El rol del cuidador. Tipos de cuidador. Cuidarse para cuidar

11:30-13:30 Taller

Manejo de los cuidados básicos de la persona dependiente: cómo atender a las actividades cuidando la postura

Ana Beatriz Bays Moneo, Profesora del Departamento de Ciencias de la Salud de la Universidad Pública de Navarra

JUEVES 29 AGOSTO

9:30-12:30 Taller

Cuidado de la espalda en el manejo de la persona dependiente: cómo realizar transferencias y movilizaciones

12:30-13:30

Prevención de caídas en el hogar

Ana Beatriz Bays Moneo, Profesora del Departamento de Ciencias de la Salud de la Universidad Pública de Navarra

VIERNES 30 AGOSTO

9:30-11:00 Taller

Preparación física del cuidador: programa de estiramientos recomendados

11:00-12:00 Taller

Cuidado físico del cuidador: programa de ejercicios propioceptivos para el cuidado y mantenimiento de la postura

12:00-13:30 Taller

Cuidado físico del cuidador: programa de entrenamiento de fuerza recomendado para cuidadores

Ana Beatriz Bays Moneo, Profesora del Departamento de Ciencias de la Salud de la Universidad Pública de Navarra

ORGANIZA

Universidad Pública de Navarra

© Universidad Pública de Navarra
