



CMUCH

CENTRO MEXICANO UNIVERSITARIO
DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

Diplomado en **Formación de cuidadores**

para personas en **SITUACIÓN DE DEPENDENCIA**
de cualquier edad



Fórmate como un cuidador para brindar servicios preventivos y de atención a la salud integral de las personas en situación de dependencia de cualquier edad

Como cuidador vas a adquirir los conocimientos, las habilidades y destrezas para que el alumno aprenda a cuidar a las personas en situación de dependencia y a ti mismo. Desarrollar las aptitudes y actitudes necesarias para ser un buen cuidador y tener las herramientas necesarias para obtener las certificaciones que desees.



Escanea el código para más información

cmuch.edu.mx

SEDE PUEBLA

1er módulo**La persona y el Modelo de Atención Integral Centrada en la Persona**

- 1.1. La persona como ser humano integral
 - Persona, salud, enfermedad, funcionamiento y discapacidad.
 - Dependencia y necesidad de apoyos.
 - Vejez y envejecimiento.
 - Paradigmas gerontológicos y nueva longevidad.
 - Capacidades, autonomía y participación.
- 1.2. Persona, sociedad y entorno
 - Integración e inclusión.
 - Justicia social.
 - Derechos humanos.
 - Dignidad y autonomía.
 - Edadismo y viejismo.
- 1.3. Principios del cuidado centrado en la persona
 - Modelo de Atención Integral Centrada en la Persona (AICP).
 - Integralidad y personalización.
 - Principios y criterios del AICP.
 - Buena praxis.
 - Atención domiciliaria.
- 1.4. Aplicación del enfoque centrado en la persona
 - Identificación de capacidades, necesidades y preferencias.
 - Apoyos para favorecer la autonomía.
 - Participación de la persona en las decisiones sobre su cuidado.
 - Cuidado respetuoso de la dignidad e intimidad.
 - Aplicación de la AICP en las actividades cotidianas

3er módulo**Valoración básica y monitoreo de la persona**

- 3.1. Observación y valoración básica
 - Estado habitual de la persona.
 - Cambios físicos, psicológicos y conductuales.
 - Identificación de necesidades.
 - Observación de movilidad, alimentación, hidratación, sueño y eliminación.
- 3.2. Toma de signos vitales
 - Temperatura.
 - Frecuencia cardíaca.
 - Frecuencia respiratoria.
 - Presión arterial.
 - Saturación de oxígeno.
 - Técnica y preparación.
 - Errores frecuentes.
 - Registro y seguimiento.
- 3.3. Bitácora del cuidador
 - Registro de signos vitales.
 - Alimentación e hidratación.
 - Eliminación.
 - Higiene.
 - Sueño.
 - Actividades.
 - Medicamentos.
 - Incidencias y observaciones.
- 3.4. Señales de alerta
 - Cambios en el estado general.
 - Cambios conductuales.
 - Alteraciones respiratorias.
 - Caídas.
 - Cambios en alimentación e hidratación.
 - Alteraciones en eliminación.
 - Cambios en piel y movilidad.
 - Cuando informar y cuándo solicitar atención profesional.

5to módulo**Movilización, transferencias y cuidados seguros**

- 5.1. Principios de movilidad segura
 - Mecánica corporal.
 - Ergonomía del cuidador.
 - Prevención de lesiones.
 - Preparación del entorno.
- 5.2. Posicionamiento
 - Posiciones básicas.
 - Cambios posturales.
 - Manejo postural.
 - Prevención de lesiones por presión.
- 5.3. Movilización
 - Movilización en cama.
 - Paso de decúbito a sedestación.
 - Sedestación a bipedestación.
 - Apoyo durante la marcha.
 - Uso de ayudas técnicas.
- 5.4. Transferencias
 - Cama-silla.
 - Silla-cama.
 - Silla-baño.
 - Apoyo para incorporarse.
 - Prevención de caídas.

7to módulo**Bienestar integral de la persona en situación de dependencia**

- 7.1. Bienestar emocional de la persona
 - Impacto psicológico de la dependencia.
 - Cambios de roles y dinámica familiar.
 - Emociones asociadas a la dependencia.
 - Pérdidas y procesos de adaptación.
 - Autonomía y toma de decisiones.
 - Identidad e historia de vida.
 - Necesidades afectivas y sociales.
- 7.2. Comunicación y acompañamiento
 - Escucha activa.
 - Comunicación empática.
 - Comunicación respetuosa.
 - Acompañamiento emocional.
 - Respeto a decisiones y preferencias.
 - Manejo de situaciones difíciles.
 - Comunicación con familiares.
- 7.3. Duelo, pérdidas y resiliencia
 - Concepto de pérdida.
 - Procesos de duelo.
 - Adaptación a cambios en las capacidades.
 - Resiliencia.
 - Estrategias de afrontamiento.
 - Acompañamiento durante procesos de pérdida.
- 7.4. Bienestar y calidad de vida desde el enfoque AICP
 - Dignidad.
 - Autonomía.
 - Participación.
 - Relaciones significativas.
 - Preferencias y proyecto de vida.
 - Actividades significativas.
 - Ocio y participación social.
 - Entorno y bienestar.

2do módulo**El cuidador: rol, responsabilidades y escenarios de atención**

- 2.1 El cuidado como función social
 - El cuidado como necesidad humana y función social básica.
 - Características del servicio de cuidados.
 - Diferentes escenarios de cuidado.
 - Cuidador familiar y cuidador profesional.
- 2.2 Funciones y límites del cuidador
 - Funciones del cuidador.
 - Alcance y delimitaciones del servicio.
 - Responsabilidades.
- 2.3 El cuidador dentro del equipo de atención
 - Límites de actuación.
 - Buena praxis.
 - Ética del cuidado.
 - Comunicación con familia.
 - Comunicación con profesionales.
 - Continuidad del cuidado.
 - Confidencialidad.
 - Entrega de información

4to módulo**Cuidados personales y actividades de la vida diaria**

- 4.1. Actividades de la vida diaria
 - Actividades básicas.
 - Actividades instrumentales.
 - Nivel de apoyo requerido.
 - Autonomía y participación.
- 4.2. Higiene y cuidado personal
 - Preparación del entorno.
 - Baño en regadera.
 - Baño en cama.
 - Higiene bucal.
 - Higiene corporal.
 - Cuidado de cabello y uñas.
 - Vestido y desvestido.
 - Respeto a la intimidad y dignidad.
- 4.3. Apoyo en el uso del baño
 - Apoyo para ir al baño.
 - Uso de cómodo y orinal.
- 4.4. Rutinas de cuidado
 - Organización de la rutina diaria.
 - Roles y preferencias de la persona.
 - Alimentación.
 - Hidratación.
 - Descanso.
 - Actividad y ocio
- 4.5. Alimentación e hidratación
 - Apoyo durante la alimentación.
 - Postura.
 - Hidratación.
 - Registro.
 - Observación de cambios.

6to módulo**Seguridad y atención ante situaciones de Riesgo**

- 6.2. Medicamentos y seguridad
 - Papel del cuidador frente al tratamiento indicado.
 - Organización de horarios.
 - Identificación del medicamento indicado.
 - Dosis, vía y horario prescritos.
 - Registro de administración.
 - Almacenamiento seguro.
 - Errores frecuentes.
 - Comunicación de incidencias.
 - Límites de actuación del cuidador.
- 6.3. Dimensión psicológica del cuidado
 - Impacto psicológico de la dependencia.
 - Cambios de roles familiares.
- 6.4. Situaciones psicológicas frecuentes
 - Comunicación empática.
 - Escucha activa.
 - Acompañamiento emocional.
 - Autonomía y toma de decisiones.
 - Pérdida, duelo y adaptación.
 - Resiliencia.
 - Ansiedad.
 - Tristeza.
 - Frustración.
 - Aislamiento.
 - Cambios conductuales.
 - Dependencia emocional.
 - Comunicación con la familia.

8vo módulo**Bienestar y autocuidado del cuidador**

- 8.1. El cuidador como persona
 - El impacto de cuidar.
 - Cambios en la vida personal y familiar.
 - Carga física y emocional.
 - Identificación de necesidades propias.
 - Límites personales.
- 8.2. Autocuidado físico
 - Higiene postural.
 - Descanso.
 - Sueño.
 - Alimentación.
 - Actividad física.
 - Prevención de lesiones.
 - Organización de tiempos de descanso.
- 8.3. Autocuidado psicológico
 - Estrés.
 - Sobrecarga.
 - Ansiedad y agotamiento.
 - Señales de alerta.
 - Manejo emocional.
 - Redes de apoyo
- 8.4. Duelo, resiliencia y burnout del cuidador
 - Duelo del cuidador.
 - Resiliencia.
 - Síndrome de sobrecarga.
 - Burnout.
 - Prevención.
 - Identificación precoz.
 - Cuando pedir ayuda.
- 8.5. Profesionalización del cuidador
 - Perfil profesional.
 - Ética y responsabilidad.
 - Calidad del servicio.
 - Comunicación profesional.
 - Bitácoras y documentación.
 - Organización del trabajo.
 - Emprendimiento de servicios de cuidado

Este diplomado te permitirá estar preparado para poder certificarte en:

Cuidador de Persona Mayor en Situación de Dependencia (Certificación COMS-130.01).

ESCAV y/o la EC 1519.01 Prestación de cuidados centrados en la persona mayor con dependencia funcional.

Av Andrómeda 813, Reserva Territorial Atlíxcáyotl, Centro Comercial Puebla, 72820 San Andrés Cholula, Pue.