Descriptor oferta formativa

Técnicas de atención y cuidado de la persona mayor

Resumen

Modalidad de Enseñanza:
Elearning asincrónico

Horas disponibles:
60 Hrs.

Código Sence:
1238071773

Objetivos Generales:
Aplicar técnicas de atención a la persona mayor en el ámbito del cuidado integral.

Descripción

El presente curso brinda herramientas a cuidadores y TENS para la atención de personas mayores, abordando el manejo de la alimentación, de autocuidado, de socialización e inserción en el mundo tecnológico.

Contenidos

Módulo 1: Salud física y prevención de enfermedades

- Nutrición e hidratación.
- Actividad física y movilidad.
- Manejo de enfermedades crónicas.

Objetivos módulo 1

Identificar rutinas de nutrición y ejercicio considerando enfermedades crónicas en las personas mayores.

Módulo 2: Salud mental y bienestar emocional

- Manejo del estrés y la ansiedad.
- Prevención de la depresión.
- Estimulación cognitiva.

Objetivos módulo 2

Reconocer el cuidado de la salud mental y emocional mediante técnicas de manejo del estrés, prevención de la depresión y estimulación cognitiva.

Módulo 3: Relaciones sociales y comunidad

- Fomento de la socialización.
- Participación en actividades grupales.
- Voluntariado y ocupaciones productiva

Objetivos módulo 3

Aplicar la integración social y el bienestar del adulto mayor mediante la participación en actividades grupales.

Módulo 4: Autonomía y autocuidado

- Habilidades de vida independiente.
- Manejo financiero y preparación legal.
- Tecnología y autocuidado.

Objetivos módulo 4

Emplear actividades que promuevan la independencia y el autocuidado del adulto mayor a través de habilidades de vida, manejo financiero y uso de la tecnología.