

CUIDAR-SE PER CUIDAR A LA PERSONA DEPENDENT

PROGRAMA:

1. Introducció / Justificació

La provisió de cures a la persona dependent en el seu domicili la realitzen fonamentalment les famílies o persones contractades per elles, complementant la cura que es presta per part de l'administració pública.

La persona cuidadora necessita totes les nostres atencions pel risc de sobrecàrrega que pot aparèixer durant l'exercici del seu nou rol, ja que això implica vigilar les necessitats físiques, socials i afectives del pacient, i, per tant, es troba en la situació propícia per a l'aflorament de tensions i la disminució de comunicació amb la resta de la família i entorn proper.

La majoria de les persones cuidadores pateixen problemes osteomusculars, cardiovasculars, gastrointestinals, respiratoris i dermatològics, entre d'altres. Els problemes de salut més freqüents són: mal de caps, insomni, cansament, lumbàlgia, ansietat, depressió i automedicació i consum de psicofàrmacs.

Cuidar un pacient al domicili suposa en la persona cuidadora augmentar les seves activitats habituals, ja que a més d'ajudar a la feina de casa, assumeix el transport del pacient si aquest no és autònom, supervisa la medicació, col·labora amb la infermera o l'infermer en les cures i mesures de prevenció i fa visites freqüents al domicili si no hi conviu.

La sobrecàrrega de la persona cuidadora pot portar a la claudicació familiar que suposa una forta crisi emocional amb la impossibilitat de realització de les cures.

La manera més efectiva d'intervenir en la claudicació familiar és la prevenció. Podem contribuir a la disminució de la sobrecàrrega de la persona cuidadora disminuint el patiment de la persona cuidada, oferint el suport continuat dels professionals que atenen i recomanant compartir les responsabilitats en la presa de decisions amb altres membres de la família o persones de l'entorn proper.

Amb aquesta formació volem transmetre els coneixements i les habilitats a les infermeres de família i comunitària per a la identificació precoç de la sobrecàrrega del cuidador i les intervencions infermeres i consells per a la salut recomanarem per prevenir-la

2. Objectius

2.1. Generals

Formar els cuidadors a l'entorn familiar per millorar la qualitat d'atenció de les persones en situació de dependència des d'una perspectiva integral, aportant estratègies que millorin la qualitat de vida de la persona en situació de dependència i la persona cuidadora.



2.2. Específics

- Proporcionar un coneixement global de funcions a exercir i habilitats i aptituds necessàries per a l'exercici de la tasca de cuidador/a.
- Contribuir a la disminució de l'estrès del cuidador/a, amb la consegüent millora de la situació psicològica i emocional del mateix/a i de la família.
- Millorar la qualitat de vida tant de la persona en situació de dependència com de la persona que l'atén.

3. Àmbit

Medicina basada en l'evidència

4. Destinataris

Infermeres de família i comunitària

5. Modalitat

Distància

6. Lloc de realització

Aula Virtual de l'AiFiCC

7. Període realització / Cronograma

De l'1 de setembre al 30 novembre 2024.

8. Hores lectives

10 hores lectives

9. Nombre de participants / places

Màxim 500 participants.

10. Nombre d'edicions

Edició virtual nº 01.

11. Continguts

1. La persona cuidadora

- Introducció
- Suport a les persones cuidadores
- Maltractament a la persona cuidada

- Bibliografia
 - Annexos
- 2. Cuidar a la persona dependent**
- Introducció
 - Cuidar per donar resposta a les necessitats humanes de la persona dependent de la situació de la persona.
 - Cuidar les malalties de la persona dependent
 - Bibliografia
- 3. Aprendre a cuidar-se per cuidar**
- La importància de cuidar-se
 - Impacte de cuidar en la vida del cuidador
 - Estratègies per aprendre a cuidar-se
 - Drets de les persones cuidadores
 - Recursos audiovisuals
 - Bibliografia
- 4. Recursos sanitaris i socials de suport al cuidador**
- Serveis d'ajut públics i privats
 - La llei de dependència
 - Centres d'autonomia personal
 - Associacions
 - Webgrafia

12. Metodologia

Curs en línia en plataforma de formació educativa, Aula Virtual d'AIFICC.

S'alternarà la teoria amb la resolució de casos pràctics per reforçar els conceptes, es complementa el curs amb material descarregable de consulta, fòrums de debat i formulari de dubtes.

13. Docent

- Dr. Francisco Cegri Lombardo. Infermer Especialista Familiar i Comunitària. Coordinador del Grup de Treball Atenció a la Gent Gran de l'AIFICC. Coordinador Infermeria del Grup de Treball ATDOM de la CAMFiC.
- M Pilar Enseñat Grau. Infermera Especialista Familiar i Comunitària. Membre del Grup de Treball d'Atenció a la Gent Gran de l'AIFICC.
- M^a Angeles Costa Menén. Infermera Especialista Familiar i Comunitària. Membre del Grup de Treball Atenció a la Gent Gran de l'AIFICC.
- Antonio Granados Granados. Infermer Especialista Familiar i Comunitària. Membre del Grup de Treball d'Atenció a la Gent Gran de l'AIFICC.
- Beatriz Pérez Moreno. Infermera gestora de casos. Membre del Grup de Treball d'Atenció a la Gent Gran de l'AIFICC.

14. Nivell d'avaluació

Preguntes d'autoavaluació i test final d'avaluació del curs

15. Certificació

Els participants que hagin finalitzat les diferents activitats/edicions i hagin estat valorats com a aptes en l'avaluació rebran un **certificat d'aprofitament**.

Aquest certificat conté la següent informació:

- Dades del participant (nom, cognoms i DNI/NIF).
- Àmbit temàtic i títol de l'acció formativa.
- Hores lectives del curs.
- Crèdits obtinguts i dates de realització.
- Destinataris específics de l'acció formativa (professions dins la LOPS).

En el certificat es mostra el logotip de les fons finançadores. A més, constarà el logo de la comisió de formació continuada i el de l'entitat acreditadora de Catalunya.

16. Organitza

AiFiCC

17. Formació amb el suport de:

Departament de Salut.

Tramitada l'acreditació del curs al Consell Català de Formació Continuada Professions Sanitàries.