

## **MEJORA DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS Y PRIMEROS AUXILIOS PARA LAS PERSONAS DEPENDIENTES EN EL DOMICILIO**

**Modalidad:** A Distancia

**Nº de Horas:** 50

### **Objetivos:**

Proporcionar ayuda, en el ámbito socio-sanitario en el domicilio, a personas dependientes y con necesidades especiales, utilizando los procedimientos más apropiados para mantener y mejorar su autonomía personal y proporcionarles seguridad, tanto personal como en el domicilio. Analizar las medidas a tomar para el autocuidado de los cuidadores.

### **Contenidos:**

1. Movilidad de la persona dependiente
  - a. Introducción
  - b. Principios anatomofisiológicos de sostén y movimientos del cuerpo humano
  - c. Aparato locomotor
  - d. Patologías más frecuentes del aparato locomotor
  - e. Biomecánica de las articulaciones
2. Empleo de técnicas de movilización, traslado y deambulaci3n
  - a. Introducci3n
  - b. Posiciones anat3micas
  - c. T3cnicas y ayudas t3cnicas para la deambulaci3n, traslado y movilizaci3n de las personas dependientes
  - d. T3cnicas para el posicionamiento en cama
  - e. Orientaci3n de la persona dependiente y de sus cuidadores principales
  - f. Fomento de la autonom3a de la persona dependiente y de su entorno para la mejora de su movilidad y estado f3sico

3. Toma de constantes vitales
  - a. Introducción
  - b. Temperatura
  - c. Frecuencia respiratoria
  - d. Presión arterial
  - e. Frecuencia cardiaca
  - f. Recogida de las constantes vitales
4. Aplicación de técnicas de seguridad y primeros auxilios
  - a. Introducción
  - b. Primeros auxilios
  - c. Intoxicaciones
  - d. Traumatismos
  - e. Vendajes e inmovilizaciones
  - f. Técnicas de reanimación cardiopulmonar
  - g. Quemaduras
  - h. Heridas y hemorragias
  - i. Intoxicaciones
  - j. Botiquín de urgencias
  - k. Consultas a distancia
  - l. Prevención de riesgos en el entorno de la persona dependiente
  - m. Medidas de autoprotección
  - n. Atención especial a la prevención de riesgos laborales