



# Catálogo de Especialidades Formativas

## PROGRAMA FORMATIVO

### **Intervención del empleo doméstico en el cuidado de personas mayores**

Marzo 2021

## IDENTIFICACIÓN DE LA ESPECIALIDAD Y PARÁMETROS DEL CONTEXTO FORMATIVO

<b>Denominación de la especialidad:</b>	INTERVENCIÓN DEL EMPLEO DOMÉSTICO EN EL CUIDADO DE PERSONAS MAYORES
<b>Familia Profesional:</b>	SERVICIOS SOCIOCULTURALES Y A LA COMUNIDAD
<b>Área Profesional:</b>	ATENCIÓN SOCIAL
<b>Código:</b>	SSCG02
<b>Nivel de cualificación profesional:</b>	1

### Objetivo general

Realizar las tareas básicas del cuidado de personas mayores en la intervención del empleo doméstico, promoviendo el envejecimiento activo y la autonomía personal, según el modelo de atención centrado en la persona.

### Relación de módulos de formación

<b>Módulo 1</b>	Servicio doméstico orientado al mayor centrado en la persona	10 horas
<b>Módulo 2</b>	Cuidados físicos, activación física y cognitiva.	20 horas
<b>Módulo 3</b>	Cuidados personales y sanitarios básicos	20 horas
<b>Módulo 4</b>	Acompañamiento y apoyo emocional	20 horas
<b>Módulo 5</b>	Cuidados del cuidador o cuidadora.	10 horas

### Modalidades de impartición

**Presencial**

**Teleformación**

### Duración de la formación

**Duración total en cualquier modalidad de impartición** 80 horas

**Teleformación** Duración total de las tutorías presenciales: 12 horas

### Requisitos de acceso del alumnado

<b>Acreditaciones/ titulaciones</b>	No se requieren acreditaciones/titulaciones. No obstante, se han de poseer las habilidades de comunicación lingüística suficientes que permitan cursar con aprovechamiento la formación.
<b>Modalidad de teleformación</b>	Además de lo indicado anteriormente, los participantes han de tener las destrezas suficientes para ser usuarios de la plataforma virtual en la que se apoya la acción formativa.

### Prescripciones de formadores y tutores

<b>Acreditación requerida</b>	Cumplir como mínimo alguno de los siguientes requisitos: <ul style="list-style-type: none"><li>- Diplomado, Ingeniero Técnico, Arquitecto Técnico o el Título de Grado correspondiente u otros títulos equivalentes en la rama sanitaria o trabajo social</li></ul>
-------------------------------	---

<b>Experiencia profesional mínima requerida</b>	Tener al menos 2 años de experiencia profesional en el área de atención socio sanitaria a personas mayores
<b>Competencia docente</b>	Será necesario acreditar formación en metodología didáctica de al menos 60 horas o una experiencia docente de al menos 100 h.
<b>Modalidad de teleformación</b>	Además de cumplir con las prescripciones establecidas anteriormente, los tutores-formadores deben acreditar una formación, de al menos 30 horas, o experiencia, de al menos 60 horas, en esta modalidad y en la utilización de las tecnologías de la información y comunicación.

### Requisitos mínimos de espacios, instalaciones y equipamientos

<b>Espacios formativos</b>	<b>Superficie m<sup>2</sup> para 15 participantes</b>	<b>Incremento Superficie/ participante (Máximo 30 participantes)</b>
Aula polivalente	30 m <sup>2</sup>	2 m <sup>2</sup> / participante
Taller de movilizaciones y cuidados básicos	40 m <sup>2</sup>	2 m <sup>2</sup> / participante

<b>Espacio Formativo</b>	<b>Equipamiento</b>
Aula polivalente	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mesa y silla para el formador</li> <li>- Mesas y sillas para el alumnado</li> <li>- Material de aula</li> <li>- Pizarra</li> <li>- PC instalado en red con posibilidad de impresión de documentos, cañón con proyección e Internet para el formador</li> </ul>
Taller movilizaciones y cuidados básicos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Camas y colchones</li> <li>- Sillas de ruedas, bastones, muletas y andadores</li> <li>- Utensilios y menaje para los apoyos a la alimentación</li> <li>- Maniqués</li> <li>- Utensilios para la higiene personal</li> <li>- Material de primeros auxilios</li> <li>- Botiquín.</li> </ul>

La superficie de los espacios e instalaciones estarán en función de su tipología y del número de participantes. Tendrán como mínimo los metros cuadrados que se indican para 15 participantes y el equipamiento suficiente para los mismos.

En el caso de que aumente el número de participantes, hasta un máximo de 30, la superficie de las aulas se incrementará proporcionalmente (según se indica en la tabla en lo relativo a m<sup>2</sup>/ participante) y el equipamiento estará en consonancia con dicho aumento. Los otros espacios formativos e instalaciones tendrán la superficie y los equipamientos necesarios que ofrezcan cobertura suficiente para impartir la formación con calidad.

No debe interpretarse que los diversos espacios formativos identificados deban diferenciarse necesariamente mediante cerramientos.

Las instalaciones y equipamientos deberán cumplir con la normativa industrial e higiénico-sanitaria correspondiente y responderán a medidas de accesibilidad y seguridad de los participantes.

En el caso de que la formación se dirija a personas con discapacidad se realizarán las adaptaciones y los ajustes razonables para asegurar su participación en condiciones de igualdad.

## Aula virtual

Si se utiliza el aula virtual han de cumplirse las siguientes indicaciones.

- **Características**

- La impartición de la formación mediante aula virtual se ha de estructurar y organizar de forma que se garantice en todo momento que exista conectividad sincronizada entre las personas formadoras y el alumnado participante así como bidireccionalidad en las comunicaciones.
- Se deberá contar con un registro de conexiones generado por la aplicación del aula virtual en que se identifique, para cada acción formativa desarrollada a través de este medio, las personas participantes en el aula, así como sus fechas y tiempos de conexión.

Si la especialidad se imparte en modalidad de teleformación, cuando haya tutorías presenciales, se utilizarán los espacios formativos y equipamientos necesarios indicados anteriormente.

Para impartir la formación en modalidad de teleformación, se ha de disponer del siguiente equipamiento.

### Plataforma de teleformación:

La plataforma de teleformación que se utilice para impartir acciones formativas deberá alojar el material virtual de aprendizaje correspondiente, poseer capacidad suficiente para desarrollar el proceso de aprendizaje y gestionar y garantizar la formación del alumnado, permitiendo la interactividad y el trabajo cooperativo, y reunir los siguientes requisitos técnicos de infraestructura, software y servicios:

- **Infraestructura**

- Tener un rendimiento, entendido como número de alumnos que soporte la plataforma, velocidad de respuesta del servidor a los usuarios, y tiempo de carga de las páginas Web o de descarga de archivos, que permita:
  - a) Soportar un número de alumnos equivalente al número total de participantes en las acciones formativas de formación profesional para el empleo que esté impartiendo el centro o entidad de formación, garantizando un hospedaje mínimo igual al total del alumnado de dichas acciones, considerando que el número máximo de alumnos por tutor es de 80 y un número de usuarios concurrentes del 40% de ese alumnado.
  - b) Disponer de la capacidad de transferencia necesaria para que no se produzca efecto retardo en la comunicación audiovisual en tiempo real, debiendo tener el servidor en el que se aloja la plataforma un ancho de banda mínimo de 300 Mbs, suficiente en bajada y subida.
- Estar en funcionamiento 24 horas al día, los 7 días de la semana.

- **Software:**

- Compatibilidad con el estándar SCORM y paquetes de contenidos IMS.
- Niveles de accesibilidad e interactividad de los contenidos disponibles mediante tecnologías web que como mínimo cumplan las prioridades 1 y 2 de la Norma UNE 139803:2012 o posteriores actualizaciones, según lo estipulado en el capítulo III del Real Decreto 1494/2007, de 12 de noviembre.
- El servidor de la plataforma de teleformación ha de cumplir con los requisitos establecidos en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, por lo que el responsable de dicha plataforma ha de identificar la localización física del servidor y el cumplimiento de lo establecido sobre transferencias internacionales de datos en los artículos 40 a 43 de la citada Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, así como, en lo que resulte de aplicación, en el Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 27 de abril de 2016, relativo a la protección de las personas físicas respecto del tratamiento de datos personales y la libre circulación de estos datos y por el que se deroga la Directiva 95/46/CE.
- Compatibilidad tecnológica y posibilidades de integración con cualquier sistema operativo, base de datos, navegador de Internet de los más usuales o servidor web, debiendo ser posible utilizar las funciones de la plataforma con complementos (plug-in) y visualizadores compatibles. Si se requiriese la instalación adicional de algún soporte para funcionalidades avanzadas, la plataforma debe facilitar el acceso al mismo sin coste.

- Disponibilidad del servicio web de seguimiento (operativo y en funcionamiento) de las acciones formativas impartidas, conforme al modelo de datos y protocolo de transmisión establecidos en el anexo V de la Orden/TMS/369/2019, de 28 de marzo.
- **Servicios y soporte**
- Sustentar el material virtual de aprendizaje de la especialidad formativa que a través de ella se imparta.
- Disponibilidad de un servicio de atención a usuarios que de soporte técnico y mantenga la infraestructura tecnológica y que, de forma estructurada y centralizada, atienda y resuelva las consultas e incidencias técnicas del alumnado. Las formas de establecer contacto con este servicio, que serán mediante teléfono y mensajería electrónica, tienen que estar disponibles para el alumnado desde el inicio hasta la finalización de la acción formativa, manteniendo un horario de funcionamiento de mañana y de tarde y un tiempo de demora en la respuesta no superior a 48 horas laborables.
- Personalización con la imagen institucional de la administración laboral correspondiente, con las pautas de imagen corporativa que se establezcan.

Con el objeto de gestionar, administrar, organizar, diseñar, impartir y evaluar acciones formativas a través de Internet, la plataforma de teleformación integrará las herramientas y recursos necesarios a tal fin, disponiendo, específicamente, de herramientas de:

- Comunicación, que permitan que cada alumno pueda interactuar a través del navegador con el tutor-formador, el sistema y con los demás alumnos. Esta comunicación electrónica ha de llevarse a cabo mediante herramientas de comunicación síncronas (aula virtual, chat, pizarra electrónica) y asíncronas (correo electrónico, foro, calendario, tablón de anuncios, avisos). Será obligatorio que cada acción formativa en modalidad de teleformación disponga, como mínimo, de un servicio de mensajería, un foro y un chat.
- Colaboración, que permitan tanto el trabajo cooperativo entre los miembros de un grupo, como la gestión de grupos. Mediante tales herramientas ha de ser posible realizar operaciones de alta, modificación o borrado de grupos de alumnos, así como creación de «escenarios virtuales» para el trabajo cooperativo de los miembros de un grupo (directorios o «carpetas» para el intercambio de archivos, herramientas para la publicación de los contenidos, y foros o chats privados para los miembros de cada grupo).
- Administración, que permitan la gestión de usuarios (altas, modificaciones, borrado, gestión de la lista de clase, definición, asignación y gestión de permisos, perfiles y roles, autenticación y asignación de niveles de seguridad) y la gestión de acciones formativas.
- Gestión de contenidos, que posibiliten el almacenamiento y la gestión de archivos (visualizar archivos, organizarlos en carpetas –directorios- y subcarpetas, copiar, pegar, eliminar, comprimir, descargar o cargar archivos), la publicación organizada y selectiva de los contenidos de dichos archivos, y la creación de contenidos.
- Evaluación y control del progreso del alumnado, que permitan la creación, edición y realización de pruebas de evaluación y autoevaluación y de actividades y trabajos evaluables, su autocorrección o su corrección (con retroalimentación), su calificación, la asignación de puntuaciones y la ponderación de las mismas, el registro personalizado y la publicación de calificaciones, la visualización de información estadística sobre los resultados y el progreso de cada alumno y la obtención de informes de seguimiento.

#### **Material virtual de aprendizaje:**

El material virtual de aprendizaje para el alumnado mediante el que se imparta la formación se concretará en el curso completo en formato multimedia (que mantenga una estructura y funcionalidad homogénea), debiendo ajustarse a todos los elementos de la programación (objetivos y resultados de aprendizaje) de este programa formativo que figura en el Catálogo de Especialidades Formativas y cuyo contenido cumpla estos requisitos:

- Como mínimo, ser el establecido en el citado programa formativo del Catálogo de Especialidades Formativas.
- Estar referido tanto a los objetivos como a los conocimientos/ capacidades cognitivas y prácticas, y habilidades de gestión, personales y sociales, de manera que en su conjunto permitan conseguir los resultados de aprendizaje previstos.
- Organizarse a través de índices, mapas, tablas de contenido, esquemas, epígrafes o titulares de fácil discriminación y secuenciarse pedagógicamente de tal manera que permitan su comprensión y retención.

- No ser meramente informativos, promoviendo su aplicación práctica a través de actividades de aprendizaje (autoevaluables o valoradas por el tutor-formador) relevantes para la adquisición de competencias, que sirvan para verificar el progreso del aprendizaje del alumnado, hacer un seguimiento de sus dificultades de aprendizaje y prestarle el apoyo adecuado.
- No ser exclusivamente textuales, incluyendo variados recursos (necesarios y relevantes), tanto estáticos como interactivos (imágenes, gráficos, audio, video, animaciones, enlaces, simulaciones, artículos, foro, chat, etc.). de forma periódica.
- Poder ser ampliados o complementados mediante diferentes recursos adicionales a los que el alumnado pueda acceder y consultar a voluntad.
- Dar lugar a resúmenes o síntesis y a glosarios que identifiquen y definan los términos o vocablos básicos, relevantes o claves para la comprensión de los aprendizajes.
- Evaluar su adquisición durante y a la finalización de la acción formativa a través de actividades de evaluación (ejercicios, preguntas, trabajos, problemas, casos, pruebas, etc.), que permitan medir el rendimiento o desempeño del alumnado.

#### Ocupaciones y puestos de trabajo relacionados

- 57101013 Asistentes domiciliarios
- 91001018 Empleados de hogar
- 91001029 Empleados de hogar (Internos)

#### Requisitos oficiales de las entidades o centros de formación

Estar inscrito en el Registro de entidades de formación (Servicios Públicos de Empleo)

#### Centro móvil

Es posible impartir esta especialidad en centro móvil.

## DESARROLLO MODULAR

### MÓDULO DE FORMACIÓN 1: SERVICIO DOMÉSTICO ORIENTADO AL MAYOR CENTRADO EN LA PERSONA

#### OBJETIVO

Desempeñar los cuidados de la persona mayor según el modelo de atención centrado en la persona, promoviendo el envejecimiento activo y bajo la supervisión del equipo de profesionales socio sanitarios.

**DURACIÓN EN CUALQUIER MODALIDAD DE IMPARTICIÓN:** 15 horas

**Teleformación** Duración de las tutorías presenciales: 0 horas

#### RESULTADOS DE APRENDIZAJE

---

##### Conocimientos/ Capacidades cognitivas y prácticas

- Conocimiento de las formas actuales de hacerse mayor.
  - Cambios en la sociedad actual y en el proceso de hacerse mayor. Valor social de la vejez.
  - Estereotipos en tono a la vejez.
  - Mayores con proyecto vital. De la madurez a la fragilidad.
  - Cultura de la independencia y autonomía personal. Envejecimiento activo.
  - Envejecer con salud. Fomento de estilos de vida saludables.
- Comprensión del papel del empleo doméstico en los cuidados que retrasan el envejecimiento y la fragilidad, según el modelo de atención centrado en la persona.
  - El valor de los cuidados. Cuidar como nos gustaría ser cuidados.
  - Modelo de atención al mayor basado en la persona.
  - El hogar y las actividades de la vida diaria como espacio de prevención y activación.
  - Integrar al mayor en el trabajo doméstico y las tareas de la vida cotidiana.
  - Mantener y promover los autocuidados.
  - El cuidado digno.
- Identificación de las necesidades de la persona mayor que atendemos.
  - Biografía, personalidad, vínculos afectivos y sociales.
  - El proyecto vital de la persona mayor.
  - Necesidades físicas, cognitivas y afectivas.
  - Necesidades de la persona mayor que atendemos en relación a la salud.
- Realización de los cuidados bajo la supervisión de los profesionales que intervienen en la atención al mayor.
  - Servicios y recursos asociados.
  - Funciones y responsabilidades de los diferentes profesionales.
  - El trabajo en equipo, coordinado y supervisado: actuación del servicio doméstico.
  - Plan de cuidados. Incorporación de las orientaciones, pautas médicas y sociales.

##### Habilidades de gestión, personales y sociales

- Demostración de actitudes positivas hacia la vejez y reconocimiento de las diferentes formas de hacerse mayor.
- Interiorización y asimilación de la trascendencia de los cuidados entre las funciones y tareas que puede desarrollar el empleo doméstico
- Implicación en implementar un modelo de cuidados orientado al fomento del envejecimiento activo y la autonomía personal.

- Persistencia en conseguir que la persona mayor participe en sus cuidados.
- Interés por conocer y sensibilidad para detectar las necesidades de la persona mayor tanto físicas como afectivas y relacionales.
- Actitud positiva y disposición abierta para comprender y atender las necesidades del mayor.
- Compromiso por aplicar los cuidados de manera coordinada con los profesionales y familiares que participan en los cuidados de la persona mayor.

## MÓDULO DE FORMACIÓN 2: CUIDADOS FÍSICOS. ACTIVACIÓN FÍSICA Y COGNITIVA

### OBJETIVO

Aplicar los cuidados físicos de la persona mayor con medidas preventivas ante los riesgos asociados a la movilidad y fragilidad, desarrollando técnicas de activación física y cognitiva que retrasen el deterioro.

**DURACIÓN EN CUALQUIER MODALIDAD DE IMPARTICIÓN:** 20 horas

**Teleformación** Duración de las tutorías presenciales: 4 horas

### RESULTADOS DE APRENDIZAJE

---

#### Conocimientos/ Capacidades cognitivas y prácticas

- Fomento de hábitos que aseguren una buena higiene postural.
  - Problemas posturales asociados a la edad.
  - Pautas para evitar malas posturas y favorecer hábitos posturales adecuados.
- Ejecución de movilizaciones sin riesgo.
  - Movilidad activa y pasiva.
  - Alteraciones de la movilidad.
  - Transferencias y movilizaciones. Transferencia silla cama.
  - Manejo de ayudas: bastones, andadores, sillas de ruedas....
  - Mejoras en el hogar. Adaptaciones y accesibilidad
- Prevención de la fragilidad y caídas.
  - Factores que determinan la vulnerabilidad/fragilidad.
  - Prevención de caídas.
  - Ambiente de seguridad en la casa, suelos, alfombras, escaleras, baños, muebles.
- Impulso y realización de actividades de activación física.
  - Deterioro y patologías físicas asociadas a la edad.
  - Fomento del ejercicio físico.
  - Ejercicio adaptado: fuerza, flexibilidad, equilibrio.
- Promoción y práctica de actividades de activación cognitiva.
  - Trastornos de la memoria. Deterioro cognitivo leve. Demencias.
  - Manejo de los trastornos conductuales.
  - Ejercicios de activación cognitiva. Manteniendo cognitivo en situaciones cotidianas.

#### Habilidades de gestión, personales y sociales

- Constancia y perseverancia en la corrección de malas posturas y en la implementación de hábitos de movilidad adecuados
- Capacidad de concentración y atención para realizar correctamente las movilizaciones adaptadas a las condiciones y limitaciones del mayor.

- Implicación activa y anticipación en la ejecución de medidas de prevención de caídas y en la organización del hogar para facilitar la movilidad.
- Demostración de iniciativa y motivación para proponer y aplicar actividades de activación física y cognitiva.

### Resultados que tienen que adquirirse en presencial

Deberán realizarse de manera presencial las siguientes actividades:

- Realización de actividades de activación física.
  - Ejercicio adaptado: fuerza, flexibilidad, equilibrio.
- Ejecución de movilizaciones sin riesgo.
  - Transferencias y movilizaciones.
  - Transferencia silla cama.
  - Manejo de ayudas: bastones, andadores, sillas de ruedas

Incluyendo las siguientes habilidades de gestión, personales y sociales:

- Capacidad de concentración y atención para realizar correctamente las movilizaciones adaptadas a las condiciones y limitaciones del mayor.
- Demostración de iniciativa y motivación para proponer y aplicar actividades de activación física

## MÓDULO DE FORMACIÓN 3: CUIDADOS PERSONALES Y SANITARIOS BÁSICOS

### OBJETIVO

Aplicar con la persona mayor las ayudas a la alimentación, los cuidados personales y los sanitarios básicos, promoviendo hábitos saludables.

**DURACIÓN EN CUALQUIER MODALIDAD DE IMPARTICIÓN:** 20 horas

**Teleformación** Duración de las tutorías presenciales: 8 horas

### RESULTADOS DE APRENDIZAJE

---

#### Conocimientos/ Capacidades cognitivas y prácticas

- Administración de alimentos adaptada a las dificultades de la persona mayor.
  - Dificultades en la alimentación.
  - Problemas dentales y pérdida del gusto.
  - Adaptación al comer.
  - Apoyo en la administración de alimentos.
- Conocimiento de las bases de una alimentación y nutrición saludables.
  - Hábitos alimenticios sanos.
  - Contenido de los alimentos.
  - Menús y comidas saludables.
- Apoyo en la realización del aseo y la higiene personal.
  - Higiene y aseo personal en personas mayores.
  - Técnicas de aseo e higiene personal en mayores.
- Aplicación de cuidados básicos de la salud.
  - Pautas de medicación, recordatorio y seguimiento.
  - Curas básicas.
  - Primeros auxilios básicos. Masaje cardiaco. Atragantamiento.
  - Detección de necesidades sanitarias y alertas.

## Habilidades de gestión, personales y sociales

- Precaución y atención en la aplicación de las ayudas para la administración de alimentos.
- Orientación a la prevención de enfermedades y protección de la salud en la elección de alimentos y preparación de comidas.
- Interés y constancia en asegurar la higiene personal del mayor promoviendo de manera activa su autonomía.
- Respeto por la privacidad, pudor y demandas del mayor.
- Responsabilidad y cuidado al aplicar las pautas de medicación y curas básicas según las directrices y prescripciones del personal sanitario de referencia

## Resultados que tienen que adquirirse en presencial

Deberán realizarse de manera presencial las siguientes actividades:

- Administración de alimentos adaptada a las dificultades de la persona mayor.
  - Adaptación al comer.
  - Apoyo en la administración de alimentos.
- Apoyo en la realización del aseo y la higiene personal.
  - Técnicas de aseo e higiene personal en mayores.
- Aplicación de cuidados básicos de la salud.
  - Curas básicas.
  - Primeros auxilios básicos. Masaje cardiaco. Atragantamiento.

Incluyendo las siguientes habilidades de gestión, personales y sociales:

- Precaución y atención en la aplicación de las ayudas para la administración de alimentos.
- Respeto por la privacidad, pudor y demandas del mayor.
- Responsabilidad y cuidado al aplicar las curas básicas según las directrices y prescripciones del personal sanitario de referencia

## MÓDULO DE FORMACIÓN 4: ACOMPAÑAMIENTO Y APOYO EMOCIONAL

### OBJETIVO `promoción estímulo animación

Acompañar al mayor en actividades de la vida diaria, estimulando la autonomía personal, impulsando la participación y las relaciones sociales, con apoyo afectivo y emocional fundamentado en el buen trato.

**DURACIÓN EN CUALQUIER MODALIDAD DE IMPARTICIÓN:** 20 horas

**Teleformación** Duración de las tutorías presenciales: 0 horas

### RESULTADOS DE APRENDIZAJE

---

#### Conocimientos/ Capacidades cognitivas y prácticas

- Realización de tareas domésticas y cotidianas con la persona mayor promoviendo su autonomía.
  - Identificación y realización de tareas domésticas “con” la persona mayor.
  - Compras y recados.
  - Tareas administrativas, trámites y gestiones.
  - Citas médicas y farmacológicas.
  - El paseo.

- Promoción de la participación en la vida social y comunitaria.
  - Métodos para favorecer la relación social.
  - Actividades culturales y de ocio.
  - Actividades participativas.
  - Voluntariado.
  - Información y recursos.
- Comprensión de las particularidades de la comunicación con personas mayores.
  - Claves de la comunicación humana.
  - Habilidades de comunicación interpersonal, expresión de sentimientos, asertividad.
  - Escuchar al mayor. Escucha activa, empatía. Comprensión y reconocimiento.
  - Comunicación con personas con deterioro cognitivo.
  - La comunicación ante problemas sensoriales, sordera, dificultades del lenguaje.
  - La comunicación según el estado de ánimo: ansiedad, decaimiento.
  - Comunicación entre personas de diferentes culturas.
- Apoyo afectivo y emocional.
  - Compañía, conversaciones, actividades y juegos.
  - Situaciones, emociones y sentimientos más habituales, agresividad, tristeza, agitación.
  - Ayuda emocional y acompañamiento ante situaciones de aislamiento o soledad.
  - Acompañamiento al final de la vida.
- Realización de los cuidados según el principio del buen trato.
  - Prevención del maltrato al mayor.
  - Respetar los derechos, las preferencias, los deseos y el bienestar de la persona mayor.
  - Promover la autonomía.

### Habilidades de gestión, personales y sociales

- Iniciativa para favorecer la participación e implicación del mayor en las actividades de la vida cotidiana
- Capacidad de motivar y activar al mayor en la realización de actividades que propicien la participación social y las relaciones sociales.
- Habilidad para adaptarse a la comunicación con el mayor en función de las limitaciones y dificultades que surgen en el lenguaje durante el proceso de envejecimiento
- Comprensión de las diferencias interculturales en los procesos de comunicación entre diferentes.
- Empatía y comprensión de los sentimientos y emociones asociados al proceso de envejecimiento.
- Habilidad para proponer estrategias o acciones que minimicen los efectos del aislamiento o la soledad.
- Compromiso ético con los cuidados basados en el respeto y en la atención digna.

## MÓDULO DE FORMACIÓN 5: CUIDADOS DEL CUIDADOR Y CUIDADORA

### OBJETIVO

Identificar los riesgos físicos y emocionales asociados a los cuidados, implementando medidas de prevención y autocuidados.

**DURACIÓN EN CUALQUIER MODALIDAD DE IMPARTICIÓN:** 10 horas

**Teleformación** Duración de las tutorías presenciales: 0 horas

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE

---

### Conocimientos/ Capacidades cognitivas y prácticas

- Comprensión del impacto de los cuidados en la persona cuidadora.
  - Emociones y sentimientos.
  - El proyecto personal y vida sana.
- Prevención de riesgos para el cuidador o cuidadora.
  - Prevención de riesgos en el domicilio.
  - Higiene postural. Prevención de lesiones físicas asociadas a los cuidados.
  - Riesgos emocionales. Síndrome del cuidador quemado, fatiga y renuncia.
- Aplicación del autocuidado del cuidador o cuidadora.
  - Gestión del estrés. Autoestima. Relajación.
  - Habilidades y pautas de autocuidado.
  - El valor y la importancia de pedir ayuda.
  - Apoyo emocional. Grupos de autoayuda y ayuda mutua.

### Habilidades de gestión, personales y sociales

- Capacidad de identificar los síntomas y sentimientos asociados al estrés y las situaciones que lo provocan.
- Actitud proactiva en la identificación de riesgos físicos y emociones asociados a los cuidados.
- Habilidad para comunicar y compartir sentimientos y emociones que surgen en el desempeño de los cuidados de personas mayores.
- Capacidad de atender las necesidades propias y de cuidarse atendiendo al propio desarrollo personal.

## ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

- Los aprendizajes deben estar orientados a que el alumnado interiorice que las competencias sobre el cuidado desempeñadas por el empleo doméstico se desarrollarán cada vez más en un contexto que priorice el envejecimiento activo y la autonomía personal.
- Se impulsarán metodologías activas de búsqueda de información, análisis de casos y aplicación de conocimientos con supuestos y casos prácticos presentados en el aula.
- Se plantearán retos y proyectos sencillos que favorezcan la aprehensión de las competencias en torno a los cuidados y el desarrollo de competencias de trabajo en equipo y comunicación empática.

## EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE EN LA ACCIÓN FORMATIVA

- La evaluación tendrá un carácter teórico-práctico y se realizará de forma sistemática y continua, durante el desarrollo de cada módulo y al final del curso.
- Puede incluir una evaluación inicial de carácter diagnóstico para detectar el nivel de partida del alumnado.
- La evaluación se llevará a cabo mediante los métodos e instrumentos más adecuados para comprobar los distintos resultados de aprendizaje, y que garanticen la fiabilidad y validez de la misma.
- Cada instrumento de evaluación se acompañará de su correspondiente sistema de corrección y puntuación en el que se explicita, de forma clara e inequívoca, los criterios de medida para evaluar los resultados alcanzados por los participantes.
- La puntuación final alcanzada se expresará en términos de Apto/ No Apto.