

I TALLER DE CUIDADORES

Impartido por: profesionales de Atención Primaria y del Hospital Universitario Infanta Elena.

Dirigido a personas que asumen los cuidados de los enfermos en su domicilio.

Objetivo: proporcionar las habilidades necesarias, para poder llevar a cabo los cuidados y aprender a autocuidarse.

Lugar: Hospital Universitario Infanta Elena.
(Salón de actos y talleres prácticos en aula 1/2).

Inscripción: Teléfono de contacto:
Ana Maria Martinez Navarro
91.894.84.10 (Extensión 3028).

Fecha límite: 11 de junio del 2017

Viernes 16 de Junio de 2017

Horario de 09h a 14h



**Hospital Universitario
Infanta Elena**

❖ **09:00- 9:10. Salón de actos.**

- **Presentación:** Pilar de Gustín Hernández. Directora de Enfermería HUIE.

Mercedes Adria Martinez. Subdirectora de Enfermería HUIE.

❖ **9:10-9:30. Salón de actos.**

- **Nos vamos de alta del Hospital. ¿Qué hacer? ¿Me puedes apoyar?** Ana M^a Martínez Navarro, Enfermera de Continuidad Asistencial y M^a Luisa Villaseñor Herrera enfermera de Atención Primaria Centro de Salud Valdemoro.

❖ **09:30-11:30.Talleres Aula 1 y Aula 2.**

- **Como mejorar el bienestar mediante: la higiene, eliminación e hidratación.** Taller práctico realizado por TCAE de Hospitalización, Rocío Rodríguez San Bonifacio y Rosa Pérez Aguado.

En prevención de úlceras y tratamiento en primeros signos de aparición de úlceras, Nieves López Yunquera, enfermera de Centro de Salud de San Martín.

- **Ayúdame a saber movilizar.** Taller práctico, servicio de rehabilitación/fisioterapia. Teresa Sánchez Rodríguez, David Porras Hernández.
- **Necesito cuidar mi cuerpo para cuidarte a ti, ¿existen técnicas para cuidarme la espalda?** Fisioterapia. Carmen Lázaro Gómez.

❖ **11:30-11:50 DESCANSO**

❖ **11:50-12:20. Salón de actos.**

- **Como buscar entretenimiento y mantenerte activo. Me encanta hacerlo.** Estrategias de cómo llevarlo a cabo en Domicilio. Terapia ocupacional. Rebeca Ana López Isabel.

❖ **12:20-12:50. Salón de actos.**

- **Medios para cuidarte en casa, ¿cómo lo consigo?** Trabajadora social. Luz María González Morales.

❖ **12:50-13:10h Taller Aula 1.**

- **Necesito hablar y eliminar el estrés, ¿alguien me ayuda? .Técnicas de relajación.** Enfermera de psiquiatría. Elena Hernando Merino.

❖ **13:10-13:50. Taller Aula 2.**

- **Aprendiendo a cocinar, ya no se me ocurre nada, ¿me asesoras? Qué y cómo.** Enfermera de endocrino, María Jiménez Jaren.

Técnicas de alimentación y cuidados de dispositivos, enfermera de AP, Monica Costumero García, CS El Restón.

❖ **13:50-14:00. Salón de actos.**

- Cierre taller: Ana Maria Martinez Navarro, enfermera de Continuidad Asistencial y Mónica Costumero García, enfermera de AP.