



Pacientes



Hospital Universitario
Infanta Elena

ESCUELA DE CUIDADORES

Hospital de día de geriatría

TERAPIA OCUPACIONAL DE GERIATRÍA Y PALIATIVOS



Octubre de 2026 hasta junio 2027

Hospital Universitario Infanta Elena



Solicitada la acreditación a la Comisión de Formación Continuada de las
Profesiones Sanitarias de la Comunidad de Madrid

Terapeutas ocupacionales. Geriatría y Paliativos

1.- Escuela de cuidadores.

La **Escuela de Cuidadores** forma a cuidadores familiares, profesionales y voluntarios para que puedan acompañar y atender con calidad a personas con pérdida de funcionalidad, enfermedades avanzadas o en etapa final de vida.

Su labor consiste en apoyar en las actividades básicas de la vida diaria, adaptarse a las nuevas necesidades de la persona cuidada y favorecer su bienestar.



Además, la escuela proporciona conocimientos, técnicas y herramientas para mejorar las competencias de los cuidadores, facilitar su trabajo y contribuir a una mejor calidad de vida tanto de las personas cuidadas como de los propios cuidadores.

2.- Objetivos generales

- Mejorar la calidad de vida de las personas que ejercen funciones de cuidadores/as.
- Mejorar los cuidados recibidos por parte de nuestros pacientes.
- Prevenir y minimizar la sobrecarga de nuestros cuidadores.
- Ampliar los conocimientos acerca de técnicas, cuidados, productos de apoyo y patologías de los cuidadores.
- Facilitar y generar un espacio seguro donde los cuidadores puedan preguntar, compartir su experiencia, encontrar apoyo, comprensión y escucha.
- Compartir miedos e intereses comunes, al mismo tiempo que aprender y compartir estrategias e información que a otras personas cuidadoras les han sido útiles en el desarrollo de su rol.
- Comprender y normalizar los pensamientos, preocupaciones, sentimientos y reacciones habituales en las personas que ejercen tareas de cuidado de otras personas dependientes.

1.- DETERIORO COGNITIVO Y DEMENCIA. ESTRATEGIAS EN DOMICILIO.

Se diferenciará entre deterioro cognitivo y demencia. Se dará a conocer el curso de la enfermedad y se darán recomendaciones para una gestión más saludable del proceso en este tipo de enfermedades neurodegenerativas. Se realizará una sesión práctica donde se aprenderán pautas para gestionar el día a día y cómo estimular y trabajar las capacidades cognitivas en el domicilio.

2.- MOVILIZACIONES Y PRODUCTOS DE APOYO PARA MOVILIZACIÓN.

Se trabajarán aspectos esenciales del cuidado físico y se proporcionará orientación y directrices en áreas como la higiene, las alteraciones de la movilidad y del sueño, el riesgo de úlceras y la realización de transferencias y cambios posturales.

Además, se trabajarán aspectos esenciales de indicación y uso de productos de apoyo utilizados para realizar dichas movilizaciones de manera más segura tanto para el paciente como para el cuidador evitando posibles lesiones.

3.-PRODUCTOS DE APOYO PARA ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA BÁSICAS.

Se explicará el uso de productos de apoyo utilizados en actividades básicas de la vida diaria como: baño, vestido, cocina y alimentación. Se realizará una sesión práctica dónde se ayudará a identificar la necesidad de dichos productos.





4.- CONECTANDO CON LOS RECURSOS: RECURSOS DISPONIBLES PARA EL BIENESTAR DEL ADULTO MAYOR. (LUZ MARÍA GONZÁLEZ MORALES- TRABAJADORA SOCIAL).

Esta sesión brindará información clara sobre los recursos sociales, sanitarios y comunitarios disponibles para el adulto mayor. Se orientará a los cuidadores sobre cómo acceder a estos apoyos y aprovecharlos en el cuidado diario.

5. PRODUCTOS DE APOYO PARA LA MARCHA Y CÓMO ACOMPAÑAR DURANTE LA MISMA.

Se explicará el uso y cómo ajustar los diferentes productos de apoyo para la deambulación y cuál de ellos es recomendable para cada persona según necesidades.

Se realizará una sesión practica sobre cómo acompañar de forma segura y eficaz durante la marcha a una persona.

6.-RUTINAS Y HÁBITOS DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR.

Se realizará una sesión práctica enfocada a que los familiares conozcan actividades, ejercicios y puedan adaptar las rutinas diarias a los requerimientos de la edad adulta. Se realizará una rutina de “**Gerontogimnasia**” incluyendo tanto el ejercicio aeróbico como el ejercicio moderado vigoroso.



7.- ESTRATEGIAS PARA LEVANTARSE DEL SUELO Y REDUCIR EL RIESGO DE CAÍDAS.

Se abordarán técnicas seguras para incorporarse tras una caída, la identificación de riesgos en el hogar y medidas prácticas para mejorar la seguridad, la autonomía y la confianza del adulto mayor y sus cuidadores.

8.-ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL Y BUEN TRATO.

Se ofrecerán recursos y herramientas para facilitar la gestión emocional y favorecer el afrontamiento de los cuidadores a partir de los valores y actitudes del buen trato.



5.- Fechas.

Fechas	Título Taller	Contenido básico
28 octubre 2026	1. DETERIORO COGNITIVO. ESTRATEGIAS.	Diferenciaremos entre deterioro cognitivo y demencia, conociendo la evolución de estas enfermedades y pautas para afrontar el proceso de forma saludable. Además, aprenderemos estrategias prácticas para estimular las capacidades cognitivas y gestionar el día a día en el domicilio.
25 noviembre 2026	2. MOVILIZACIONES Y PRODUCTOS DE APOYO PARA MOVILIZACIÓN.	Abordaremos aspectos básicos del cuidado físico, incluyendo higiene, movilidad, sueño, prevención de úlceras y realización de transferencias y cambios posturales. También ofreceremos pautas para el uso adecuado de productos de apoyo como andadores, muletas y discos de transferencia.
27 enero 2027	3. PRODUCTOS DE APOYO PARA ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA BÁSICAS.	Trabajaremos aspectos esenciales de indicación y uso de productos de apoyo utilizados en actividades básicas de la vida diaria como: baño, vestido, cocina y alimentación.



24 febrero 2027	4. CONECTANDO CON LOS RECURSOS: RECURSOS DISPONIBLES PARA EL BIENESTAR DEL ADULTO MAYOR.	Explicaremos de forma clara los recursos sociales, sanitarios y comunitarios disponibles para el adulto mayor y cómo acceder a estos. (LUZ MARÍA GONZÁLEZ MORALES- TRABAJADORA SOCIAL).
24 marzo 2027	5. PRODUCTOS DE APOYO PARA LA MARCHA Y CÓMO ACOMPAÑAR DURANTE LA MISMA.	Explicaremos el uso y cómo ajustar los diferentes productos de apoyo para la deambulación y cuál de ellos es recomendable para cada persona según necesidades.
28 Abril 2027	6. RUTINAS Y HÁBITOS DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR	Los familiares y cuidadores conocerán actividades, ejercicios y cómo adaptar las rutinas diarias a los requerimientos de la edad adulta mediante una rutina real de “Gerontogimnasia”.
26 Mayo 2027	7.- ESTRATEGIAS PARA LEVANTARSE DEL SUELO Y REDUCIR EL RIESGO DE CAÍDAS.	Aprenderemos estrategias seguras para levantarnos del suelo tras una caída y medidas para prevenirlas. Además, conoceremos cómo adaptar el entorno y reducir riesgos para favorecer la seguridad y la autonomía.
23 junio 2027	8.- ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL Y BUEN TRATO.	Conoceremos recursos y herramientas para facilitar la gestión emocional y favorecer el afrontamiento de los cuidadores a partir de los valores y actitudes del buen trato. (ESTHER MARTÍN MOLPECERES- PSICÓLOGA)

y descárgate la APP

Date de alta en hospitalinfantaelena.es
hospitalinfantaelena.es - madrid.org

