CURSO · DESARROLLO PERSONAL

Cuidado y Apoyo de Personas Mayores y Dependientes

MODALIDAD	DURACIÓN	DISTRIBUCIÓN REFERENCIAL
A medida: presencial, online en vivo o e-learning	**24 horas cronológicas**	**75 % teoría · 25 % práctica**

DESCRIPCIÓN

Aprenderás a cuidar y apoyar a personas mayores y en situación de dependencia: higiene, movilización segura, alimentación y buen trato. Curso de 24 horas.

DIRIGIDO A

Cuidadoras y cuidadores formales e informales, personal de establecimientos de larga estadía, auxiliares de servicios y familiares que apoyan a personas mayores o dependientes.

APRENDIZAJES ESPERADOS

- Comprender el envejecimiento y los grados de dependencia
- Apoyar en higiene, vestuario y alimentación respetando la autonomía
- Aplicar técnicas de movilización y traslado seguro
- Prevenir caídas, lesiones por presión y situaciones de maltrato
- Cuidar su propia salud física y emocional como persona cuidadora

CONTENIDOS

- **Módulo 1:** Envejecimiento y dependencia
- **Módulo 2:** Derechos y buen trato a las personas mayores
- **Módulo 3:** Apoyo en actividades de la vida diaria
- **Módulo 4:** Movilización y traslado seguro
- **Módulo 5:** Prevención de caídas y lesiones por presión
- **Módulo 6:** Estimulación cognitiva y acompañamiento
- **Módulo 7:** Autocuidado de la persona cuidadora

METODOLOGÍA

Clases con exposición de contenidos, ejemplos aplicados y ejercicios prácticos. Los casos se adaptan al rubro y a la realidad de la empresa cliente.

EVALUACIÓN

Evaluación de los aprendizajes mediante actividades prácticas y/o prueba final. Quienes aprueban reciben un certificado de participación emitido por Saberes OTEC SpA, verificable en saberesotec.cl.

> **Contenido propuesto y adaptable.** Este programa es una propuesta referencial: los contenidos, la duración y la modalidad están sujetos a cambios según los requerimientos del cliente y se adaptan al giro y tipo de negocio de cada empresa. El curso puede dictarse en forma presencial, online en vivo o e-learning.