



Ikastaroa:

Mendekotasun egoeran dauden pertsonen mobilizazio eta transferentziak

1 Saioa. Mendekotasun egoeran dagoen pertsonaren mugikortasuna

- Esku hartze irizpideak
- Mugitu ezina. Ondorioak
- Posizionamendua ohean

2 Saioa. Mobilizatorako oinarritzko arauak zaintzailearentzako

- Zaintzaileen lesioak ekiditen, eta gorputz mekanikarako printzipioak
- Eguneroko jardueretan posizio anatomikoak
- Mobilizazio baten aurrean kontuan izan beharreko oinarritzko arauak
- Erlajazio eta bizkar hezurra, nahiz giharrak sendotzeko ariketak

3 Saioa. Mobilizazio teknika garrantzitsuenak I

- Altxatzea eta zutitzea
- Mendekotasun egoeran dagoen pertsonaren patologien aurrean planifikazioa
- Aldaera ezberdinen aurrean moldaketak

4 Saioa. Mobilizazio teknika garrantzitsuenak II

- Transferentziak
- Mendekotasun egoeran dagoen pertsonaren patologien aurrean planifikazioa
- Aldaera ezberdinen aurrean moldaketak

5 Saioa. Ingurune irisgarria eta laguntza teknikoak

- Ingurunearen irisgarritasuna
- Mendekotasun egoeran dauden pertsonen deambulazio, leku-aldatze eta mobilizatorako laguntza teknikoak
- Gurpildun aulkia: ezaugarriak eta maneioa
- Ohe motak
- Eguneroko bizitzarako teknologiak

6 Saioa. Genero identitate eta erantzukidetasun familiarra eraikiz arreta eta zaintza lanetan

Curso:

Mobilizaciones y transferencias de personas dependientes

Sesión 1. Movilidad de la Persona dependiente

- Criterios de intervención
- La inmovilidad. Consecuencias
- Posicionamiento en la cama

Sesión 2. Reglas básicas para la persona cuidadora de movilización y traslado

- Prevención de lesiones en personas cuidadoras y principios de mecánica corporal
- Posiciones anatómicas en las actividades de la vida diaria y en las movilizaciónes
- Reglas básicas ante una movilización
- Ejercicios de relajación y potenciación de la columna y su musculatura.

Sesión 3. Técnicas de movilización más importantes I

- Levantamientos y enderezamientos
- Planificación ante la patología del paciente
- Adaptaciones ante las posibles variables.

Sesión 4. Técnicas de movilización más importantes II

- Transferencias
- Técnicas correctas de la movilización-tipo
- Planificación ante la patología del paciente
- Adaptaciones ante las posibles variables.

Sesión 5. Entorno accesible y ayudas técnicas

- Accesibilidad del entorno
- Ayudas técnicas para la deambulación, traslado y movilización en personas dependientes
- La silla de ruedas: características y manejo.
- Tipos de camas
- Tecnológicas para la vida cotidiana

Sesión 6. "Construcción de la identidad de género y corresponsabilidad familiar en la atención y cuidados"

Ikastaroaren helburuak:

- ✓ Gorputz mekanikaren printzipioetan oinarritutako kontzeptu eta arau orokorrak ezagutzea. Eguneroko zaintza lanetarako jardunbide eta gorputz-jarrera egokiak ikastea. Mobilizazio lanak erraztu, eta zaintzaileen eta mendekotasun egoeran dauden pertsonen lesioak ekiditea, baita gainkarga fisiko eta psikikoak murriztea ere. Mendekotasun egoeran dagoen pertsonaren gaitasunak optimizatzea, ahalik eta laguntza eraginkor, seguru eta autonomoena eskainiaz.

Objetivos del curso:

- ✓ Conocer conceptos y normas generales basados en los principios de mecánica corporal
- ✓ Practicar y aprender posiciones en una actitud y postura correcta en la gran variedad de movimientos de tareas de cuidado cotidiano
- ✓ Facilitar y acomodar la tarea de movilización, minimizar la sobrecarga física y psíquica y evitar lesiones tanto de las personas cuidadoras como de las personas cuidadas
- ✓ Optimizar el entrenamiento de las capacidades mantenidas de las persona dependiente, consiguiendo una ayuda eficaz, segura y lo más autónoma posible

Datak: Abenduak 15, 19, 20, 21, 22 eta 23

Ordutegia: 15.15tatik 17.15tara

Ikastaroaren iraupena: 12 ordu (bi orduko 6 saio)

Lekua: Orobione

Fechas: 15, 19, 20, 21, 22 y 23 de Diciembre

Horario: de 15.15h a 17.15h

Duración del curso: 12 horas (6 sesiones de dos horas)

Lugar: Orobione