



## Cuidar A Los Que Cuidan. Qué Y Cómo Hacerlo

**Sku:** CURUEMCONL0228

**Horas:** 50

**Formato:** HTML

### OBJETIVOS

- Mejorar la calidad de vida de los cuidadores mediante el aprendizaje de conocimiento, actitudes y habilidades que les servirán para un mejor cuidado de su familia.
- Facilitar el trabajo de las personas que atienden a mayores respondiendo a sus necesidades en el ámbito psicológico, para lograr un mejor cuidado del enfermo y favorecer una mejor actividad en el cuidador.
- Aprender las técnicas y medidas de autocuidado y los hábitos saludables recomendables para el cuidador.
- Conocer las técnicas psicológicas de autoayuda para evitar problemas psicológicos en el cuidador.
- Conocimiento de las terapias psicológicas para tratar los problemas del cuidador.

### OBSERVACIONES

HORAS: 50.H

SKU: CURUEMCONL0228

### CONTENIDOS

Tema I: El envejecimiento y sus implicaciones para el cuidado Tema II: Trastornos de la vejez. La enfermedad de alzheimer Tema III: Sobre los cuidadores Tema IV: Preparándose para el cuidado Tema V: Consecuencias del cuidado en la vida del cuidador Tema VI: El cuidado del cuidador: Cómo cuidarse mejor (I) Tema VII: El cuidado del cuidador: Cómo cuidarse mejor (II) Tema VIII: Cómo ayudar a los cuidadores. La importancia del apoyo psicológico formal Anexo: Glosario