

¿Cómo puedo ayudar a mi familiar con demencia?

Curso completo para familias de personas con demencia

Este curso está diseñado para ayudar a familiares y cuidadores a comprender la demencia, afrontar los cambios que provoca la enfermedad y adquirir herramientas prácticas para mejorar la calidad de vida tanto de la persona con demencia como de quienes la acompañan.

A través de estrategias basadas en la evidencia, las familias aprenderán a comunicarse mejor, favorecer la autonomía, prevenir complicaciones y cuidar sin olvidar su propio bienestar.

¿Qué incluye el curso?

1. Comprender la demencia

- Qué es la demencia y cómo afecta al funcionamiento diario.
- Principales tipos de demencia.
- Diferencias entre envejecimiento normal y deterioro cognitivo.
- Síntomas iniciales y evolución de la enfermedad.
- Cambios cognitivos, emocionales y conductuales.
- Cómo afecta la demencia a la autonomía.
- Mitos y falsas creencias sobre la enfermedad.

2. Estrategias de comunicación

- Cómo comunicarse de forma eficaz con una persona con demencia.
- Adaptación del lenguaje según la fase de la enfermedad.
- Cómo facilitar la comprensión.
- Uso de instrucciones sencillas.
- Qué hacer cuando la persona no comprende.
- Manejo de la repetición constante de preguntas.
- Estrategias ante la desorientación.
- Favorecer la conexión emocional y la seguridad.

3. Estrategias para el cuidado diario

- Organización de rutinas y actividades.
- Importancia de mantener hábitos estables.
- Alimentación e hidratación.
- Prevención de problemas durante las comidas.
- Higiene personal.
- Apoyo en el vestido y cuidado de la imagen.
- Descanso y alteraciones del sueño.
- Adaptación del hogar.
- Prevención de riesgos y accidentes.

4. Conservación de capacidades físicas y cognitivas

- Importancia de mantener las capacidades preservadas.
- Estimulación cognitiva adaptada.
- Actividades para trabajar:
 - Memoria.
 - Atención.
 - Orientación.
 - Lenguaje.
 - Funciones ejecutivas.
- Ejercicio físico adaptado.
- Prevención del deterioro funcional.
- Actividades significativas para favorecer la autonomía.
- Mantener la participación en actividades cotidianas.

5. Manejo de alteraciones conductuales

- Comprender el origen de los cambios de conducta.
- Agitación.
- Ansiedad.
- Irritabilidad y agresividad.
- Deambulación.
- Apatía.
- Alteraciones del sueño.
- Alucinaciones y delirios.
- Identificación de desencadenantes.
- Estrategias de prevención.
- Intervenciones no farmacológicas.
- Técnicas de desescalada.

6. Apoyo emocional para familiares y cuidadores

- Afrontar el diagnóstico.
- Comprender el proceso de duelo y adaptación.
- Cómo reducir la sobrecarga del cuidador.
- Prevención del agotamiento físico y emocional.
- Estrategias de autocuidado.
- Organización del cuidado familiar.
- Recursos y ayudas disponibles.
- Preparación para las diferentes fases de la enfermedad.
- Uso de ayudas técnicas.
- Prevención de lesiones durante las movilizaciones y cuidados.

7. Trabajo interdisciplinar y cuidado integral

- Papel de los diferentes profesionales sanitarios.
- Importancia del trabajo en equipo.
- Coordinación entre familia y profesionales.



- Planificación de objetivos realistas.
- Adaptación de las intervenciones según la evolución de la persona.

Modalidades y precios

★ Curso estándar

Precio: 99 €

Incluye:

- ✓ Curso online 8 horas. Acceso completo al curso online durante 6 meses.
- ✓ Formación dividida por módulos.
- ✓ Vídeos explicativos.
- ✓ Material descargable para familiares y cuidadores.
- ✓ Guías prácticas de comunicación y cuidado diario.
- ✓ Actividades de estimulación cognitiva.
- ✓ Recomendaciones para adaptar el hogar.
- ✓ Estrategias para manejar situaciones difíciles.

- ✓ Certificado de realización

★ Curso Premium: Cuidar sin perderse. Acompañamiento al cuidador

Precio: 299€

Incluye:

Todo lo incluido en el curso estándar más:

- ✓ Acceso ILIMITADO desde la compra
- ✓ Valoración inicial de la situación familiar.
- ✓ 3 sesiones individuales online con terapeuta ocupacional. Posibilidad de desplazamiento y sesiones presenciales.
- ✓ Orientación personalizada según la fase de la enfermedad.
- ✓ Adaptación de rutinas y actividades para la persona con demencia.
- ✓ Recomendaciones sobre autonomía y seguridad en el domicilio.
- ✓ Estrategias personalizadas para alteraciones conductuales.
- ✓ Resolución de dudas del cuidador.
- ✓ Seguimiento del proceso.