



**LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO**

Guía del Curso

Experto en Higiene, Salud y Mantenimiento del Hogar de Personas Dependientes

Modalidad de realización del curso: [A distancia y Online](#)

Titulación: [Diploma acreditativo con las horas del curso](#)

OBJETIVOS

Mediante este curso se recogen los principios teóricos fundamentales de higiene de personas dependientes, salud en la tercera edad, mantenimiento del hogar, etc., con el fin de proporcionar una base teórica que permita desarrollar labores profesionales de atención y apoyo en las tareas de higiene, alimentación, salud y mantenimiento de la vivienda de personas con dificultades de autonomía física y/o psíquica.

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

1. Conceptos: salud, enfermedad, alimentación y nutrición
2. - Salud y enfermedad
3. - Alimentación y nutrición
4. Clasificación de los alimentos
5. - Según su función
6. - Según su descripción

UNIDAD DIDÁCTICA 2. NUTRICIÓN Y DIETÉTICA A LO LARGO DEL

CICLO VITAL Y EN CIRCUNSTANCIAS ESPECIALES

1. La alimentación en la edad adulta
2. - Necesidades energéticas del adulto mayor
3. - Necesidades energéticas totales
4. La alimentación en la menopausia
5. - Requerimientos nutricionales
6. Alimentación en la tercera edad
7. - Factores que influyen en el estado nutricional de la tercera edad
8. - Consumos y recomendaciones generales en la dieta diaria en la tercera edad

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MANIPULACIÓN, TRATAMIENTO Y CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS

1. La conservación de alimentos en el hogar
2. - Requisitos de almacenamiento de los productos en el hogar
3. La higiene en la preparación de alimentos
4. Preparación de alimentos
5. - Situación de la persona dependiente a la hora de preparar los alimentos
6. - Consideración por la situación específica alimentaria y nutricional de cada persona dependiente
7. - Contaminación cruzada con alérgenos
8. Los hábitos alimentarios: origen y cambio
9. Algunos consejos sobre alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ETIQUETADO DE LOS ALIMENTOS

1. Etiquetado
2. - Componentes del etiquetado del producto envasado
3. - Alimentos envasados por los titulares de los establecimientos de venta al por menor
4. - Alimentos sin envasar
5. Que se entiende por etiquetado
6. Comprensión del etiquetado
7. - Presentación visual

8. - La lengua
9. - Regulación vertical y productos específicos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA COMPRA DE ALIMENTOS

1. La Compra de Alimentos
2. - Correspondencia con el presupuesto elaborado
3. - Decisión de compra: consulta con el usuario y su entorno
4. Consumo responsable

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ASEO EN GENERAL

1. Introducción
2. - Finalidades del aseo y la higiene
3. - Objetivos
4. - Normas generales de procedimiento
5. Aseo general

UNIDAD DIDÁCTICA 7. HIGIENE Y ASEO DE LA PERSONA DEPENDIENTE

1. Introducción
2. Cuidados específicos
3. - Los cabellos
4. - Las manos
5. - Los pies
6. - Los pliegues
7. - El cuidado bucal
8. - Las prótesis dentales
9. - El afeitado
10. - Maquillarse y adornarse
11. - El baño o la ducha
12. El vestido y el calzado. Ayudas técnicas
13. - Introducción

14. - La elección de prendas de vestir
15. Ayudas para el vestido y el calzado
16. - Vestido de la parte superior del cuerpo
17. - Vestido de la parte inferior del cuerpo
18. - El calzado

UNIDAD DIDÁCTICA 8. HIGIENE Y ASEO DEL USUARIO/A ENCAMADO/A

1. Introducción
2. Cómo poner guantes estériles
3. Objetivos
4. Material
5. Lavados de las distintas partes del cuerpo
6. - Lavado de cabeza
7. - Higiene de los ojos
8. - Higiene de genitales del varón
9. - Higiene de genitales en la mujer
10. - Higiene y cuidado de uñas, manos y pies
11. - Higiene de la boca en usuarios dependientes
12. Colocación de la cuña
13. Suministrar el enema de limpieza
14. Hacer la cama de la persona encamada
15. Cuidados en heridas limpias
16. El masaje

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LOS PRODUCTOS DE LIMPIEZA

1. Introducción
2. Etiquetado
3. Almacenamiento y venta
4. Lejías
5. Envasado, etiquetado y rotulación

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LIMPIEZA DEL HOGAR PARA LOS/AS USUARIOS/AS

1. Como crear una habitación libre de polvo
2. Preparación
3. Mantenimiento
4. Alfombras y pisos
5. La cama y ropa de cama
6. Los muebles y demás mobiliario
7. Control del Aire
8. Los Niños
9. Las Mascotas

UNIDAD DIDÁCTICA 11. ADQUISICIÓN DE ELECTRODOMÉSTICOS

1. Introducción
2. Precauciones en la utilización de aparatos conectados a la red eléctrica
3. Utilización de aparatos a pilas

UNIDAD DIDÁCTICA 12. ADAPTACIÓN DE LA VIVIENDA

1. Introducción
2. Ayudas para el cuidado personal
3. - La ducha diaria
4. - El uso del W. C
5. - Otros detalles
6. Ayudas para la movilidad y el transporte
7. Ayudas para la alimentación y el cuidado del hogar
8. - La preparación de la comida
9. - Comer solo/a
10. - La limpieza de la vivienda
11. - Otro tipo de ayudas
12. La vivienda de un/a usuario/a afectado/a de demencia

UNIDAD DIDÁCTICA 13. PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN LA VIVIENDA

1. Introducción
2. Cómo detectar el riesgo de la vivienda
3. - Las caídas
4. - La organización del espacio: los muebles
5. - La iluminación
6. - El cuarto de baño
7. - La organización de los armarios
8. - El uso de aparatos eléctricos
9. - La cocina

UNIDAD DIDÁCTICA 14. MANTENIMIENTO Y REPARACIÓN DE LA VIVIENDA

1. Modificaciones de la vivienda
2. - Ayudas técnicas para las actividades domésticas
3. - Mobiliario y adaptaciones para la vivienda y otros inmuebles
4. - Ayudas técnicas para mejorar el ambiente, maquinaria y herramientas

5. Ayudas técnicas para el esparcimiento
6. - Ordenadores personales. Internet. Correo electrónico



C/ San Lorenzo 2 - 2
29001 Málaga



Tlf: 952 215 476
Fax: 951 987 941



www.academiaintegral.com.es
E-mail: info@academiaintegral.com.es