

## **MEJORA DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS Y PRIMEROS AUXILIOS PARA LAS PERSONAS DEPENDIENTES EN EL DOMICILIO**

**Código: UF0121\_V2**

**Duración: 56 horas**

### **OBJETIVOS:**

- Efectuar las técnicas de traslado, movilización y de ambulación y posicionamiento de un usuario en función de su grado de dependencia.
- Describir las características y las aplicaciones más frecuentes de las técnicas y ayudas. Técnicas de movilización de ambulación y posicionamiento en cama de personas dependientes en función de su estado y condiciones, que contribuyen a mantener y mejorar su competencia motora.
- Realizar técnicas de asistencia sanitaria de urgencia determinando la más adecuada en función de la situación y grado de aplicabilidad.
- Explicar los signos y síntomas más comunes que producen los traumatismos: fracturas, esguinces y luxaciones determinando las maniobras de inmovilización oportunas.

### **CONTENIDOS:**

- **Unidad 1. Movilidad en las personas dependientes.**

Principios anatomofisiológicos de sostén y movimiento del cuerpo humano

Aparato locomotor

Patologías más frecuentes del aparato locomotor

Biomecánica de las articulaciones

- **Unidad 2. Empleo de técnicas de movilización y traslado.**

Posiciones anatómicas

Técnicas y ayudas técnicas para la de ambulación traslado y movilización en personas dependientes

Técnicas para el posicionamiento en cama

Orientación a la persona dependiente y sus cuidadores principales

Fomento de la autonomía de la persona dependiente y su entorno para la mejora de su movilidad y su estado físico

- **Unidad 3. Toma de las constantes vitales.**

Constantes vitales

La temperatura

La frecuencia respiratoria

La presión arterial

La frecuencia cardíaca

Recogida de las constantes vitales

- **Unidad 4. Aplicación de técnicas de seguridad y primeros auxilios.**

Primeros auxilios

Intoxicaciones

Vendaje y movilizaciones

Técnicas de reanimación cardiopulmonar

Quemaduras

Heridas y Hemorragias

Botiquín de urgencias

Consultas a distancia

Prevención de riesgo en el entorno de la persona dependiente

Medidas de autoprotección

Atención especial a la prevención de riesgos laborales