



Resumen del Programa Nacional de Capacitación para Cuidadores y competencias básicas

El Programa Nacional de Capacitación para Cuidadores (*National Caregiver Training Program*, NCTP) es un programa de capacitación certificado que ofrece Public Authority en todo el Condado de San Diego. Se ha diseñado para ayudar a los proveedores a adquirir las habilidades y el conocimiento que necesitan para proporcionar una atención domiciliar segura. El curso dura 18 horas (dos clases por semana, tres horas por día, durante un período de tres semanas).

El curso, creado por Medifecta Healthcare Training, incluye instrucciones en DVD, clases, demostraciones ofrecidas por el instructor de clases y experiencias prácticas. Los materiales incluyen puntos clave y definiciones, reducción del estrés personal, evaluación del curso y un certificado de finalización del curso. También se les proporciona a los participantes del curso un manual de "Consejos rápidos para cuidadores" (*Quick Tips for Caregivers*), que se utilizará durante el curso.

Las competencias básicas del NCTP incluyen lo siguiente:

Creación de condiciones óptimas para la atención domiciliar: control de infecciones

1. Cómo se propagan los gérmenes
2. Cómo lavarse las manos correctamente
3. Cómo y cuándo usar barreras protectoras
4. Métodos para desinfectar el hogar

Cómo cuidar a alguien que hace reposo en cama

1. Postura adecuada y principios de la mecánica corporal al estar parado, levantarse y mover objetos
2. Cómo reconocer y prevenir úlceras por presión
3. Diferentes posturas al hacer reposo en cama y cómo mover a una persona de una posición a otra usando una mecánica corporal adecuada

Atención personal

1. Importancia de la higiene personal y del control de infecciones
2. Procedimientos para la higiene oral y el cuidado de la dentadura postiza
3. Procedimiento para dar un baño en la cama
4. Cómo hacer una cama ocupada

Signos vitales y cómo controlar los medicamentos

1. Definiciones de temperatura, pulso, respiración y presión sanguínea
2. Pautas generales para tomar la temperatura, el pulso, la respiración y la presión sanguínea
3. Valor normal de los signos vitales para los adultos
4. Señales de alerta del uso indebido de medicamentos
5. Cómo la edad cambia la manera en que el cuerpo responde a los medicamentos
6. Prácticas seguras para brindar ayuda con los medicamentos o para administrarlos
7. Almacenamiento adecuado de los medicamentos

Uso seguro de la silla de ruedas

1. Configuración adecuada para la silla de ruedas
2. Cómo trasladar a alguien en una silla de ruedas usando el traslado con giro
3. Principios de la mecánica corporal
4. Cómo ayudar a alguien a caminar

Nutrición

1. Qué alimentos se encuentran en cada categoría de la Guía diaria de alimentos
2. Porciones recomendadas según cada grupo de alimentos
3. Nutrición y adultos mayores: recomendaciones alimentarias para los adultos
4. Importancia del agua para el cuerpo humano
5. Cómo alimentar a alguien que no puede alimentarse por sus propios medios

Prevención de caídas y seguridad contra incendios

1. Capacidad de reconocer los peligros que pueden generar caídas
2. Cómo evitar las caídas
3. Cómo informar una caída
4. Seguridad contra incendios y prevención de incendios
5. Reconocimiento de los cuatro componentes necesarios para que comience un incendio
6. Motivos por los que las personas mayores no pueden percibir el olor a humo u oír una alarma de incendio
7. Técnica PASS
8. Cómo llamar al 911 en caso de emergencias

Entender la enfermedad de Alzheimer

1. Cómo el Alzheimer afecta el habla
2. Técnicas que ayudan a comunicarse de manera más eficaz con alguien que tiene Alzheimer
3. Cómo la comprensión de la enfermedad ayuda a desarrollar actitudes más positivas y una comunicación más eficaz