

## Entrenamiento en prácticas de cuidado para cuidadoras y cuidadores de personas con discapacidad y dependencia funcional



# CONTENIDO TEMÁTICO

### MÓDULO 1

**ELEMENTOS CONCEPTUALES SOBRE LA RELACIÓN DISCAPACIDAD, FAMILIA Y PRÁCTICAS DE CUIDADO.**

- La discapacidad como concepto, condición y situación.
- La familia frente a la discapacidad.
- Visión integral del cuidador y la cuidadora de la persona con discapacidad y dependencia funcional.

### MÓDULO 2

**CONCEPTOS Y PRÁCTICAS SOBRE EL CUIDADO.**

- Autocuidado.
- Cuidado Mutuo.
- Cuidado colectivo.
- Cuidado del entorno.

### MÓDULO 3

**ESTRATEGIAS PARA EL FORTALECIMIENTO DEL CUIDADOR Y LA CUIDADORA.**

- Empoderamiento en autocuidado físico y mental para disminuir la percepción de sobrecarga.
- Competencias ciudadanas para la participación, la autogestión y redes de cuidado.
- Alternativas ocupacionales para el emprendimiento.

### MÓDULO 4

**HERRAMIENTAS DIFERENCIALES EN LA PRÁCTICA DEL CUIDADOR DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y DEPENDENCIA FUNCIONAL SEGÚN CURSO DE VIDA Y PARTICIPACIÓN.**

- Estrategias de cuidado para la salud física, emocional y cognitiva física.
- Estrategias para el cuidado personal y la vida diaria.
- Estrategias de cuidado para el fomento del ocio, el tiempo libre y el confinamiento.
- Estrategias de cuidado para la accesibilidad.