



escuela de salud y cuidados
de castilla-la mancha



Castilla-La Mancha

CUIDADOS GENERALES A PERSONAS DIAGNOSTICADAS DE ENFERMEDADES RARAS Y/O DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE

11 DICIEMBRE 2017

Mañana: 10.00-12.00h

- Introducción a la cronicidad. El paciente crónico. Cambio del modelo de atención sanitaria.
- Escuela de Salud y Cuidados de CLM ¿Qué es un paciente experto?
- Unidad de Enfermedades Raras

Maria Teresa Patiño Lafuente. Jefa del Servicio de Participación y Atención Ciudadana.

12.00-14.00h

- Habilidades de comunicación y destreza ante la toma de decisiones.
Maria Rubio Casado. Responsable de Atención al Usuario. Servicio de Participación y Atención Ciudadana.

Tarde: 16.00- 19.00h

- La dieta equilibrada
- Recomendaciones alimentarias en enfermedades específicas
- Alimentación y nutrición en pacientes dependiente
 - Dificultad de deglución
 - Dificultad de masticación
 - Recomendaciones posturales
 - Alimentación a través de diferentes sondas y su manejo

Marta Milla Tobarra. Dietista-Nutricionista del Hospital General Nuestra Señora del Prado

Olga Capitán García. Enfermera del Servicio de Medicina Interna del Hospital General Nuestra Señora del Prado



12 DICIEMBRE 2017

Mañana 9.00h-11.30h

- Ejercicio físico
 - Beneficios
 - Tipos de ejercicio
 - Consejos prácticos y precauciones con el ejercicio

- Movilizaciones y transferencia
 - Introducción
 - Diferencia entre movilización y transferencia
 - Principios básicos. Higiene postural
 - Técnicas de transferencia
 - Técnicas de movilizaciones

Jessica Guerra Gómez. Fisioterapeuta de la asociación talaverana de Esclerosis Múltiple ATAEM (Toledo)

11.30h-14.00h

- Autocuidados. Adherencia al tratamiento.
- Beneficios de una adecuada higiene personal
- Higiene personal en personas dependientes e independientes.
 - Higiene de la piel y cabellos
 - Higiene bucal
 - Higiene de ojos y oídos
 - Higiene de pies

- Úlceras por presión
 - Definición y etiología
 - Valoración del paciente
 - Prevención de las úlceras por presión
 - Tratamiento de las úlceras por presión
 - Cuidados generales
 - Cuidados locales

Belen Calvo Morcuende. Enfermera especialista en Geriátría del servicio de ayuda a domicilio del Hospital Virgen Valle (Toledo)



Tarde 16h- 19h

Cuidar al cuidador

- Cuidar es mucho más ¿Qué significa ser cuidadora o cuidador?
- Posibles consecuencias de ser cuidador/a
- La salud y las emociones del/la cuidador/a principal
- Señales de alerta. ¿Cómo saber si soy un/a cuidador/a sobrecargado/a?
- Manejo de situaciones difíciles
- Estrategias para cuidarse cuidando
 - La facilitación de la actividades de la vida diaria
 - Ayudas técnicas
 - Adaptación del entorno
- Recursos y servicios sociosanitarios existentes

Miriam Sánchez de los Reyes. Terapeuta ocupacional de la asociación talaverana de Esclerosis Múltiple ATAEM (Toledo)

13 DICIEMBRE 2017

Mañana 9.00h-11.00h

Aspectos psicológicos

- Adaptación de la enfermedad: Fases de adaptación
- Autoimagen.
- Evitar el aislamiento. La importancia de la comunicación.
- Los estados de ánimo.
- El control de la ansiedad.
- Problemas relacionados con el sueño.

Ruth Rojo Martín de la Fuente. Psicóloga clínica de la asociación a favor de niños con necesidades educativas especiales AFANNES (Toledo)



escuela de salud y cuidados
de castilla-la mancha



Castilla-La Mancha

Mañana 11.00-14.00 h

- Aspectos psicosociales en la enfermedad
 - Afrontar la enfermedad
 - Comprender la diferencia
 - ¿Qué debo hacer ahora?
 - Expectativa de futuro
 - Miedos del cuidador

*Pedro Pablo Salvador Hernández. Doctor en Antropología y
coordinador de la Asociación Adhara*