

# ACOMPañAR A UN SER QUERIDO EN CUIDADOS PALIATIVOS:

## APOYAR SIN DESMORONARSE

**Formación dedicada a las familias y seres queridos de personas en fase paliativa**

Estar presente con serenidad, acompañar con dignidad, cuidarse en esta etapa crucial

<b>Duración :</b> 2 horas	<b>Módulos :</b> 4 módulos
<b>Lecciones :</b> 16 lecciones	<b>Público :</b> Familias y seres queridos de personas en cuidados paliativos
<b>Formato :</b> 100 % en línea, asincrónico	<b>Organismo :</b> N° 11757351875
<b>Certificación :</b> Qualiopi	<b>Tarifa :</b> Bajo presupuesto

[www.dynseo.com/nos-formations](http://www.dynseo.com/nos-formations) | [contact@dynseo.com](mailto:contact@dynseo.com) | 09 66 93 84 22

### Descripción de la formación

Esta formación de 2 horas está dirigida a las familias y seres queridos de una persona afectada por cáncer cuya enfermedad avanza hacia una fase paliativa. Los cuidados paliativos no significan abandono — significan que el confort, la dignidad y la calidad de vida se convierten en la prioridad. Esta formación ayuda a las familias a comprender qué son realmente los cuidados paliativos, a acompañar a su ser querido en esta fase con presencia y serenidad, y a cuidar de sí mismos en una de las pruebas más intensas de su vida. Aprenderá a gestionar el día a día, a comunicarse cuando las palabras faltan, y a prepararse para el duelo con herramientas concretas y apoyo profesional.

### Resumen de los módulos

<b>MODULE 1</b>	Comprender los cuidados paliativos	4 lecciones
<b>MODULE 2</b>	Acompañar en el día a día en fase paliativa	4 lecciones
<b>MODULE 3</b>	Cuidarse durante este período	4 lecciones
<b>MODULE 4</b>	El duelo tras el fallecimiento	4 lecciones

### Objetivos pedagógicos

#### Objetivos pedagógicos

- Comprender qué son los cuidados paliativos y qué implican para su ser querido
- Acompañar en el día a día: gestión del dolor, alimentación, comunicación
- Identificar y gestionar sus propias emociones y agotamiento como cuidador
- Conocer los recursos de apoyo disponibles para familias y seres queridos
- Prepararse para el duelo y comprender el proceso tras el fallecimiento

### Información general

<b>Duración</b>	2 horas
<b>Público objetivo</b>	Familias y seres queridos de personas en fase paliativa por cáncer
<b>Requisitos previos</b>	Ninguno, formación accesible a todo público adulto
<b>Tarifa</b>	Presupuesto a pedido - IVA no aplicable (artículo 261-4-4° del CGI)
<b>Certificación</b>	Qualiopi - Certificado de finalización de formación
<b>Organismo</b>	DYNSEO - N° de declaración de actividad: 11757351875

**Lección 1 - Lo que realmente son los cuidados paliativos**

- Definición: prioridad al confort, dignidad y calidad de vida
- Los cuidados paliativos pueden comenzar mucho antes de la agonía
- Lo que cambia y lo que permanece al entrar en fase paliativa
- Los lugares de cuidados: en casa, UCP, EHPAD

**Lección 2 - Las decisiones difíciles en cuidados paliativos**

- La suspensión de tratamientos curativos: comprenderla sin vivirla como abandono
- Las directrices anticipadas y los deseos expresados por su ser querido
- La persona de confianza: su papel en las decisiones
- La sedación paliativa: qué es, cuándo se contempla

**Lección 3 - Lo que su ser querido siente en fase paliativa**

- Los miedos más frecuentes: sufrir, estar solo, ser una carga, perder dignidad
- Cómo tranquilizar sin mentir: palabras que reconfortan
- La necesidad de hablar de la muerte: acoger estas conversaciones
- Lo que su ser querido necesita escuchar de usted antes de partir

**Lección 4 - El papel de la familia en los cuidados paliativos**

- Su presencia es el cuidado más importante que puede brindar
- Lo que puede hacer: cuidados de confort, presencia, toques afectivos
- Lo que no puede hacer: curar, impedir, controlar — y es normal
- Trabajar con el equipo de atención como socio del confort

**Lección 1 - El dolor y el confort físico**

- El dolor en paliativos es tratable: nunca dejar sufrir sin alertar
- Medicamentos paliativos: morfina y opioides sin miedo
- Cuidados de confort que puede hacer: posicionamiento, cuidados bucales, masajes
- Cuándo y cómo alertar al equipo ante dolor o incomodidad

**Lección 2 - La alimentación y la hidratación al final de la vida**

- Por qué su ser querido come cada vez menos: etapa normal del proceso
- La nutrición artificial al final de la vida: qué dicen los cuidadores
- Proponer sin insistir: pequeños placeres gustativos posibles
- La hidratación: lo que se recomienda, lo que alivia

**Lección 3 - La comunicación cuando las palabras se vuelven difíciles**

- Cuando su ser querido ya no habla mucho: permanecer presente sin forzar
- Lo que puede decir sin respuesta: su ser querido escucha hasta el final
- El tacto, la música, la lectura: puentes relacionales valiosos
- Cosas importantes que decir: perdón, amor, gratitud

**Lección 4 - Los últimos días y las últimas horas**

- Los signos que indican que el final está cerca: cambios físicos a conocer
- Estar presente sin esperar: no siempre estará allí en el momento exacto
- Lo que su ser querido siente en las últimas horas: serenidad a menudo
- Después del fallecimiento: las primeras horas, tomarse el tiempo

**Lección 1 - Lo que usted también está atravesando**

- El duelo anticipado: llorar a alguien que aún está aquí
- El agotamiento del cuidador: noches difíciles, tensión permanente
- La culpa: desear que esto termine, no estar suficientemente presente

- Todas estas emociones son normales: no es un mal ser querido

## Lección 2 - Gestionar su propio agotamiento

- Dormir, comer, salir: las bases que no hay que sacrificar completamente
- Organizar rotaciones de presencia con otros familiares o voluntarios
- Los equipos de paliativos apoyan también a las familias: solicítelos
- Tomar aire sin culpa: estará más presente después de un momento para usted

## Lección 3 - Encontrar apoyo

- Los equipos de paliativos: médico, enfermera, psicólogo — todos para usted también
- Asociaciones de cuidados paliativos: voluntarios, apoyo a familias
- El apoyo psicológico de urgencia: no esperar después del fallecimiento
- Hablar con quien ha vivido lo mismo: grupos de duelo y acompañamiento

## Lección 4 - Preparar el duelo antes del fallecimiento

- Lo que puede hacer ahora que le ayudará después: recoger recuerdos, palabras
- Decisiones prácticas a anticipar: funerales, trámites administrativos
- Preparar a los niños y al entorno para el fallecimiento inminente
- Tiene derecho a prepararse para vivir después: no es una traición

## MODULE 4

## El duelo tras el fallecimiento

4 lecciones

### Lección 1 - Comprender el proceso de duelo

- El duelo no es lineal: olas de tristeza, momentos de respiro, retrocesos
- Las diferentes formas del duelo: tristeza, alivio, culpa, ira — todo es normal
- El duelo del cuidador: una forma específica, a menudo más compleja
- Lo que puede complicar el duelo: duelo traumático, no resuelto, aislamiento

### Lección 2 - Los primeros meses tras el fallecimiento

- El periodo inmediato: los trámites, el vacío, la irrealidad
- Los aniversarios y las primeras veces sin su ser querido: anticiparlos
- El regreso al trabajo y a la vida social: a su ritmo, sin presión
- Los niños en duelo: cómo acompañarlos en las semanas siguientes

### Lección 3 - Encontrar apoyo en el duelo

- Los grupos de duelo: qué se hace allí, por qué es útil
- El apoyo psicológico en el duelo: cuándo consultar, cómo encontrar al profesional
- Las asociaciones de duelo: JALMALV, asociaciones de paliativos, grupos confesionales
- El entorno que no sabe qué decir: cómo decirle lo que necesita

### Lección 4 - Reconstruirse después

- El duelo no significa olvidar: construir una nueva relación con la memoria
- Recuperar el gusto por vivir: una etapa normal y saludable, no una traición
- Reinvertir en proyectos, relaciones, una vida — a su ritmo
- Lo que esta prueba le ha enseñado sobre usted y sobre lo que importa

## Modalidades pedagógicas

- Formación 100% en línea, accesible 24/7 desde cualquier dispositivo
- Contenidos pedagógicos: vídeos, fichas prácticas, testimonios, ejercicios de reflexión
- Ritmo libre y adaptado a su disponibilidad y situación emocional
- Acceso durante 6 meses a todos los recursos de la formación
- Posibilidad de pausar y retomar la formación según sus necesidades
- Certificado de finalización de formación al completar el programa