

TRASTORNOS COGNITIVOS DESPUÉS DE UN ACV: MEMORIA, ATENCIÓN Y VIDA DIARIA

Formación destinada a las familias y seres queridos de una persona que ha sufrido un ACV

Comprender, adaptar y acompañar los trastornos cognitivos post-ACV en el día a día

Duración : 2 horas	Módulos : 4 módulos
Lecciones : 16 lecciones	Público : Familias y seres queridos de personas post-ACV
Formato : 100 % en línea, asincrónico	Organismo : N° 11757351875
Certificación : Qualiopi	Tarifa : Bajo presupuesto

www.dynseo.com/nos-formations | 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 que ha sufrido un ACV y presenta trastornos cognitivos. Después de un ACV, su ser querido olvida, pierde el hilo, tarda mucho más en hacer las cosas, no sabe por dónde empezar. Estas dificultades invisibles suelen ser mal comprendidas: se piensa que la persona no presta atención o no hace esfuerzos. Esta formación explica el origen neurológico de estos trastornos, su impacto concreto en el día a día, y proporciona a las familias estrategias prácticas para adaptar la vida en casa y apoyar la estimulación cognitiva sin crear presión.

Resumen de los módulos

MODULE 1	Comprender los trastornos cognitivos post-ACV	4 lecciones
MODULE 2	Adaptar la vida cotidiana	4 lecciones
MODULE 3	Estimular sin presión	4 lecciones
MODULE 4	Usted, como familiar	4 lecciones

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Comprender el origen neurológico de los trastornos cognitivos después de un ACV
- Identificar las funciones cognitivas afectadas y su impacto en la vida diaria
- Adaptar el entorno y la comunicación para compensar las dificultades
- Integrar la estimulación cognitiva en el día a día sin crear presión
- Reconocer y gestionar el agotamiento del cuidador
- Acceder a recursos y apoyo para acompañar a largo plazo

Información general

Duración	2 horas
Público objetivo	Familias y seres queridos de personas que han sufrido un ACV con trastornos cognitivos
Requisitos previos	Ninguno, formación accesible a todo público adulto
Tarifa	Presupuesto bajo demanda - IVA no aplicable (artículo 261-4-4° del CGI)
Certificación	Qualiopi - Certificado de finalización de formación
Organismo	DYNSEO - N° de declaración de actividad: 11757351875

Lección 1 - ¿Qué funciones cognitivas pueden verse afectadas?

- La memoria: inmediata, reciente y antigua
- La atención y concentración: dificultad para mantener el enfoque
- Las funciones ejecutivas: planificar, organizarse, decidir
- La velocidad de procesamiento: todo toma más tiempo

Lección 2 - ¿Por qué estos trastornos varían de una persona a otra?

- La localización de la lesión determina las funciones afectadas
- Dos ACV similares pueden tener perfiles muy diferentes
- Los trastornos pueden mejorar con el tiempo y la estimulación
- La evaluación neuropsicológica: para qué sirve y cómo utilizarla

Lección 3 - Lo que su ser querido vive con estos trastornos

- Frustración de saber que se olvida sin poder controlarlo
- Vergüenza ante los olvidos repetidos frente a familiares
- Ansiedad relacionada con la anticipación de situaciones de fracaso
- Repliegue progresivo para evitar ser puesto en evidencia

Lección 4 - Distinguir trastornos cognitivos post-ACV y demencia

- Los trastornos post-ACV no significan Alzheimer
- Diferencias entre demencia vascular y secuelas de un ACV único
- Signos que requieren una consulta médica
- Importancia del diagnóstico preciso para el acompañamiento

Lección 1 - Acondicionar el entorno para compensar los trastornos

- Simplificar y organizar: cada cosa en su lugar habitual
- Ayudas visuales: listas, tablas, post-it, calendarios adaptados
- Reducir distractores: ruido, televisión, conversaciones simultáneas
- Las rutinas como sustituto de la memoria

Lección 2 - Adaptar su comunicación y sus solicitudes

- Una consigna a la vez: no encadenar instrucciones
- Dejar tiempo de procesamiento antes de volver a preguntar
- Reformular en lugar de repetir: cambiar las palabras
- No terminar las frases: dejar el esfuerzo aunque sea lento

Lección 3 - Las ayudas técnicas y digitales útiles

- Aplicaciones de recordatorio y agenda adaptadas a post-ACV
- Herramientas de estimulación cognitiva digitales (JOE)
- Cuadernos de memoria: anotar para no tener que recordar
- Relojes y teléfonos adaptados para trastornos cognitivos

Lección 4 - Gestionar las situaciones de fracaso con benevolencia

- Cómo reaccionar cuando su ser querido olvida algo importante
- No señalar cada olvido: preservar la autoestima
- Desdramatizar sin minimizar: encontrar el equilibrio
- Construir estrategias de compensación juntos

Lección 1 - ¿Por qué es importante la estimulación cognitiva?

- La plasticidad cerebral: el cerebro puede adaptarse después de un ACV
- La estimulación regular como herramienta de recuperación
- Diferencia entre estimular y evaluar: uno ayuda, el otro desanima

- Integrar la estimulación en la vida cotidiana sin convertirla en trabajo

Lección 2 - Las actividades que estimulan a diario

- Lectura, crucigramas, juegos de mesa adaptados
- La conversación como estimulación cognitiva natural
- Actividades manuales, cocina, jardinería: memoria procedimental
- La música: herramienta de estimulación poderosa y accesible

Lección 3 - Utilizar las herramientas digitales de estimulación

- Aplicaciones adaptadas al post-ACV (JOE)
- Instalar una rutina de estimulación digital sin restricciones
- Hacer juntos en lugar de dejar solo frente a la pantalla
- Adaptar la dificultad para permanecer en la zona de progreso

Lección 4 - Lo que no se debe hacer

- Probar la memoria para "ver si ha progresado"
- Corregir cada error delante de otras personas
- Comparar el rendimiento de una sesión a otra con ansiedad
- Abandonar la estimulación porque hubo resistencia una vez

MODULE 4

Usted, como familiar

4 lecciones

Lección 1 - El agotamiento relacionado con los trastornos cognitivos

- Repetir la misma información veinte veces al día: agotamiento real
- La soledad del cuidador cuando las conversaciones se vuelven difíciles
- La frustración de ver los progresos tan lentos
- Reconocer este agotamiento sin culpa: es la situación

Lección 2 - Adaptar sus propias expectativas

- La recuperación cognitiva toma tiempo: meses, a veces años
- Establecer objetivos realistas con el equipo de atención
- Valorar los pequeños progresos en lugar de centrarse en lo que falta
- Aprender a vivir con la incertidumbre sobre la recuperación final

Lección 3 - Encontrar apoyo

- Hablar con personas que entienden: asociaciones, grupos
- Apoyo psicológico para cuidadores de personas con trastornos cognitivos
- Profesionales de recursos: neuropsicólogo, asistente social, médico
- Plataformas de información fiables sobre trastornos post-ACV

Lección 4 - Anticipar el futuro con lucidez

- Evaluar regularmente la evolución con el equipo médico
- Anticipar las necesidades de ayuda humana si los trastornos persisten
- Conocer los dispositivos disponibles: MDPH, APA, servicios a domicilio
- Tomar decisiones importantes mientras su ser querido aún puede participar

Modalidades pedagógicas

- Formación 100% en línea, accesible 24/7 durante 6 meses
- Vídeos, infografías y documentos descargables
- Cuestionarios de autoevaluación al final de cada módulo
- Recursos complementarios: fichas prácticas, guías de adaptación
- Acompañamiento por correo electrónico en caso de preguntas
- Certificado de finalización de formación al completar el curso