

COMPRENDER LA ENFERMEDAD DE PARKINSON: GUÍA ESENCIAL PARA LOS FAMILIARES

Formación dirigida a familias y seres queridos de personas con enfermedad de Parkinson

Acompañar mejor comprendiendo la enfermedad en todas sus dimensiones

Duración : 2 horas	Módulos : 4 módulos
Lecciones : 16 lecciones	Público : Familiares y seres queridos de personas con Parkinson
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 proporciona a las familias una comprensión clara y accesible de la enfermedad de Parkinson en todas sus dimensiones. Parkinson es mucho más que temblores: afecta el movimiento, las emociones, la cognición, el sueño y la comunicación. Aprenderá a entender mejor lo que vive su ser querido, anticipar la evolución de la enfermedad y adaptar su acompañamiento en el día a día. Esta formación le da las claves para ayudar eficazmente preservando la calidad de vida de todos. Un recurso indispensable para transformar su rol de familiar en un acompañamiento informado y sereno.

Resumen de módulos

MODULE 1	Lo que realmente es la enfermedad de Parkinson	4 lecciones
MODULE 2	Los tratamientos — comprender para ayudar mejor	4 lecciones
MODULE 3	Vivir con Parkinson en el día a día	4 lecciones
MODULE 4	Usted, como familiar	4 lecciones

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Comprender los mecanismos de la enfermedad de Parkinson y sus síntomas motores y no motores
- Conocer los tratamientos farmacológicos y no farmacológicos y su impacto en el día a día
- Adaptar el hogar y el acompañamiento diario para mantener la autonomía y la seguridad
- Identificar los recursos de apoyo y preservar su propio bienestar como familiar cuidador

Información general

Duración	2 horas
Público objetivo	Familiares, cónyuges, hijos y seres queridos de personas afectadas por la enfermedad de Parkinson
Requisitos previos	Ninguno
Tarifa	Presupuesto a solicitud - 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 - Comprender la enfermedad sin jerga médica

- Lo que sucede en el cerebro: la dopamina, por qué falta y qué cambia
- Parkinson no es Alzheimer: confusiones frecuentes y sus consecuencias
- Una enfermedad progresiva pero muy variable de una persona a otra
- Lo que sabemos y lo que aún no sabemos sobre las causas

Lección 2 - Los síntomas motores — lo que ves a diario

- El temblor en reposo: por qué aparece y desaparece
- La rigidez: lo que su ser querido siente físicamente
- La lentitud de movimientos (bradiquinesia): no confundir con pereza
- El freezing: esos bloqueos repentinos al caminar que tienen explicación

Lección 3 - Los síntomas no motores — lo invisible de Parkinson

- Trastornos del sueño: agitación nocturna, pesadillas, somnolencia diurna
- Estreñimiento, trastornos urinarios y sudoración: síntomas molestos pero normales
- Hipotensión ortostática: por qué se siente mal al levantarse
- Dolor y fatiga: realidades subestimadas por el entorno

Lección 4 - Los estadios de la enfermedad — qué esperar

- Cómo evoluciona la enfermedad: progresiva pero impredecible
- Los estadios de Hoehn y Yahr en lenguaje accesible
- Lo que puede cambiar en los próximos años y lo que puede permanecer estable
- Por qué algunos días son mejores que otros: las fluctuaciones normales

Lección 1 - La levodopa y otros medicamentos

- Cómo funciona la levodopa: reemplaza la dopamina que falta
- Por qué la hora de toma es crítica: nunca retrasar sin consejo médico
- Los otros medicamentos: agonistas dopaminérgicos, IMAO-B y su papel
- Cómo ayudar a la adherencia sin ser intrusivo

Lección 2 - Comprender las fases ON y OFF

- Fase ON: el medicamento funciona, la movilidad es mejor
- Fase OFF: el medicamento se agota, rigidez y bloqueos regresan
- Cómo identificar la fase para adaptar su ayuda
- Por qué no sirve insistir en una actividad durante fase OFF

Lección 3 - Los efectos secundarios a conocer

- Las discinesias: movimientos involuntarios que aparecen en fase ON
- Alucinaciones relacionadas con medicamentos: cómo reaccionar
- Somnolencia súbita: riesgo real, precaución con la conducción
- Comportamientos impulsivos: reconocer y alertar al equipo médico

Lección 4 - Los tratamientos no farmacológicos

- Kinesioterapia: por qué es indispensable y cómo apoyar este trabajo
- Logopedia: voz, deglución, comunicación y su papel en Parkinson
- Estimulación cerebral profunda: qué es, para quién, qué cambia
- Actividades físicas beneficiosas: danza, tai-chi, natación con respaldo científico

Lección 1 - Adaptar el hogar para la seguridad y el confort

- Adaptaciones prioritarias: baño, escaleras, suelos, iluminación
- Marcadores visuales para ayudar a la marcha y prevenir el freezing
- Ayudas técnicas útiles: andador, cubiertos y ropa adaptados

- Dónde encontrar estas ayudas y cómo financiarlas

Lección 2 - Los momentos del día a día más delicados

- Por la mañana: rigidez al despertar, organización de la medicación
- Las comidas: lentitud, riesgo de atragantamiento, adaptar sin humillar
- Las salidas: preparar, anticipar el freezing, elegir los buenos momentos
- La noche: trastornos del sueño, agitación, cómo organizarse

Lección 3 - Mantener la autonomía sin hacer en lugar de

- Por qué ayudar demasiado rápido acelera la pérdida de autonomía
- Técnicas para guiar sin hacerse cargo: apoyo físico y ritmo verbal
- Valorar cada esfuerzo realizado solo: la autoestima como motor
- Preservar las actividades que aún puede hacer solo

Lección 4 - Estimular sin agotar – el buen equilibrio

- Estimulación cognitiva diaria: lectura, juegos, conversaciones, música
- Herramientas digitales adaptadas a Parkinson como JOE
- Actividad física adaptada: nunca dejar que se instale la sedentariedad
- Respetar la fatiga y los días malos sin abandonar la estimulación

MODULE 4

Usted, como familiar

4 lecciones

Lección 1 - Lo que usted vive, usted también

- El duelo progresivo de un ser querido que cambia lenta pero inexorablemente
- El agotamiento del cuidador en una enfermedad crónica de larga duración
- La culpa de no hacer lo suficiente o de ya no tener ganas
- La soledad frente a una enfermedad que el entorno comprende mal

Lección 2 - Encontrar apoyo

- Francia Parkinson: servicios, grupos de conversación, línea de escucha
- Grupos de cuidadores en línea y presenciales: por qué asistir
- Apoyo psicológico para familiares: acceder sin sentirse débil
- Profesionales recursos: asistente social, médico de cabecera, neurólogo

Lección 3 - Organizar los relevos y anticipar el futuro

- Servicios de ayuda a domicilio: implementarlos antes de estar agotado
- Centro de día Parkinson: respiro para usted, estimulación para su ser querido
- Anticipar necesidades futuras: MDPH, APA, alojamiento adaptado
- Hablar del futuro mientras su ser querido aún puede participar

Lección 4 - Cuidar la relación a pesar de la enfermedad

- Ser un ser querido antes que cuidador: preservar la relación afectiva
- Momentos a dos que no son momentos de cuidado
- La enfermedad de Parkinson no borra a la persona: lo que permanece intacto
- Encontrar sentido en este acompañamiento sin perderse

Modalidades pedagógicas

- Formación en línea accesible 24/7 desde cualquier dispositivo
- Vídeos pedagógicos con testimonios de expertos y familias
- Fichas prácticas descargables para el día a día
- Evaluación de conocimientos con certificado de finalización
- Acceso ilimitado durante 12 meses desde la inscripción