

REGRESO A CASA DESPUÉS DE UN ACV: ORGANIZAR Y LOGRAR EL REGRESO A CASA

Formación dirigida a las familias que preparan el regreso a casa de un ser querido después de un ACV

Anticipe, organice y viva las primeras semanas en casa con serenidad

Duración : 2 horas	Módulos : 4 módulos
Lecciones : 16 lecciones	Público : Familias y cuidadores de personas después de un 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 que están preparando o viviendo el regreso a casa de un ser querido después de un ACV. El regreso a casa a menudo se vive como un alivio, pero también como un momento de gran vulnerabilidad. Sin preparación, las primeras semanas en casa pueden ser agotadoras, desorganizadas y peligrosas. Esta formación ayuda a las familias a anticipar, a organizar el hogar, a implementar las ayudas necesarias y a gestionar las primeras semanas con serenidad para que este regreso sea un éxito para su ser querido y para usted.

Resumen de módulos

MODULE 1	Preparar el regreso antes de la salida del hospital	4 lecciones
MODULE 2	Amueblar el domicilio	4 lecciones
MODULE 3	Las primeras semanas en casa	4 lecciones
MODULE 4	Tener en el tiempo	4 lecciones

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Organizar el regreso a casa con anticipación y seguridad
- Adaptar el domicilio a las necesidades específicas después de un ACV
- Implementar las ayudas humanas y técnicas necesarias
- Gestionar las primeras semanas en casa con serenidad
- Establecer rutinas terapéuticas adaptadas
- Prevenir el agotamiento del cuidador
- Conocer los recursos y ayudas disponibles a largo plazo

Información general

Duración	2 horas
Público destinatario	Familias y cuidadores de personas que regresan a casa después de un ACV
Requisitos previos	Ninguno
Tarifa	Bajo presupuesto - IVA no aplicable (artículo 261-4-4° del CGI)
Certificación	Qualiopi - Certificado de finalización de la formación
Organismo	DYNSEO - N° de declaración de actividad: 11757351875

Lección 1 - Lo que hay que hacer antes de la salida — la planificación indispensable

- Solicitar una reunión de alta con el equipo de atención: lo que se debe obtener de ella
- Obtener el informe de hospitalización y comprenderlo
- Verificar que las recetas, las prescripciones de fisioterapia y de logopedia estén listas
- Organizar el transporte de regreso adaptado a las secuelas de su ser querido

Lección 2 - Evaluar las necesidades reales en el hogar

- La evaluación ergoterapéutica del domicilio: cómo solicitarla y a quién
- Liste honestamente lo que su ser querido puede hacer solo y lo que aún no puede hacer
- Evalúe su propia capacidad para asegurar el acompañamiento solo
- Anticipe las situaciones de riesgo: noche, fin de semana, su ausencia

Lección 3 - Las ayudas humanas a implementar antes del regreso

- Los servicios de ayuda a domicilio: cómo elegirlos, financiarlos, organizarlos
- El auxiliar de vida: rol, tarifas, financiación APA o PCH
- La enfermera a domicilio para los cuidados técnicos: prescripción y organización
- Las ayudas de la CARSAT, MDPH, cajas de jubilación: cómo beneficiarse rápidamente

Lección 4 - Los trámites administrativos a anticipar

- La solicitud de APA (Asignación Personalizada de Autonomía): quién tiene derecho, cómo solicitarla
- La MDPH para la PCH (Prestación de Compensación por Discapacidad) si su familiar está en edad activa
- La baja laboral del cuidador y el permiso de cuidador: sus derechos
- Las asociaciones locales que pueden ayudarle en estos trámites

Lección 1 - Los ajustes prioritarios para la seguridad

- El baño: barras de apoyo, asiento de ducha, alfombrillas antideslizantes — los indispensables
- Las escaleras: pasamanos, iluminación, alternativas si la escalera es peligrosa
- La habitación: cama adaptada, camino despejado, objetos accesibles, timbre de llamada
- Los suelos: eliminar las alfombras, los umbrales, los obstáculos en el desplazamiento

Lección 2 - Adaptar el espacio según las secuelas específicas

- Hemiplejía izquierda o derecha: adaptar la disposición según el lado afectado
- Trastornos visuales y heminegligencia: señalización, contrastes, posicionamiento de los objetos
- Trastornos cognitivos: simplificar, etiquetar, crear rutinas visuales
- Fatiga: crear espacios de descanso accesibles en cada habitación utilizada

Lección 3 - Las ayudas técnicas útiles en el día a día

- Las ayudas para vestirse: enfiladores, ganchos para botones, ropa adaptada
- Las ayudas para comer: cubiertos adaptados, platos con reborde, vasos pesados
- Las ayudas para desplazarse: andador, silla de ruedas, bastón — cómo elegirlos
- Dónde encontrar estas ayudas: farmacias, proveedores de material médico, asociaciones de préstamo

Lección 4 - Financiar las adaptaciones del hogar

- Las ayudas de la ANAH para los trabajos de adaptación de la vivienda
- La caja de jubilación y las mutuas: las ayudas desconocidas
- El crédito fiscal para los equipos de accesibilidad
- Cómo hacer evaluar los trabajos necesarios por un ergoterapeuta antes de gastar

Lección 1 - Las primeras 48 horas — gestionar el shock del regreso

- El regreso a casa puede desestabilizar a su ser querido: desorientación, emoción, fatiga
- Lo que es normal los primeros días: fatiga intensa, ansiedad, reclusión
- Lo que debe alertar: fiebre, confusión inusual, signos de ACV (protocolo FAST)

- Cómo organizarse usted mismo para estos primeros días: no hacer todo solo

Lección 2 - Organizar los cuidados y las citas médicas

- El cuaderno de seguimiento médico: cómo llevarlo y utilizarlo
- Las citas que no hay que perder: neurólogo, médico de cabecera, rehabilitadores
- Coordinar a los profesionales en casa: fisioterapeuta, logopeda, enfermera, asistente a domicilio
- Evitar la saturación de los primeros días: espaciar las intervenciones progresivamente

Lección 3 - Establecer nuevas rutinas

- Por qué las rutinas son terapéuticas después de un AVC: referencias, seguridad, economía cognitiva
- Construir juntos un planning del día adaptado a las capacidades actuales
- Integrar los cuidados, la estimulación y el descanso en un ritmo coherente
- Ajustar las rutinas progresivamente sin rigidificarlas

Lección 4 - Gestionar las primeras salidas y la reintegración social

- La primera salida del hogar: preparar, asegurar, no apresurar
- Las visitas de familiares: cómo organizarlas para que no sean agotadoras
- La reanudación progresiva de las actividades sociales: a qué ritmo y con qué precauciones
- Cuando su familiar quiere ir demasiado rápido: cómo frenar sin frustrar

MODULE 4

Tener en el tiempo

4 lecciones

Lección 1 - Lo que cambia en las semanas y meses siguientes

- La recuperación post-AVC: ¿a qué ritmo, hasta cuándo, qué se puede esperar?
- Los escalones y las recaídas aparentes: cómo atravesarlos sin entrar en pánico
- Reevaluar regularmente las necesidades de ayuda: lo que era necesario al principio puede evolucionar
- Ajustar las ayudas humanas y técnicas a medida que avanza la recuperación

Lección 2 - Prevenir su propio agotamiento

- Las señales de que te acercas a tus límites: reconocerlas a tiempo
- Organiza tu propio tiempo de recuperación desde el principio, no cuando estés al límite
- El respiro planificado: acogida diurna, vacaciones adaptadas, apoyos familiares
- Pedir ayuda es un acto de cuidado hacia tu ser querido, no un abandono

Lección 3 - Los recursos para mantener la duración

- Francia AVC y las asociaciones locales: servicios propuestos, grupos de conversación
- Las plataformas para los cuidadores: números de escucha, foros, recursos en línea
- El médico de cabecera como coordinador: no dudar en llamarlo para ustedes también
- Las formaciones para cuidadores: formarse para acompañar mejor y mantenerse mejor

Lección 4 - Considerar el futuro con lucidez y esperanza

- Lo que la ciencia dice sobre la recuperación a largo plazo después de un AVC
- Cuándo considerar una solución de alojamiento adaptado: los criterios para hablar de ello con tranquilidad
- Los proyectos posibles a pesar de las secuelas: viajes adaptados, nuevas actividades, asociaciones
- Testimonios de familias que han reconstruido una vida rica y satisfactoria después de un AVC

Modalidades pedagógicas

- Formación 100% en línea, accesible 24/7
- Vídeos pedagógicos, fichas prácticas descargables
- Cuestionarios de autoevaluación al final de cada módulo
- Acceso ilimitado durante 12 meses
- Soporte técnico y pedagógico por correo electrónico