

Cuidar en Casa

Formación online especializada para capacitar el cuidado de mayores y enfermos en el hogar

“Cuidar bien requiere herramientas, criterio y acompañamiento. Este programa ofrece formación práctica para mejorar la calidad del cuidado y prevenir la sobrecarga emocional”.

Sobre el programa

- 01 Cuidar bien**
Herramientas prácticas para acompañar con seguridad y criterio. Conocimientos básicos y herramientas prácticas para acompañar con seguridad, comprensión y criterio formado.
- 02 Vivir bien**
Promover bienestar, actividad y vida significativa. Estrategias, herramientas y consejos prácticos para una vida con sentido: activa, significativa y participativa.
- 03 Cuidarse para cuidar**
Prevención del desgaste y equilibrio emocional. Estrategias de prevención y autocuidado para crear relaciones satisfactorias.

Dirigido a

Equipos y personas con funciones de cuidado y acompañamiento en el hogar que buscan adquirir herramientas prácticas, mejorar la calidad del cuidado y fortalecer el bienestar comunitario.

Claustro

El claustro está formado por **siete especialistas de perfiles complementarios**: psicopedagogía, psicología clínica, neurorrehabilitación, enfermería, fisioterapia, trabajo social, nutrición y terapia ocupacional.

¿Cuándo?

Del 6 de octubre al 15 de diciembre de 2026. Horario: 16:30 a 18:00h

¿Cuánto?

450€ / persona

¿Cómo?

100% online
sesiones en directo + cursos a tu ritmo

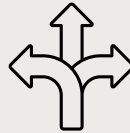
Metodología

El programa combina **10 sesiones en directo** los martes del primer trimestre, con acceso a **dos cursos online: Apoyo conductual positivo (familias) y Actividades con sentido para una vida plena** del Campus Virtual de IDEA, para que cada persona avance a su ritmo



Formación en directo

10 sesiones online con especialistas.



Aprendizaje flexible

Cursos online y materiales digitales.



Aplicación práctica

Herramientas y recursos para el cuidado cotidiano.

Programa

Bloque 1 CUIDAR BIEN

Dependencia y recursos
Reeducación conductual
Alimentación adaptada
Cuidados básicos de enfermería

Bloque 2 VIVIR BIEN

Ejercicio físico adaptado
Psicoestimulación
Ocio y vida comunitaria

Bloque 3 CUIDARSE PARA CUIDAR

Prevención del burnout
Equilibrio emocional
Impacto del cuidado en la convivencia

Quiénes somos

Campus by IDEA y CEICID comparten una visión del cuidado centrada en la persona, promoviendo una formación práctica, humana y de calidad para responder a los desafíos actuales del cuidado en el hogar.