

**CURS: “MILLORA DE LES CAPACITATS FÍSiques I PRIMERS AUXILIS
PER PERSONES DEPENDENTS 80H”**

TEMARI

1. Mobilitat de la persona dependent

- Principis anatòmics i fisiològics de suport i moviment del cos humà.
- Aparell locomotor.
- Patologies més freqüents de l'aparell locomotor.
- Biomecànica de les articulacions.

2. Ús de tècniques de mobilització, trasllat i deambulació

- Posicions anatòmiques.
- Tècniques i ajuts tècnics per a la deambulació, trasllat i mobilització en persones dependents.
- Tècniques per al posicionament en llit.
- Orientació a la persona dependent i els seus assistents principals.
- Foment de l'autonomia de la persona dependent i del seu entorn per millorar la seva mobilitat i estat físic.

3. Presa de les constants vitals

- Temperatura.
- Freqüència respiratòria.
- Pressió arterial.
- Freqüència cardíaca.
- Recollida de les constants.



4. Aplicació de tècniques de seguretat i primers auxilis

- Primers auxilis.
- Intoxicacions.
- Traumatismes. Embenats i immobilitzacions.
- Tècniques de reanimació cardiopulmonar.
- Cremades.
- Ferides i hemorràgies.
- Intoxicacions.
- Farmaciola d'urgències.
- Consultes a distància.
- Prevenció de riscos en l'entorn de la persona dependent.
- Mesures d'autoprotecció.
- Atenció especial a la prevenció de riscos laborals.