CURSO DE ATENCIÓN DOMICILIARIA Y ALIMENTACIÓN FAMILIAR

- **Nivel de cualificación profesional:** 2
- **Asociado a la Unidad de Competencia:** UC0251_2: Desarrollar las actividades relacionadas con la gestión y funcionamiento de la unidad convivencial.
- **Duración:** 100 horas

UNIDAD FORMATIVA 1: GESTIÓN, APROVISIONAMIENTO Y COCINA EN LA UNIDAD FAMILIAR DE PERSONAS DEPENDIENTES

- **DURACIÓN:** 60 HORAS

- **CAPACIDADES Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

C1: Elaborar el plan de trabajo en el domicilio, adaptando las actuaciones de intervención a las necesidades de la unidad convivencial.

CE 1.1. Enumerar los factores que determinan las necesidades y demandas que se deben cubrir en el domicilio.

CE 1.2. Describir las necesidades y demandas de apoyo domiciliario, en diferentes unidades convivenciales, teniendo en cuenta el número de componentes y las necesidades específicas de cada uno de ellos.

CE 1.3. Enumerar y secuenciar las tareas domésticas diarias que se han de realizar en el domicilio, en función de las necesidades detectadas y, si existe, de la adaptación del programa de intervención diseñado por el equipo interdisciplinar.

CE 1.4. Ante diferentes tipos de unidades convivenciales:

- Identificar las tareas que se deben realizar.
- Pautar su distribución a lo largo de un día/semana.
- Determinar si la secuencia establecida para la ejecución de las actividades, se ajusta a una buena rentabilización de tiempo y esfuerzos.
- Fomentar la participación de la persona en la realización de las actividades, para promover su autonomía, siguiendo las instrucciones del plan de actuación establecido.

C2: Aplicar procedimientos de administración y control de los gastos del domicilio, priorizando y racionalizando los mismos, en función de los ingresos y de las necesidades de cada miembro de la unidad convivencial.

CE 2.1. Describir los tipos de gastos ordinarios en una unidad convivencial tipo.

CE 2.2. Analizar diversa documentación relacionada con los gastos de la unidad convivencial: facturas (luz, gas, agua, teléfono), recibos (comunidad, contribución, entidades sanitarias, seguros,...).

CE 2.3. Analizar los gastos mensuales de diferentes unidades convivenciales, en función del número de componentes y de las necesidades y características de cada uno de ellos.

CE 2.4. Enumerar los factores que condicionan la distribución del presupuesto mensual de una unidad convivencial.

CE 2.5. En diferentes situaciones de administración y control de los gastos en un domicilio:

- Analizar la documentación relacionada con los gastos.
- Enumerar las partidas de gasto mensual.
- Establecer los parámetros que se han de tener en cuenta para la confección del presupuesto.
- Justificar la priorización de gastos.
- Efectuar la distribución de gastos más idónea.
- Comprobar el equilibrio entre ingresos y gastos.
- Implicar al usuario y/o cuidadores principales en todas las fases, fomentando su autonomía y respetando la autodeterminación, a su nivel.

CE 3: Efectuar la compra y colocación de alimentos, enseres y otros productos básicos de uso domiciliario.

CE 3.1. Enumerar los tipos de establecimientos y servicios destinados a la venta de productos de alimentación, limpieza, higiene y mantenimiento del domicilio, identificando sus características, ventajas e inconvenientes.

CE 3.2. Analizar la documentación publicitaria, tanto impresa como virtual, de diversos centros comerciales y servicios, identificando y seleccionando los productos más recomendables en su relación calidad/precio.

CE 3.3. Manejar diferentes sistemas de compra por Internet y por teléfono.

CE 3.4. Analizar el etiquetaje de diferentes productos de consumo y alimentos, interpretando la información que aportan e identificando los aspectos de interés a la hora de su selección.

CE 3.5. Identificar y justificar los lugares apropiados para la colocación y correcto almacenaje de los productos, teniendo en cuenta las características de los mismos, las condiciones de conservación y accesibilidad.

CE 3.6. En diversas situaciones planificación de la compra, ejecución, colocación y preparación para conservación y almacenaje de alimentos y productos para el hogar:

- Priorizar los productos que se deben adquirir en función de los parámetros establecidos en cada supuesto.
- Confeccionar la lista de la compra a partir de desiderata, comprobación de stock, folletos publicitarios impresos e Internet y efectuarla.
- Determinar la colocación de los diferentes productos en los lugares más adecuados para su conservación y posterior uso.

- Evaluar el ajuste del gasto a la previsión establecida.

- Implicar a la persona y/o cuidadores principales en todas las fases, fomentando su autonomía y respetando la autodeterminación, a su nivel.

C4: Aplicar las técnicas básicas de cocina para la elaboración de menús, en función de las características de los miembros de la unidad familiar.

CE 4.1. Interpretar recetas de cocina, adecuando las cantidades y los tiempos que se deben utilizar en función del número de comensales y sus necesidades específicas.

CE 4.2. Describir los métodos de conservación y procesado de alimentos.

Ce 4.3. Enumerar las condiciones higiénico-sanitarias que han de cumplir los productos destinados al consumo humano.

CE 4.4. Describir los procedimientos previos al cocinado: descongelado, cortado, pelado, troceado y lavado de los diferentes productos que integran la alimentación habitual en el domicilio.

CE 4.5. Explicar las técnicas culinarias básicas de aplicación a la cocina familiar: cocción, escaldado, hervido, fritura, estofado, asado,…indicando en cada caso: fases de aplicación, procedimientos y modos operativos, tiempos, menaje, utensilios y electrodomésticos que se deben utilizar y resultados que se obtienen.

CE 4.6. Preelaborar, preparar y conservar diferentes tipos de alimentos, confeccionando primeros platos, segundos platos y postres.

CE 4.7. Realizar limpieza y colocación de todos los materiales utilizados.

CONTENIDOS

1. Elaboración del plan de trabajo en la unidad convivencial

- Elementos que lo constituyen. Características. Procedimientos de elaboración.
- Factores que determinan las necesidades y demandas que hay que cubrir en el domicilio.
- Tareas domésticas diarias.
- Planificación del trabajo diario
- Aprecio por la planificación.

2. Aplicación de técnicas de gestión del presupuesto de la unidad convivencial

- Administración y control de los gastos de la unidad convivencial.
- Interpretación de la documentación de gestión domiciliaria: facturas, recibos,…
- Partidas de gasto mensual en el domicilio.
- Gastos ordinarios y extraordinarios.
- Distribución y equilibrio.
- Ajuste por porcentajes.
- Factores que condicionan la priorización de los gastos de la unidad convivencial.
- Precaución en el manejo del presupuesto doméstico.

3. Confección de la lista de la compra

- Factores que determinan
- Correspondencia con el presupuesto elaborado.
- Decisión de compra: consulta con el usuario y su entorno.

4. Compra y conservación de productos de uso común en el domicilio

- Tipos de establecimientos. Ventajas e incovenientes.
- Compra virtual y por teléfono.
- Análisis del etiquetaje.
- Sistemas y métodos de conservación de productos alimenticios en el domicilio.
- Conservación, procesado e higiene de los alimentos.
- Técnicas de procesado de los alimentos.
- Prevención y deterioro de alimentos.
- Métodos de conservación de alimentos.
- Limpieza y colocación de materiales de cocina.

5. Aplicación de técnicas básicas de cocina

- Menaje, utensilios y electrodomésticos.
- Recetas de cocina.
- Técnicas de preelaboración básica de alimentos.
- Elaboraciones elementales de cocina:
    - Vegetales
    - Hortalizas
    - Legumbres

    - Arroz
    - Pastas
    - Carnes
    - Pescados y mariscos
- Esquemas de elaboración y ejecución de platos tipo:
    - Ensaladas, potajes, sopas, consomés y cremas.
    - Entremeses y aperitivos.
    - Guarniciones culinarias. Clases y aplicaciones. Elaboración de guarniciones.

6. Higiene alimentaria

- Normativa higiénico-sanitaria
- Aditivos alimentarios
- Normativa vigente para los manipuladores de alimentos
- Riesgos para la salud derivados de una inadecuada manipulación de los alimentos
- Toxiinfecciones alimentarias
- Sustancias tóxicas de los alimentos
- Atención especial a las normas de higiene alimentaria.

UNIDAD FORMATIVA 2: MANTENIMIENTO, LIMPIEZA Y ORGANIZACIÓN DEL DOMICILIO DE PERSONAS DEPENDIENTES

- **DURACIÓN:** 40 HORAS
- **CAPACIDADES Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

C1: Realizar técnicas de limpieza, mantenimiento de la higiene y el orden y pequeñas reparaciones en el domicilio.

CE 1.1. Describir los riesgos derivados del manejo y uso de las instalaciones eléctricas en el domicilio, así como los medios de protección y seguridad que se deben utilizar.

CE 1.2. Explicar los tipos, manejo, riesgos y mantenimiento de uso de los electrodomésticos utilizados en la limpieza e higiene en el domicilio: lavadoras, secadoras, planchas, aspiradores,…

CE 1.3. Explicar las ayudas técnicas de aplicación domiciliaria: teleasistencia, su funcionamiento y utilidades.

CE 1.4. Seleccionar los productos de limpieza de suelos, superficies, enseres, mobiliario, ventanas y sanitarios.

CE 1.5. Explicar las técnicas de limpieza de suelos, superficies, enseres, mobiliario, ventanas y sanitarios.

CE 1.6. Describir los diferentes tipos de residuos y basuras que se generan en el domicilio, indicando su forma correcta de clasificación y posterior eliminación.

CE 1.7. Interpretar el etiquetado de las prendas de vestir y ropa de casa, clasificando la ropa en función de su posterior proceso de lavado.

CE 1.8. Describir las técnicas de lavado de ropa a máquina y a mano, señalando los diferentes programas y productos de lavado en función de las características de la prenda, del tipo de mancha y del grado de suciedad de la misma.

CE 1.9. Realizar las actividades de limpieza y mantenimiento del hogar:

- Efectuar la limpieza de suelos, superficies, enseres, mobiliario, ventanas y sanitarios, seleccionando los productos y materiales más idóneos en cada caso.

- Lavar diferentes tipos de prendas de vestir y ropa de casa; interpretar su etiquetado, clasificarla, efectuar el lavado eligiendo el programa más adecuado y proceder a la correcta colocación para su secado.

- Comprobar el correcto estado de las prendas, procediendo a su repaso: cosido de botones, bajos,…

- Planchar diferentes prendas, utilizando el programa correcto en función de las características y composición de la ropa.

- Colocar las prendas de vestir, ropa de casa, productos y materiales de limpieza, en los lugares destinados en cada caso.

- Realizar pequeñas reparaciones de montaje y mantenimiento de uso domiciliario: cambiar un enchufe, cambiar lámparas fluorescentes e incandescentes, montar un interruptor de la luz, ajustar griferías,…

- Implicar a la persona y/o cuidadores principales en todas las fases, fomentando su autonomía y respetando la autodeterminación, a su nivel.

CONTENIDOS

1. Aplicación de técnicas de limpieza del hogar

- Técnicas y productos de limpieza
- Limpieza de dormitorios y otras habitaciones
- Limpieza de cocinas y baños
- Limpieza de suelos y superficies
- Limpieza de enseres y mobiliario

- Limpieza especial de aparatos, ayudas técnicas y utensilios de atención a las personas dependientes.
- Clasificación y selección de residuos y basura del hogar (papel, vidrio, metales, bricks, orgánicos).
- Eliminación de medicamentos.
- Aprecio por la limpieza e higiene del hogar.

2. Aplicación de técnicas de lavado, repasado y planchado de la ropa

- Productos y materiales
- Mantenimiento de uso de lavadoras y secadoras.
- Colocación y limpieza de armarios.
- Precaución en el manejo de ropas y enseres domésticos.

3. Revisión y mantenimiento básico del domicilio

- Colocación y orden de artículos y enseres domésticos.
- Revisión de aparatos eléctricos y electrodomésticos.
- Cierre de puertas y ventanas.
- Uso de sistemas de alarma y telealarma.
- Uso de sistemas de teleasistencia y telefonía móvil: Funcionamiento. Utilidades. Servicios que presta.
- Mantenimiento básico de aparatos y ayudas técnicas.
- Fomento de la participación y autonomía del usuario.

4. Riesgos domésticos

- Riesgos de las instalaciones eléctricas domésticas
- Riesgos de los electrodomésticos
- Riesgos de las instalaciones de gas domésticas
- Atención especial a la prevención de accidentes en el hogar.

5. Teleasistencia

- Funcionamiento
- Utilidades y servicios que presta