

# O CONCELLO DE OUTES ORGANIZA UN CURSO DE MOBILIZACIÓN E CUIDADO DE PERSOAS DEPENDENTES

A acción formativa, de catro horas de duración, vai ter lugar o luns 17 de febreiro na Casa de Cultura (Serra de Outes).

O Concello de Outes, en colaboración coa Escola Galega de Saúde para Cidadáns –dependente da Consellería de Sanidade- organiza unha acción formativa sobre Mobilización e Cuidados de Persoas Dependentes (4h) que vai ter lugar o **luns día 17 de febreiro en horario de 16.30h a 20.30h**.

Esta acción formativa, de carácter **gratuíto**, está dirixida a persoas cuidadoras e cidadanía en xeral.

## Programa:

Cuidados en dependentes: Técnicas de mobilización de persoas con dificultade da mobilidade, prevención de caídas.

- **Hixiene postural:**

- Importancia da hixiene postural e repercusións dunha mala hixiene.
- Principais medidas de hixiene postural: en posicións estáticas e situacións dinámicas.

- **Técnicas de mobilización:**

- Características básicas dunha boa técnica de mobilización.
- Recomendacións a hora de aplicar unha técnica de mobilización.
- Tipos de técnicas:
  - Axuda a deambulación.
  - Trasferencia sedestación-bipedestación e viceversa.
  - Trasferencia sillón-silla e viceversa.
- Mobilización de encamados:
  - Xiros, izados e desprazamentos laterais na cama.
  - Sentarse o borde da cama.
  - Trasferencia cama (camilla) - silla (sillón) e viceversa.
- Técnicas para izarse dende o chan.
- Axudas técnicas a mobilización

## Profesorado:

- **Dolores Otero Fernández- Enfermeira da EOXI de Santiago.**

**As prazas son limitadas e asignaranse por orde de inscrición.**

Máis información e inscricións:

➤ **Servizo de Orientación Laboral do Concello de Outes**

Rúa da Capela nº 13 1º andar (Serra de Outes)

Teléfono: 981 851 094

Atención ao público: mércores, xoves e venres