

activiza!

activiza.es

Dossier

Cuidado sin sujeciones



Atención libre de sujetaciones: un cambio de paradigma

¿Cómo crees que se siente una persona que está sujeta y no se puede expresar? ¿Debemos seguir sujetando ante el peligro de caída o de agresión o debemos eliminar sujetaciones y poner el foco en una atención personalizada donde se trabaje desde la prevención?

Cuando hablamos de eliminación de sujetaciones, pensamos en la **dignidad de las personas y el derecho a su libertad de movimiento**.

Cada vez es más importante **acompañar a las personas y apoyarlas desde su historia de vida, conociéndolas y reconociéndolas**. Esto, nos ayudará a que en su día a día puedan sentir que tienen el **control de su vida**. Si usamos sujetaciones, estamos reduciendo la sensación de libertad y con ella, su capacidad de decisión.

Aunque es necesario garantizar la seguridad y calidad de vida de la persona y de quien convive con ella, existen pruebas que demuestran que el **sujetar a una persona no tiene mejoras en su salud, sino que tiene efectos secundarios perjudiciales** como úlceras por presión, incontinencia, ansiedad, alteraciones conductuales, pérdida de masa muscular...

Así, la **eliminación de sujetaciones es un aspecto clave para el cambio de mirada sobre cómo cuidamos, repercutiendo en el bienestar y calidad de vida de las personas**. Acompáñanos en esta formación hacia una cultura del cuidado sin sujetaciones.

Información del curso

-  Hasta 30 horas de formación
-  Fechas y horarios flexibles
-  Online, aula virtual o presencial
-  Actividades y caso práctico
-  Buenas prácticas y ejemplos
-  Materiales para profundizar
-  Bonificable por FUNDAE
-  Diploma acreditativo

[Solicitar presupuesto](#)

¿Quieres bonificar la formación?

Ponte en contacto con nosotros.
¡Gestionamos todo el proceso gratis!

Objetivos

- ✓ Revisar la evolución del uso de sujetaciones a lo largo de los años.
- ✓ Sensibilizar sobre el impacto de las sujetaciones en la calidad de vida de las personas.
- ✓ Clarificar conceptos clave relacionados con el uso y eliminación de sujetaciones.

Qué aprenderás a lo largo de esta formación

- ✓ Descubrir y utilizar alternativas a las sujetaciones en el día a día de los centros.
- ✓ Conocer el proceso, las etapas y las herramientas para la eliminación de sujetaciones desde el enfoque ACP.
- ✓ Aprender a elaborar un protocolo de eliminación de sujetaciones.

Contenidos

Qué temas y contenidos desarrollaremos en el curso

Módulo 1. De qué hablamos cuando hablamos de sujetaciones

- Tema 1. Contextualización y conceptos clave
- Tema 2. Consideraciones éticas en el cuidado sin sujetaciones
- Tema 3. Impacto de las sujetaciones en la calidad de vida de las personas

Módulo 2. Avanzando hacia una cultura del cuidado sin sujetaciones

- Tema 1. Hacia una personalización de los cuidados sin sujetaciones
- Tema 2. Fomento de la autonomía e independencia
- Tema 3. Transformación de roles y equipos profesionales

Módulo 3. Alternativas a las sujetaciones

- Tema 1. Medidas alternativas a las sujetaciones y manejo de caídas
- Tema 2. Influencia de las familias y el entorno en la eliminación de sujetaciones
- Tema 3. Cuando el uso de sujetaciones es necesario

Módulo 4. Plan de acción para el buen cuidado sin sujetaciones

- Tema 1. Etapas del proceso de eliminación de sujetaciones
- Tema 2. Herramientas y consideraciones a tener en cuenta
- Tema 3. Cómo elaborar un protocolo de eliminación de sujetaciones

Caso práctico

Por qué es necesario ofrecer un cuidado libre de sujetaciones

1 Protege la dignidad y derechos de las personas

Las sujetaciones limitan la libertad de movimiento de las personas, lo que puede ser una violación de su dignidad y derechos. Las personas tienen derecho a moverse libremente, a participar en las actividades de la vida diaria y a tomar decisiones sobre su propio cuidado.

2 Mejora la salud y bienestar de las personas

Las sujetaciones pueden producir lesiones físicas, como úlceras por presión, incontinencia y pérdida de masa muscular. También pueden causar problemas psicológicos como ansiedad, depresión y aislamiento social.

3 Mejora la calidad de la atención proporcionada

La atención sociosanitaria debe estar centrada en la persona y centrada en la participación. El uso de sujetaciones limita la capacidad de comunicación y participación de las personas, lo que conlleva una pérdida de independencia y una disminución de la calidad de vida.

4 Crea un entorno más seguro y hogareño

Los centros sociosanitarios deben ser entornos seguros y asemejarse lo máximo posible a un hogar. Las sujetaciones pueden crear un ambiente de miedo y tensión para las personas que están sujetas y para las que las cuidan.

5 Pronto será un requisito legal en toda España

El Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 ha aprobado una estrategia para la eliminación de sujetaciones en residencias de mayores en 2025. Por ejemplo, Galicia ya ha puesto en marcha un plan piloto en varios centros residenciales y la Comunidad de Madrid ya exige según el Acuerdo Marco, 30 horas de formación en medidas alternativas a las sujetaciones.

6 Reduce los costes

Las sujetaciones pueden ser costosas, tanto en términos de recursos financieros como de recursos humanos. Según un estudio publicado en la revista "Journal of the American Geriatrics Society", la retirada de sujetaciones en residencias de personas mayores puede suponer un ahorro de entre un 10% y un 20% en los costes de atención.

Por qué Activiza

5 razones para formarte con nosotros

Especialistas en buen cuidado

Llevamos **más de 12 años** acompañando a equipos profesionales y organizaciones en el cambio hacia una cultura de buen cuidado centrado en las personas.

+12

años de experiencia en el sector de los cuidados

+250

organizaciones han confiado en nosotros

+8.000

profesionales formados en España y Latinoamérica

Por y para profesionales

Todas nuestras formaciones y materiales son desarrollados por un equipo de profesionales con una **amplia experiencia y trayectoria en el sector de los cuidados** y el ámbito de las personas mayores.

Metodología práctica

Entendemos que la teoría solo tiene valor cuando se aplica. Por eso, nuestras formaciones están diseñadas con **actividades, dinámicas y casos prácticos**, para que puedas aplicar todo lo aprendido.

Formación multimodal y flexible

Fórmate en la modalidad que prefieras (teleformación, aula virtual o presencial). Además, tú **propones las fechas y horarios** que mejor se adapten a tu organización. Nos adaptamos a vuestro calendario y ritmo.

Formación bonificada

Todas nuestras formaciones pueden ser bonificadas hasta el 100% **si cumples los requisitos de FUNDAE**. Además, nos encargamos de gestionar todo el proceso de bonificación.

Preguntas frecuentes

Resolvemos tus dudas



¿A quién se dirige el curso?

Esta formación está dirigida a profesionales de dirección, equipos técnicos y personal de atención directa en residencias y centros de día que quieran iniciar un proceso de eliminación de sujeciones en sus centros y avanzar hacia una cultura del buen cuidado.

¿En qué modalidades está disponible?

Podrás realizar este curso en modalidad de teleformación (online y a tu ritmo), aula virtual (a través de una plataforma de videoconferencia) y en modalidad presencial (en el centro que solicites).

¿Cuánto tiempo dura el curso?

El curso tiene una duración estimada de 30 horas en la modalidad de teleformación y tendrás dos meses para completarlo. En las modalidades de aula virtual y presencial tiene una duración de 18 horas.

¿Cómo me inscribo?

Envíanos un correo a hola@activiza.es o llámanos al 611 044 938. Indícanos cuantas personas te gustaría formar, en qué modalidad y si vas a bonificar la formación. Prepararemos una solución adaptada a vuestras necesidades.

¿Se puede bonificar con FUNDAE?

Si quieres bonificar la formación, ponte en contacto y nosotros nos encargamos de todo. Gestionamos las matrículas, bonificaciones y realizamos el seguimiento del alumnado durante el curso ¡gratis!

¿Recibiré un diploma al finalizar?

Tras completar la formación, los alumnos/as recibirán un diploma que acredita la realización de la acción formativa indicando el nº de horas y contenidos de la formación.

activiza!

activiza.es | hola@activiza.es | 611 044 938

