¿Cómo lo hacemos?

Son talleres presenciales y prácticos con un **máximo de 20 plazas** y una duración de **hora y media cada uno,** dirigidos a personas cuidadoras no profesionales.

Para facilitar la asistencia existe la posibilidad de solicitar servicio de ayuda a domicilio gratuito de forma temporal durante el tiempo necesario para asistir el taller.

Fecha: 23 y 30 de noviembre de 2026

Horario: De 17:30 a 19:00h.

Lugar: Biblioteca del Centro de Salud Tomelloso I. Calle Airén, 3.

Imparte: Enfermeras Centro Salud Tomelloso I

Inscripción:

Presentar esta **instancia del 22 de octubre al 16 de noviembre 2026** ambos incluidos en el Registro del Ayuntamiento, en su sede electrónica: **www.tomelloso.es** o en el Centro Municipal de Servicios Sociales, calle García Pavón, 15.

Contacto:

- **Centro de Servicios Sociales**

Telf.: 926528801. Ext: 1417-1431

centrosocial@aytotomelloso.es

- **Asociación Parkinson Tomelloso**

Telf.: 926 50 54 68

parkinsontomelloso@gmail.com

ESCUELA DE CUIDADORES

TALLER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS Y SIGNOS DE ALARMA EN PERSONAS DEPENDIENTES



Tomelloso AYUNTAMIENTO

Parkinson tomelloso

GIT Gerencia de Atención Integrada de Tomelloso

Castilla-La Mancha

Los cuidados de una persona dependiente tienen una relevancia especial, con estos dos talleres os ayudaremos a prevenir complicaciones que se asocian a la dependencia y la inmovilidad. También a detectar signos que nos pueden avisar de que alguna situación requiere consultar con un profesional sanitario.

Tu bienestar es la base para seguir ofreciendo el mejor cuidado.

Objetivos:

1. Detectar precozmente los signos de atragantamiento y lesiones en la piel para evitar complicaciones graves en el entorno domiciliario.

2. Aprender a ejercitar los primeros auxilios ante situaciones de emergencia por atragantamiento, aplicando correctamente la maniobra de Heimlich.

3. Dominar las técnicas de posicionamiento, rotación postural y alivio de presión para mantener la piel protegida y prevenir hasta el 95% de las úlceras por presión.

4. Adquirir pautas prácticas e higiénico-dietéticas (adaptación de texturas, cuidados de la piel y soporte nutricional) que faciliten el cuidado diario y reduzcan la sobrecarga emocional de la cuidadora.

Contenidos:

Taller 1: Prevención de atragantamientos. Actuación de Urgencia y Broncoaspiración.

Aprenderemos cómo detectar la dificultad para tragar (disfagia) y señales de alarma durante la comida. También medidas preventivas diarias como adaptación de líquidos con espesantes, dietas de consistencia segura y posturas de protección.

Taller 2: Prevención de Úlceras por Presión (UPP)

Conoceremos las causas y zonas vulnerables, aprenderemos técnicas de movilización y alivio de presión, también repasaremos los cuidados básicos de la piel y la importancia de la nutrición.

ESPACIO RESERVADO A LA ADMINISTRACION

FICHA DE INSCRIPCIÓN

EXPONE:

D./DÑA_____NIF.:_____

CALLE:_____Nº_____

LOCALIDAD: _____Telf.:_____

Que reuniendo los requisitos exigidos en la convocatoria del PROYECTO: ESCUELA DE CUIDADORES: **TALLER DE PREVENCIÓN DE RIESGOS Y SIGNOS DE ALARMA EN PERSONAS DEPENDIENTES**, organizado por el Centro Municipal de Servicios Sociales, Centro Salud Tomelloso I y la Asociación de Parkinson.

SOLICITA:

Sea admitida esta solicitud al objeto de ser seleccionado/a para poder participar en el mismo.

_____ Necesita Servicio de Ayuda a Domicilio que facilite la asistencia.

Tomelloso, a de 2.026

Firma:

SR. ALCALDE- PRESIDENTE DEL EXCMO. AYUNTAMIENTO DE TOMELLOSO

El Ayuntamiento de Tomelloso, como responsable del tratamiento y en cumplimiento de la normativa de Protección de Datos de Carácter Personal, le informa que tratamos sus datos de carácter personal para gestionar su solicitud, contando con las medidas de seguridad necesarias para garantizar la seguridad de sus datos. Igualmente le informamos que sus datos de carácter personal no serán comunicados a terceras personas fuera de los supuestos habilitados legalmente. Tiene usted el derecho a acceso, rectificación, supresión, limitación, portabilidad y oposición de los datos, así como otros derechos, que puede ejercer dirigiéndose a la dirección del Ayuntamiento en Plaza de España, 1, CP 13700 Tomelloso (Ciudad Real) o bien a la siguiente dirección de correo electrónico lopgdd@aytotomelloso.es.