



## PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES

### CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN PARA LAS TRABAJADORAS Y TRABAJADORES

#### UNIDAD DE COMPETENCIA

**“UC2808\_3: Atender a personas adultas no dependientes con necesidades de cuidados en alimentación, medicación, higiene personal e interacción social, en su entorno cotidiano”**

#### LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES

Conteste a este cuestionario de **FORMA SINCERA**. La información recogida en él tiene **CARÁCTER RESERVADO**, al estar protegida por lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal.

Su resultado servirá solamente para ayudarle, **ORIENTÁNDOLE** en qué medida posee la competencia profesional de la “UC2808\_3: Atender a personas adultas no dependientes con necesidades de cuidados en alimentación, medicación, higiene personal e interacción social, en su entorno cotidiano”.

No se preocupe, con independencia del resultado de esta autoevaluación, Ud. **TIENE DERECHO A PARTICIPAR EN EL PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN**, siempre que cumpla los requisitos de la convocatoria.

Nombre y apellidos del trabajador/a: NIF:	Firma:
Nombre y apellidos del asesor/a: NIF:	Firma:

## INSTRUCCIONES CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO:

Las actividades profesionales aparecen ordenadas en bloques desde el número 1 en adelante. Cada uno de los bloques agrupa una serie de actividades más simples (subactividades) numeradas con 1.1., 1.2.,..., en adelante.

Lea atentamente la actividad profesional con que comienza cada bloque y a continuación las subactividades que agrupa. Marque con una cruz, en los cuadrados disponibles, el indicador de autoevaluación que considere más ajustado a su grado de dominio de cada una de ellas. Dichos indicadores son los siguientes:

1. No sé hacerlo.
2. Lo puedo hacer con ayuda.
3. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda.
4. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda, e incluso podría formar a otro trabajador o trabajadora.

<b>1: Facilitar la alimentación y la elaboración de preparaciones culinarias ocasionales de acuerdo con las necesidades y preferencias de la persona cuidada adulta no dependiente o de su entorno familiar, cumpliendo la normativa aplicable de higiene y manipulación alimentaria para contribuir a su bienestar.</b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
1.1: Ajustar las preparaciones culinarias las necesidades, preferencias de la persona cuidada adulta no dependiente, o en su caso, a las pautas establecidas por el personal sanitario, procurando una dieta saludable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.2: Preparar la elaboración culinaria, utilizando técnicas de manipulación y tratamiento de alimentos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.3: Revisar la posición de la persona cuidada adulta no dependiente, facilitando, en su caso, la incorporación y favoreciendo una postura que permita la ingesta de alimentos para prevenir atragantamientos y otros riesgos asociados.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.4: Efectuar las acciones de apoyo para la ingesta de alimentos y recogida de los enseres utilizados en la misma, teniendo en cuenta la autodeterminación, preferencias y costumbres de la persona cuidada adulta no dependiente, adecuando los tiempos y la higiene en el proceso.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.5: Limpiar los utensilios y equipos utilizados durante el proceso con los productos y métodos establecidos por la persona cuidada adulta no dependiente, o en su caso, por la persona responsable de su cuidado, manteniéndolos higienizados para una utilización posterior.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>1: Facilitar la alimentación y la elaboración de preparaciones culinarias ocasionales de acuerdo con las necesidades y preferencias de la persona cuidada adulta no dependiente o de su entorno familiar, cumpliendo la normativa aplicable de higiene y manipulación alimentaria para contribuir a su bienestar.</b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
1.6: Comunicar las posibles evidencias de malestar observadas en la ingesta de alimentos verbalmente a la persona cuidada adulta no dependiente o a la persona responsable de su cuidado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>2: Asistir a la persona cuidada adulta no dependiente en su higiene, cuidado de imagen personal, vestido y desvestido, atendiendo a la expresión de sus necesidades, preferencias y demandas, asegurando el respeto a su intimidad, autonomía, autodeterminación y dignidad personal, cumpliendo la normativa aplicable en materia de seguridad para mantener su bienestar personal.</b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
2.1: Llevar a cabo el aseo, higiene, vestido y desvestido e imagen personal, interaccionando con la persona cuidada adulta no dependiente durante el proceso, utilizando Equipos de Protección Individual (EPI), si procede.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.2: Efectuar la higiene personal (baño, lavado de cabello, higiene bucal, uso del inodoro, entre otros) y el cuidado de la imagen personal (maquillaje, afeitado, arreglado del cabello, cuidado de uñas, indumentaria, entre otras), así como el vestido y desvestido, en el lugar que la persona cuidada adulta no dependiente decida en función de sus preferencias y necesidades, y de la práctica a realizar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.3: Seleccionar los útiles y productos de aseo (máquina de afeitar, champú, cremas, perfume, entre otros) y las prendas para el vestido en función de la acción a realizar y las preferencias de la persona cuidada adulta no dependiente, asegurando su utilización conforme a las normas de uso, vigilando la higiene postural y ergonómica, tanto del/a profesional como de la persona cuidada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.4: Devolver los elementos y espacios utilizados, una vez finalizada la intervención, a su orden habitual o al establecido según preferencias y necesidades de la persona cuidada adulta no dependiente, para favorecer su posterior utilización.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>2: Asistir a la persona cuidada adulta no dependiente en su higiene, cuidado de imagen personal, vestido y desvestido, atendiendo a la expresión de sus necesidades, preferencias y demandas, asegurando el respeto a su intimidad, autonomía, autodeterminación y dignidad personal, cumpliendo la normativa aplicable en materia de seguridad para mantener su bienestar personal.</b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
2.5: Tomar las medidas para salvaguardar la intimidad de la persona cuidada adulta no dependiente en función del espacio disponible y las circunstancias concretas, preservando siempre su autodeterminación.				
2.6: Comunicar las posibles evidencias de malestar observadas en el aseo, higiene personal, vestido y desvestido de la persona cuidada adulta no dependiente, a la misma y/o, en su caso, a su entorno familiar para acordar una solución de forma conjunta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>3: Proporcionar apoyos a la persona cuidada adulta no dependiente en los traslados, para promover su autonomía en la movilidad, según las pautas recibidas de la misma, o en su caso, de la persona responsable de su cuidado, atendiendo a su seguridad, bienestar, y autodeterminación.</b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
3.1: Efectuar los apoyos a la movilización y los traslados, interaccionando con la persona cuidada adulta no dependiente durante todo el proceso y en función de sus demandas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.2: Utilizar los productos de apoyo para la movilización y traslados, garantizando la seguridad, comodidad y autodeterminación de la persona cuidada adulta no dependiente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.3: Llevar a cabo los cambios posturales y traslados, teniendo en cuenta el tipo de movimiento, la forma y el momento, respetando la autodeterminación de la persona cuidada adulta no dependiente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.4: Recoger los elementos utilizados en la movilización o traslado una vez concluida la operación, devolviendo todo a su estado original, para facilitar su uso posterior.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.5: Comunicar las posibles evidencias de malestar observadas o posibles incidencias en los traslados de la persona cuidada adulta no dependiente, verbalmente a la misma, asegurando la transmisión del mensaje.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>3: Proporcionar apoyos a la persona cuidada adulta no dependiente en los traslados, para promover su autonomía en la movilidad, según las pautas recibidas de la misma, o en su caso, de la persona responsable de su cuidado, atendiendo a su seguridad, bienestar, y autodeterminación.</b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
3.6: Realizar los apoyos a la movilización y los traslados tanto dentro del domicilio como en los espacios comunitarios, favoreciendo la interacción y la participación de la persona cuidada adulta no dependiente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>4: Facilitar la administración de medicación a la persona cuidada adulta no dependiente, en su caso, según sus necesidades y demandas para garantizar su estado de salud y de atención integral, siguiendo las pautas recibidas de la persona cuidada, de la persona responsable de su cuidado o, en su caso, del facultativo responsable.</b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
4.1: Asistir la administración de medicamentos por vía oral, rectal y tópica, dispensando las medicinas, potenciando la autodeterminación de la persona cuidada adulta no dependiente, garantizando las condiciones de higiene y, si fuera necesario, bajo supervisión del facultativo responsable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.2: Anotar el apoyo al registro de indicadores de salud y otras mediciones (tensión arterial, recogida de muestras, entre otros), en la hoja de seguimiento establecida, en su caso, para garantizar la continuidad del proceso asistencial.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.3: Utilizar los elementos y utensilios utilizados en la administración de medicamentos, y Equipos de Protección Individual (EPI), garantizando las condiciones de higiene y salubridad, siendo recogidos tras su uso.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.4: Comunicar las posibles evidencias de malestar observadas en la administración de medicación a la persona cuidada adulta no dependiente o a la persona responsable de su cuidado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>5: Acompañar a la persona cuidada adulta no dependiente en su lugar de residencia en situaciones de soledad o convalecencia para garantizar la respuesta a sus necesidades personales, sociales y educativas.</b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
5.1: Promover el conocimiento de la persona cuidada adulta no dependiente y de sus intereses, gustos, aficiones mediante la escucha activa y el diálogo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.2: Favorecer el acompañamiento de la persona cuidada adulta no dependiente mediante actividades lúdicas (juegos, lecturas, conversación sobre temas de interés, entre otras).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.3: Fomentar la autoestima y necesidades de afecto de la persona cuidada adulta no dependiente a través del diálogo, intercambio de conocimiento y experiencias.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.4: Prestar la atención personal, utilizando estrategias y técnicas como la escucha activa, la empatía, y con respeto a las preferencias y estilos comunicativos de la persona cuidada adulta no dependiente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.5: Anticipar la información acerca de la actividad que se va a realizar, ofreciendo posibles opciones con sistemas de apoyo a la comunicación, si fuera necesario.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>6: Propiciar la interacción social y la participación comunitaria mediante sistemas de apoyo a la comunicación acordados con la persona cuidada adulta no dependiente para el desarrollo y mantenimiento de sus habilidades de comunicación, relación y autodeterminación personal.</b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
6.1: Prestar el acompañamiento de la persona cuidada adulta no dependiente en las salidas fuera del lugar de residencia para realizar paseos, visitas culturales, participar en actividades sociales, educativas o deportivas, compras, visitas médicas, rehabilitación funcional, participación en actividades comunitarias o asociativas, entre otras, preservando la autodeterminación de la misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.2: Propiciar la participación de la persona cuidada adulta no dependiente en actividades comunitarias a partir del conocimiento de los recursos y oportunidades que ofrece el entorno informando de ello a la persona cuidada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>6: <i>Propiciar la interacción social y la participación comunitaria mediante sistemas de apoyo a la comunicación acordados con la persona cuidada adulta no dependiente para el desarrollo y mantenimiento de sus habilidades de comunicación, relación y autodeterminación personal.</i></b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
6.3: Estimular la motivación a la reanudación o la activación de relaciones sociales realizando propuestas progresivas de contacto social a través de actividades gratas y estimulantes para la persona cuidada adulta no dependiente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.4: Favorecer las relaciones intergeneracionales, contactando con grupos, entidades u organizaciones que reconozcan y reclamen la aportación de la persona cuidada adulta no dependiente en beneficio de la comunidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.5: Identificar las posibles evidencias de malestar o problemas observados en la interacción con la persona cuidada adulta no dependiente comunicándoselas a la misma, o en su caso, a la/s persona/s responsable/s.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>7: <i>Promocionar la autonomía personal de la persona cuidada adulta no dependiente en competencias digitales, garantizando sus respuestas a sus necesidades personales, sociales y educativas, así como en los espacios digitales.</i></b>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
7.1: Propiciar la participación de la persona cuidada adulta no dependiente en la adquisición de competencias digitales, a partir del conocimiento de recursos y oportunidades que ofrece el entorno digital.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.2: Estimular la motivación a la activación de las relaciones sociales, realizando propuestas progresivas de contacto social, a través de aplicaciones tecnológicas y actividades digitales, estimulantes y gratas para la persona cuidada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.3: Identificar las posibles evidencias de malestar o disconformidad observadas en la interacción digital con la persona cuidada adulta no dependiente comunicándoselo a la misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.4: Generar las medidas para salvaguardar la seguridad digital y protección de datos sensibles en el entorno digital, garantizando confianza en el entorno y facilitando la superación de barreras, para convertirlo en un recurso propio de la persona cuidada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

