SCSB17014

Asistencia en actividades básicas de la vida diaria para Persona Adulta Mayor

Duración: 28 horas

Sector: Salud, Cultura y Artesanías **Subsector:** Salud y Bienestar

Estándar de Cualificación:

0921-17-01-1 Asistencia integral para la persona adulta mayor

Competencias Específicas por evaluar:

CE1 Aplicar principios asépticos durante la asistencia de la persona adulta mayor, según normas de bioseguridad, lineamientos internacionales y el ordenamiento jurídico vigente nacional.
CE3 Aplicar procedimientos para la atención integral de la persona adulta mayor durante la realización de actividades básicas de la vida diaria, según su autonomía, necesidades, preferencias, por medio del cumplimiento de protocolos técnicos que incluyen los principios éticos bioéticos, el envejecimiento activo y el ordenamiento jurídico vigente nacional.

Unidad de Competencia por evaluar:

UC1 Ejecutar acciones para la prevención de riesgo laboral durante las actividades básicas, instrumentales y avanzadas de la persona adulta mayor, según el ordenamiento jurídico vigente.

La prueba de certificación de competencias se aplica, preferiblemente, en el lugar de trabajo de la persona candidata con la aprobación de la persona empleadora, o bien, en otro espacio que cumpla con las condiciones requeridas.

El tipo de evaluación de esta prueba es el marcado con ✓

Conocimiento

Consiste en responder una prueba escrita para comprobar que la persona candidata posee los conocimientos necesarios sobre el tema de la competencia que desea certificar.

Desempeño

✓ Consiste en realizar una actividad práctica mientras la persona evaluadora observa el desempeño de la persona candidata, para comprobar que aplica los conocimientos y habilidades requeridos para la competencia que desea certificar.

Evidencia histórica

Consiste en presentar documentos, certificados, trabajos, proyectos u otros resultados realizados antes de la evaluación, para comprobar la experiencia, los conocimientos o las habilidades relacionadas con la competencia que desea certificar.

Producto

Consiste en presentar un trabajo o resultado final para comprobar que cumple con los requisitos y estándares de calidad establecidos para la competencia que desea certificar.

Durante la evaluación, la persona candidata debe demostrar las siguientes capacidades

1. Ejecuta el protocolo de lavado de manos con técnica aséptica médica y uso de equipo de protección personal según los principios de bioseguridad.

2. Realiza limpieza y desinfección del entorno de acuerdo con los protocolos de la organización.

3. Asiste en las actividades básicas de la vida diaria (administración de alimentos, arreglo de la cama, higiene personal durante el baño asistido, baño en cama, acicalamiento, higiene bucodental, vestimenta, calzado, aseo genital y cambio de pañal) según técnicas y protocolos para la atención integral de la persona adulta mayor, principios de envejecimiento activo, gustos, preferencias y capacidades.

4. Realiza acciones para la promoción de la seguridad y prevención del riesgo en las actividades de asistencia de la persona adulta mayor.

5. Maneja de forma integral los residuos generados según la normativa nacional establecida.

6 Aplica técnicas de movilización y traslado según normas, principios de biomecánica corporal y autocuidado.

7 Completa bitácora de la atención en las actividades básicas de la vida diaria de la persona adulta mayor.

8 Interactúa con la persona adulta mayor de manera asertiva y respetuosa.

Requisitos para la certificación

Generales

- Edad mínima: 18 años.
- Certificado de Manipulación de Alimentos emitido por el INA o entes acreditados.

Infraestructura

- Establecimiento de larga estancia para persona adulta mayor con permiso de funcionamiento del Ministerio de Salud.

Equipo

- Cama.
- Silla de Baño.
- Equipo para la movilización de la persona adulta mayor: silla de ruedas y bastones.

Materiales

- Paños.
- Pinzas.
- Recipiente o riñón.
- Pañitos para aplicación del jabón o esponja.
- Ropa de cama (sábanas, cobija, almohadas).
- Ropa y zapatos para la persona adulta mayor.
- Equipo de protección personal (gorro, delantal, mascarilla y guantes).
- Artículos para la administración de los alimentos (plato, vaso, cuchara, tenedor, cubierto y servilletas).
- Artículos de aseo personal (jabón, champú, acondicionador, desodorante, crema hidratante, perfume, cortaúñas, prestobarba tijeras, pañales, toallas sanitarias, cepillo dental, pasta dental, enjuagues orales y gasas).

Otros



- Contenedores para residuos.
- Persona modelo para realizar procedimientos que no se lleven a cabo con las personas adultas mayores durante las actividades de asistencia.

Glosario



Actividades básicas de la vida diaria: son actividades básicas relacionadas con el cuidado personal necesarias para la vida diaria, como bañarse o ducharse, vestirse, comer, acostarse o levantarse de la cama, sentarse o levantarse de una silla, ir al baño, movilizarse dentro de la casa; entre otras.

Baño asistido: es la actividad básica de la vida diaria dirigida a mantener limpia la piel, el cabello, los dientes, las uñas y las mucosas de las personas que así lo requieran, asegurando la máxima seguridad para la persona.

Biomecánica corporal: es la función de todos los mecanismos del sistema musculoesquelético al momento de ejecutar algún movimiento o tarea.

Competencia específica: describe lo que una persona debe saber hacer para desempeñar satisfactoriamente una actividad profesional en un contexto determinado. Integra los conocimientos, las habilidades y las actitudes que se requieren para realizar esa actividad y responde a las necesidades del ámbito laboral y educativo.

Desinfección: proceso que elimina todos los microorganismos patógenos en los objetos inanimados, superficie de trabajo, pisos, paredes o equipos), con excepción las esporas bacterianas.

Equipo de Protección Personal: cualquier tipo de ropa, equipo o aparato que se usa para proteger a los trabajadores mientras realizan sus tareas; para los trabajadores en el campo de la atención médica, el equipo de protección incluye generalmente batas, protectores de la cara, guantes, máscaras para la cara e inhaladores.

Ergonomía: es el estudio de la adaptación de las máquinas, muebles y utensilios a la persona que los emplea habitualmente, para lograr una mayor comodidad y eficacia.

Establecimientos de larga estancia en modalidad hogar u otros: Son establecimientos tradicionalmente conocidos como Hogares de Ancianos. Tales establecimientos son de carácter privado, con o sin fines de lucro, en donde viven personas adultas mayores en forma permanente, en algunos casos, motivados por la carencia de recursos familiares para el cuido, o ante problemas de abandono familiar, social o económico. Los mismos, ofrecen servicios de higiene personal, apoyo en actividades de vida diaria, alimentación, rehabilitación, recreación, nutrición, estimulación mental y cuentan con personal capacitado, procurando brindar una atención integral y un ambiente de pertenencia y afecto.

Estándar de cualificación: documento oficial que establece lo que una persona debe saber, hacer, ser y convivir para desempeñarse de manera competente en un nivel de cualificación.

Higiene de las manos: lavado frecuente de las manos con agua y jabón por 20 segundos, o frotado de las manos con productos a base de alcohol (gels, enjuagues, espumas) que no requieren agua, para prevenir la propagación de enfermedades.

Higiene postural: es la postura correcta por adoptar al realizar un ejercicio estático (estar sentado) o dinámico (mover un objeto pesado). Consiste, en posicionarse y movilizarse correctamente para que la carga en la columna vertebral y la musculatura sea mínima.

Limpieza: empleo de un procedimiento fisicoquímico encaminado a arrastrar cualquier material ajeno al objeto que se pretende limpiar.

Mascarilla: máscara desechable para la cara que cubre la nariz y la boca, que se usa para prevenir la transmisión de bacterias.

Nivel de cualificación: nivel que permite identificar el grado de formación técnica que posee una persona para desempeñarse en una ocupación o área profesional. El Marco Nacional de Cualificaciones de la Educación y Formación Técnica Profesional de Costa Rica (MNC-EFTP-CR) establece cinco niveles de cualificación: Técnico 1, Técnico 2, Técnico 3, Técnico 4 y Técnico 5.

Principios asépticos: es el conjunto de procedimientos y actividades que se realizan con el fin de disminuir al mínimo la posibilidad de contaminación microbiana.

Residuos peligrosos: son aquellos que, por su reactividad química y sus características tóxicas, explosivas, corrosivas, radioactivas, biológicas, bioinfecciosas e inflamables, ecotóxicas o de persistencia ambiental, o que, por su tiempo de exposición, puedan causar daños a la salud o el ambiente. Asimismo, se consideran residuos peligrosos aquellos que el Ministerio de Salud, en coordinación con el Ministerio de Ambiente, Energía y Telecomunicaciones, defina como tales, así como los envases, empaques y embalajes que hayan estado en contacto con ellos. Se excluirán los envases, empaques y embalajes que hayan recibido previo tratamiento para su descontaminación según la reglamentación presente.

Residuos: material sólido, semisólido, líquido o gaseoso cuyo generador o poseedor debe o requiere deshacerse de él, y que puede o debe ser valorizado o tratado responsablemente.

Riesgo: es la posibilidad o probabilidad de que ocurra un daño a la salud de las personas, causado a través de accidentes, enfermedades, incendios, etc.

Unidad de competencia: describe las actividades de un puesto de trabajo que una persona debe realizar en un contexto laboral determinado. Constituye una desagregación de una competencia especifica de un estándar de cualificación, es decir, que a una misma competencia se asocian distintos puestos de trabajo.

Fuentes

Caja Costarricense de Seguro Social. (2012). Manual de Bioseguridad. Costa Rica: Dirección De Desarrollo De Servicios De Salud, Área De Regulación Y Sistematización Laboratorios Clínicos. [PDF]. https://www.binasss.sa.cr/bioseguridad.pdf

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). (2007). Appendix 1: Glossary of terms, in Interim pre-pandemic planning guidance: Community strategy for pandemic influenza mitigation in the United States. [PDF]. http://pandemicflu.gov/plan/community/community_mitigation.pdf

Gestión de Formación y Servicios Tecnológicos. (2024). Manual de terminología de la Formación Profesional del Instituto Nacional de Aprendizaje (DI GFST 16, Edición 03). INA: Costa Rica.

Marco Nacional de Cualificaciones de la Educación y Formación Técnica Profesional Costa Rica. (2025). Guía para la elaboración de Estándares de Cualificación (DI MNC 02, Edición 05). MNC-EFTP-CR: Costa Rica.

Marco Nacional de Cualificaciones para la Educación y Formación Técnica Profesional de Costa Rica. (2021). Estándar de cualificación Asistencia integral para la persona adulta mayor. [PDF]. https://bit.ly/3GnwgqO

Sistema de Información Jurídica. (2013). Reglamento General para la Clasificación y Manejo de Residuos Peligrosos N° 37788-S-MINAE. https://bit.ly/3zfPOfh