

**UF0125: Gestión, aprovisionamiento y cocina en la unidad familiar de personas dependientes**

Elaborado por: Virtudes Gimeno Gómez

Edición: 5.0

**EDITORIAL ELEARNING S.L.**

ISBN: 978-84-16275-03-8 • Depósito legal: MA 1481-2014

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra bajo cualquiera de sus formas gráficas o audiovisuales sin la autorización previa y por escrito de los titulares del depósito legal.

Impreso en España - Printed in Spain

# Índice

## UD1. Elaboración del plan de trabajo en la unidad convivencial

1.1. Elementos que lo constituyen. Características.	
Procedimiento de elaboración .....	9
1.2. Factores que determinan las necesidades y demandas	
que hay que cubrir en el domicilio .....	15
1.3. Tareas domésticas diarias.....	28
1.4. Planificación del trabajo diario.....	30
1.5. Aprecio por la planificación .....	35

## UD2. Aplicación de técnicas de gestión del presupuesto de la unidad convivencial

2.1. Administración y control de los gastos de la unidad convivencial.....	47
2.2. Interpretación de la documentación de gestión domiciliaria.....	51
2.3. Partidas de gastos mensuales en el domicilio.....	55
2.3.1. Gastos ordinarios y extraordinarios .....	60

2.3.2. Distribución y equilibrio .....	60
2.3.3. Ajuste por porcentajes .....	62
2.3.4. Factores que condicionan la priorización de los gastos de la unidad convivencial .....	70
2.4. Precaución en el manejo del presupuesto doméstico .....	77

### **UD3. Confección de la lista de la compra**

3.1. Factores que la determinan .....	89
3.2. Correspondencia con el presupuesto elaborado .....	98
3.3. Decisión de compra: consulta con el usuario y su entorno .....	100

### **UD4. Compra y conservación de productos de uso común en el domicilio**

4.1. Tipos de establecimientos. Ventajas e inconvenientes .....	111
4.2. Compra virtual y por teléfono .....	116
4.3. Análisis del etiquetaje .....	122
4.4. Sistemas y métodos de conservación de productos alimenticios en el domicilio .....	126
4.5. Conservación, procesado e higiene de los alimentos .....	133
4.6. Técnicas de procesado de los alimentos .....	142
4.7. Prevención del deterioro de los alimentos .....	144
4.8. Métodos de conservación de los alimentos .....	148
4.9. Limpieza y colocación de materiales de cocina .....	155

## UD5. Aplicación de técnicas básicas de cocina

5.1. Menajes, utensilios y electrodomésticos .....	167
5.2. Recetas de cocina .....	176
5.3. Técnicas de preelaboración básicas de los alimentos .....	178
5.4. Elaboraciones elementales de cocina.....	179
5.4.1. Los vegetales .....	179
5.4.2. Las hortalizas.....	180
5.4.3. Legumbres.....	186
5.4.4. El arroz.....	187
5.4.5. La pasta.....	190
5.4.6. Carnes .....	192
5.4.7. Pescados y mariscos .....	193
5.5. Esquema de elaboración y ejecución de platos tipos.....	196
5.5.1. Ensaladas, potajes, sopas, consomé y cremas.....	196
5.5.2. Entremeses y aperitivos .....	199
5.5.3. Guarniciones culinarias. Clases y aplicaciones.	
Elaboración de guarniciones.....	201

## UD6. Higiene alimentaria

6.1. Normativa Higiénico-Sanitaria .....	217
6.2. Aditivos alimentarios .....	225
6.3. Normativa vigente para los manipuladores de alimentos .....	231
6.4. Riesgos para la salud derivados de una inadecuada manipulación de alimentos .....	232
6.4.1. Toxiinfecciones alimentarias.....	244
6.4.2. Sustancias Tóxicas de los alimentos .....	247
6.5. Atención especial a las normas higiene .....	260
alimentaria.....	260

Área: servicios socioculturales y a la comunidad

# UD1

Elaboración del plan de  
trabajo en la unidad  
convivencial

**UF0125: Gestión, aprovisionamiento y cocina en la unidad familiar de personas dependientes**

- 1.1. Elementos que lo constituyen. Características. Procedimiento de elaboración
- 1.2. Factores que determinan las necesidades y demandas que hay que cubrir en el domicilio
- 1.3. Tareas domésticas diarias
- 1.4. Planificación del trabajo diario
- 1.5. Aprecio por la planificación

## 1.1. Elementos que lo constituyen. Características. Procedimiento de elaboración

Por unidad convivencial se entiende la unión de dos o más personas por matrimonio u otra forma de relación análoga a la conyugal, que residan o vayan a residir en el mismo hogar.

También se considera la unidad convivencial, a la unión por adopción o consanguinidad hasta el tercer grado (es decir, padres, madres, abuelos, tíos, sobrinos y hermanos) y de afinidad hasta el segundo (cuñados).

Por el contrario, no se estima que exista unidad convivencial cuando la cohabitation tiene lugar por razones de amistad o de conveniencia.

El plan de trabajo, son todas las intervenciones que se va a realizar tanto a nivel individual como en la unidad de convivencia. Éstas quedan recogidas y definidas en el plan de trabajo, en él se determinará la naturaleza de los casos, el proceso de la intervención para cada caso, definiéndose al mismo tiempo las funciones de la auxiliar.

### Elementos que lo constituye:

- Plan de intervención

Es uno de los elementos que constituye el plan de trabajo. Concretando el tema en el Servicio de Ayuda a Domicilio, la intervención que se defina tiene que tener carácter temporal, por lo que se han de plantear unos objetivos y unas estrategias en los que la situación que lo motivaron sea modificada y el servicio deje de ser necesario, por lo que tendremos que destacar que el plan de trabajo tiene que ser dinámico.

El plan de trabajo es el instrumento de punto de partida en el que se desarrolla la intervención de un modo organizado y siguiendo una metodología. El plan de trabajo permite reflexionar sobre aspectos como:

- Sobre quién se va intervenir y en qué se va a intervenir.
  - Qué objetivos se quieren alcanzar con esa intervención.
  - Qué recursos vamos a necesitar.
  - Qué actividades vamos a desarrollar.
  - Cuáles son las técnicas e instrumentos que vamos a utilizar.
- Elementos del Plan de trabajo

Los elementos que forman un plan de trabajo son:

- Objetivos

Los objetivos son la finalidad de nuestra intervención, es decir, qué es lo que queremos alcanzar con la acción que hemos determinado y planificado.

Los objetivos pueden ser:

- › Objetivos generales, consiste el alcanzar el estado final deseado, se alcanza a largo plazo.
- › Objetivos específicos, son fines más concretos y operativos y se alcanzan a corto plazo.

- Actividades

Las actividades vienen a ser los actos que llevan a la consecución de los objetivos. Los objetivos nos han permitido estructurar el trabajo, las actividades determinan lo que hay qué hacer, cómo, con qué medios, cuándo y por quién.

- Reparto de tareas

Es la fase en la que se decide cómo se va a distribuir el trabajo. Además se deciden los mecanismos a través de los que se coordinará la actuación, las funciones cada uno de ellos y cómo se van a relacionar

- Contrato

Uno de los instrumentos que pueden utilizarse para concluir el plan de acción es el contrato, aunque es una herramienta opcional.

Debe recoger una introducción general acerca de lo que pretende el servicio, incluyendo los derechos y deberes de los usuarios, los objetivos acordados, las actividades a realizar por cada uno de los implicados, los horarios y otros aspectos de interés.

- Seguimiento

Se llevará a cabo a mediante instrumentos de recogida de información. La auxiliar utilizará unas plantillas donde se reflejará su asistencia al domicilio, el horario, las tareas que desempeñan y otras observaciones.

El trabajador social utilizará fichas de seguimiento donde se refleja la intervención desarrollada en cada caso, centrada

más en aspectos cualitativos, como técnicas de intervención, evolución del usuario, etc.

El seguimiento en definitiva está enfocado hacia la comprobación de los resultados obtenidos a través de la aplicación de las estrategias y actuaciones recogidas en el plan de trabajo.

- Evaluación

Es una fase del método de intervención presente a lo largo de todo su desarrollo.

Los objetivos de la evaluación deben definir considerando aspectos como:

- › Determinar la idoneidad, la oportunidad y la viabilidad de un programa.
- › Determinar los logros y deficiencia del programa, localizando los factores que influyen positivamente o negativamente en la consecución de objetivos.
- › Facilitar el proceso de la toma de decisiones.

- › Aportar criterios para determinar qué actividades se deben de priorizar.
- › Poner de manifiesto las prácticas, metodológicas, técnicas y recursos más adecuados en función de los objetivos de la intervención.

La evaluación dentro del servicio de ayuda a domicilio, deberá ser continua y sumativa.

- › La evaluación sumativa

Hace referencia al estudio de los resultados y efectos de la intervención social, valorando el producto final. Investiga los efectos obtenidos y los compara con las necesidades de los usuarios.

- › La evaluación continua

Es en todo momento de la intervención.

La intervención de la auxiliar de ayuda a domicilio, va a tener un peso importante en cuanto a la evolución del proceso, los objetivos alcanzados, actuaciones idónea o no.

La evaluación del programa consistirá en valorar si se han conseguido o no los objetivos propuestos así como la eficiencia y eficacia del programa.

Se trata de ir valorando todas las fases anteriormente descritas, esta función será llevará a cabo todo el equipo interprofesional a través de distintos herramientas como:

- \ Las reuniones periódicas, el fin es estudiar y hacer un seguimiento de los casos
- \ A través de fórmulas de coordinación interna y externa.
- \ Análisis de recursos, etc.

De manera que éstas contengan todas las propuestas de reprogramación que mejore las insuficiencias que se pueden haber detectado en las intervenciones que se habían planteado.

## Características de los elementos

- Los objetivos
  - Tienen que ser claros, es decir, definidos en un lenguaje comprensible y preciso.
  - Realistas y alcanzables.
  - Relacionados con el /los problema/s a solucionar.
  - Coherentes, motivadores.
  - Participativos y concretos.
  - Proporcionado a los recursos disponibles.
- Las actividades
  - No son estáticas, sino que tienen que ser constantemente revisada.
  - Se definen en función de los resultados obtenidos.
- El contrato
  - Debe ser claro.
  - Determinado y posible.
  - Debe ser consensuado.
  - Debe ser legal.
  - Además de servir de instrumento de evaluación para conocer si está cumpliendo lo acordado o no.
- Evaluación
  - Es un proceso sistemático, organizado y planificado orientado hacia la determinación y la actividad.
  - Se apoya en un estudio de datos relevantes, válidos y fiables con objetos de valorar los resultados y sus efectos.

- Orienta la toma de decisiones y la planificación de intervención futuras.

## Procedimiento de elaboración

Con anterioridad al plan de trabajo se ha llevado a cabo por parte del equipo interdisciplinar un plan de intervención, basado en las siguientes fases, como mostramos en la tabla:

- Existe una demanda del Servicio.
- Investigación.
- Valoración y diagnóstico.

Que dará lugar a la planificación del Plan de trabajo.

## Plan de intervención:

Se entiende por plan de intervención, la actuación de los profesionales que se dirige hacia una serie de objetivos concreto.

Los elementos que posteriormente vienen a definir la intervención son:

- Demanda:

Que la expresa el usuario o viene derivada de otras instituciones sociales o sanitarias.

Demandas de los usuarios: información, orientación sobre recursos, gestión de recursos, prestaciones, asesoramiento técnico, desahogo o consejo, aceptación personal, refuerzo para la solución de un problema.

- Investigación:

Es la fase en la que se realiza un análisis profundo de la situación del individuo, identificando todas las variables que inciden en el problema, las relaciones que mantiene con su entorno, es decir, con su familia, con la comunidad, etc.

En esta fase el fin es conocer para delimitar las áreas de intervención y las personas y recursos que necesita esa persona.

- Valoración y diagnóstico:

Es la fase en la que se intenta comprender la situación del sujeto, las necesidades percibidas, las prioridades, los recursos con los que cuenta, los recursos institucionales y sociales que se relacionan con el caso y las posibles alternativas.

En esta fase el papel del auxiliar de ayuda a domicilio es fundamental, pues a través de su trabajo y su contacto diario con los usuarios son los que valoran los cambios que se van produciendo con su intervención.

## 1.2. Factores que determinan las necesidades y demandas que hay que cubrir en el domicilio

El Servicio de Ayuda a Domicilio tiene como finalidad la mejora de la calidad de vida y la promoción de la autonomía de las personas con el fin de facilitarles la permanencia en su medio habitual.

Por ello, el Servicio de Ayuda a Domicilio pretende conseguir los siguientes objetivos:

- Promover la autonomía personal en el medio habitual, atendiendo las necesidades de las personas con dificultades para la realización de las actividades básicas de la vida diaria.
- Prevenir y evitar el internamiento de personas que a través de este servicio, le permite permanecer en su medio habitual.
- Apoyar a las unidades de convivencia con dificultades para afrontar las responsabilidades de la vida diaria.
- Favorecer el desarrollo de capacidades personales y de hábitos de vida adecuados.
- Promover la convivencia de la persona en su grupo de pertenencia y con su entorno comunitario.
- Favorecer la participación de las personas y de las unidades de convivencia en la vida de la comunidad.

- Atender situaciones coyunturales de crisis personal o convivencial.
- Servir como medida de desahogo familiar apoyando a las personas cuidadoras en su relación de cuidado y atención.

### Equipo multidisciplinar

El desarrollo del Servicio de Ayuda a Domicilio requiere las intervenciones de profesionales de distintas disciplinas para posibilitar una actuación integral del mismo. Para el citado fin se contará con los siguientes profesionales que trabajarán en equipo:



### Trabajador Social

Sus funciones son las siguientes:

- Informar, orientar y asesorar a las familias sobre las prestaciones y recursos específicos existentes con relación al Servicio de Ayuda a Domicilio.
- Elaborar la documentación propia del Trabajador Social respecto a este Servicio.
- Recepcionar la demanda a través del SIVO y realizar valoración de la misma.

Los servicios de orientación, información, valoración y orientación (SIVO):

- Descripción:
  - › Responde a la Prestación Básica de Información, Valoración, Orientación y Asesoramiento.
  - › Pretende dar respuesta a la necesidad y al derecho que tienen los ciudadanos de estar informados y supone el primer nivel de atención de los Servicios Sociales Comunitarios.
  - › Proporciona a los ciudadanos, grupos o entidades la información y el asesoramiento técnico necesarios en orden a posibilitar su acceso a los recursos sociales existentes, orientando y analizando las demandas sociales planteadas.
- Objetivos:
  - › Promover el desarrollo de los Servicios de Información, Valoración y Orientación (S.I.V.O.) en todas las unidades de trabajo social.
  - › Desarrollar las metodologías propias de la atención directa e individualizada.
  - › Promover la utilización del Sistema de Información de Usuarios de Servicios Sociales (SIUSS) para la gestión de todos los programas previstos en la aplicación.
  - › Gestionar las Ayudas de Emergencia Social.
- Beneficiarios:
  - › Equipos Técnicos de los Servicios Sociales.
  - › Comunitarios de los Ayuntamientos.
  - › Usuarios de dichos Servicios.
- Participar junto al resto del equipo en la elaboración del plan de intervención, seguimiento y evaluación del mismo.
- Elaborar junto al equipo el contrato con el usuario, establecimiento del mismo entre los Servicios Sociales Comunitarios y la familia, así como comunicar cualquier modificación que se produzca en el plan de trabajo.

- Asumir las funciones propias del coordinador de este Servicio, si el equipo de Servicios Sociales Comunitarios de la zona no tuvieran establecido otro responsable.
  - Participar en la elaboración del proyecto de intervención para cada usuario (estudio y evaluación de la situación presentada y presentación de propuesta sobre el tipo de servicio, intensidad y personal a asignar a cada usuario).
  - Mantener la información, coordinación y seguimiento de los servicios externos del SAD.
  - Efectuar las consultas necesarias e informar periódicamente a los profesionales de los Servicios Sociales Comunitarios relacionados con el usuario.
  - Participar en la selección del personal del Servicio de Ayuda a Domicilio.
  - Participar en la Comisión de Admisión.
  - Presentar y conducir al auxiliar en el proceso de introducción del Servicio en el domicilio del usuario.
  - Efectuar el seguimiento y revisión periódica del desarrollo de los proyectos de intervención (sesiones de seguimiento con los auxiliares, relación periódica con los usuarios).
  - Efectuar propuestas a otras instancias (municipal o provincial) sobre: canalización de necesidades detectadas hacia otros proyectos, necesidades de formación del personal, aspectos organizativos y financieros que precisan ser mejorados.
  - Gestionar el presupuesto del Servicio de Ayuda a Domicilio.
  - Participar en la evaluación del Servicio de Ayuda a Domicilio y elaborar una Memoria anual.

### **Auxiliar de Ayuda a Domicilio**

Sus funciones serán las siguientes:

- Es la/el profesional encargada/o de aplicar el programa de intervención previamente elaborado por el equipo, realizando las tareas de carácter doméstico, personal y educativo con las orientaciones de los demás pro-

fesionales del equipo y cumplimentar la documentación propia de su actividad.

- Participará en el seguimiento, manteniendo informado a los miembros del equipo de las variaciones que puedan surgir en las circunstancias familiares y en el proyecto de trabajo establecido con cada usuario, así como en la evaluación formativa y final.



### **Educador**

Sus funciones serán las siguientes:

- Profesional que orientará sobre la adquisición y/o modificación de hábitos de convivencia que favorezcan y apoyen la socialización e integración del usuario.
- Formará parte de su cometido de trabajo la programación de actividades educativas específicas; el apoyo y orientación a la familia sobre sus funciones educativas y socializadoras; la conexión con las redes de servicio de la comunidad y la coordinación con las instituciones educativas

### **Psicólogo**

Sus funciones serán las siguientes:

- A petición del/la responsable del SAD, el psicólogo intervendrá en situaciones que precisen apoyo psicosocial y realizará una evaluación psico-

lógica del usuario o grupo familiar que posibilite un mayor conocimiento del caso.

- Realizará igualmente cualesquiera otras tareas que entren dentro de sus competencias profesionales: conducción de las intervenciones grupales, análisis de la dinámica del proceso de intervención y mediación en conflictos usuarios/profesionales.

### **Necesidades y demandas que cubrir en el domicilio**

Los criterios que permiten el acceso al Servicio de Ayuda a Domicilio son:

- Grado y nivel de dependencia reconocido en la resolución.
- Situación de discapacidad física, psíquica o sensorial.
- Dificultades personales especiales, previa valoración técnica de la situación psicosocial de la persona.
- Situación de la unidad de convivencia, previa valoración de su composición y grado de implicación en la mejora de su situación.
- Situación social previa valoración de la red de apoyo de la persona.
- Características de la vivienda habitual, previa valoración de las condiciones de salubridad y habitabilidad de la misma.

El procedimiento a seguir en todos los casos es el siguiente:

- Solicitud. Presentación en el Registro General del Ayuntamiento.
- Servicio Información, Valoración y Orientación: Estudio y derivación.
- SAD: Estudio y elaboración de una propuesta dirigida a la Comisión de Admisión, que debe incluir un proyecto individualizado de intervención.
- Comisión de Admisión:
  - Aprueba la propuesta y se inicia el proceso de intervención.
  - Aprueba la propuesta y se incorpora el expediente a lista de espera.
- Deniega la propuesta y se comunica al solicitante.