



Frecia Castañeda Costilla

C/ Cardenal Tedeschini N°7-9-11

CP. 08027 Barcelona

Telf. 600 395 937

Correo. freciacastanedacostilla@gmail.com

PERFIL PROFESIONAL

Persona cuidadosa con buenas habilidades y motivada para ofrecer un impacto positivo y ayudar a los residentes y/o usuarios a través de su apoyo experto.

Experiencia en servicios auxiliares y motivada para encontrar nuevas formas para mejorar las operaciones y el apoyo personalizado al detalle y con capacidad para ofrecer un trato esmerado.

APTITUDES

- Persona trabajadora y comprometida con las labores asignadas
- Capaz de propiciar un entorno donde los residentes se sientan seguros y activos.
- Persona resolutiva y ágil en toma de decisiones
- Grandes dosis de empatía para saber conectar con personas de diversos entornos
- Capaz de trabajar de forma

EXPERIENCIA LABORAL

03/2009 – 02/2021 Autónoma Barcelona

Cuidadora de personas mayores a domicilio

- Apoyo en las rutinas cotidianas como vestirse, comer, aseo y administración de la medicación diaria.
- Apoyo en la movilidad en caso de personas con silla de ruedas
- Apoyo emocional y planificación de actividades de ocio

07/2021 Centro de día “La Sagrera”

Cuidadora de adultos en la residencia.

- Atención sanitaria en curas, medicación y tratamientos.
- Elaboración de planes de acción personalizados con los demás profesionales del equipo
- Comunicación diaria entre los diferentes integrantes del centro
- Atención a las necesidades de los residentes en lo referente a la alimentación e higiene etc.

FORMACIÓN ACADEMICA

03/2021 Fundación Paco Puerto (Barcelona)

Formación profesional: Gerocultora sociosanitaria

Certificado de profesionalidad de atención sociosanitaria a personas dependientes en instituciones sociales