

# RITA LINA ESPINOSA

Calle via favencia 212 , 08042, Barcelona | 633612741 | ritaespinosa1963@gmail.com

**undefined:** 14/09/1963 | **Nacionalidad:** Cuba | **Estado Civil:** Soltera | 39533818S

## RESUMEN PROFESIONAL

Mi experiencia como cuidadora de ancianos tiene una responsabilidad muy grande , que es cuidar y ayudar a los adultos aplicando distintas técnicas y permitiendo así que mejoren su calidad de vida .

## HISTORIAL LABORAL

09/2022 - 12/2023

### Cuidadora de personas mayores a domicilio

**Cuidadora** - Barcelona , Barcelona

- Acompañamiento a la persona en sus desplazamientos diarios.
- Toma de temperatura, medición de la presión arterial y administración de medicamentos.
- Asistencia en las necesidades básicas de las personas a cargo.
- Asistencia en el aseo y la higiene personal del adulto mayor.
- Preparación de alimentos, siguiendo dietas adaptadas a sus necesidades.
- Mantenimiento del máximo posible de independencia y calidad de vida de la persona.
- Labores de apoyo en actividades domésticas.
- Ejecución de técnicas de movilización de la persona y apoyo en su traslado.
- Observación de las respuestas emocionales y de comportamiento de los pacientes.
- Mantenimiento de la limpieza básica de la vivienda.
- Seguimiento de los tratamientos y la medicación de los pacientes.
- Mantenimiento del orden y la limpieza en el hogar.
- Ayuda con las tareas del hogar, como limpiar, lavar la ropa y hacer las compras.
- Control y registro diario de las constantes vitales.

10/2020 - 07/2022

### Cuidadora de personas mayores

**Juan Antonio** - Barcelona , Badalona

- Asistencia en el baño, aseo, cambio de ropa y arreglo personal.
- Atención y cuidado integral a personas mayores en sus actividades diarias.
- Apoyo en tareas de comedor y en la alimentación de la persona mayor.
- Fomento de la autonomía y la independencia física y mental.
- Mantenimiento de las rutinas de la persona mayor para favorecer su bienestar.
- Detección de situaciones de emergencia y notificación inmediata.
- Búsqueda de actividades recreativas que

- Estimulación de la persona mediante ejercicios de psicomotricidad.
- Seguimiento de las indicaciones de familiares y personal médico en todo momento.
- Mantenimiento del orden y la limpieza en las dependencias de trabajo.

02/2017 - 07/2019

### **Cuidador de personas mayores a domicilio**

**Manuel dies** - Barcelona , Barcelona

- Toma de temperatura, medición de la presión arterial y administración de medicamentos.
- Asistencia en las necesidades básicas de las personas a cargo.
- Acompañamiento a la persona en sus desplazamientos diarios.
- Mantenimiento de la limpieza básica de la vivienda.
- Asistencia en el aseo y la higiene personal del adulto mayor.
- Preparación de alimentos, siguiendo dietas adaptadas a sus necesidades.
- Estímulo para la realización de tareas personales y sociales.
- Labores de apoyo en actividades domésticas.
- Ejecución de técnicas de movilización de la persona y apoyo en su traslado.
- Mantenimiento del máximo posible de independencia y calidad de vida de la persona.
- Apoyo a los pacientes en sus actividades diarias, como vestirse, comer e ir al baño.
- Contacto con médicos y familiares para conocer la condición del paciente y brindar el mejor cuidado.
- Control y registro diario de las constantes vitales.
- Mantenimiento del orden y la limpieza en el hogar.
- Asistencia a pacientes con la movilidad dentro y fuera del hogar.
- Seguimiento de los tratamientos y la medicación de los pacientes.
- Supervisión de la alimentación en pacientes con necesidades dietéticas especiales.
- Ayuda con las tareas del hogar, como limpiar, lavar la ropa y hacer las compras.
- Observación de las respuestas emocionales y de comportamiento de los pacientes.

### **FORMACIÓN**

1980

**Título de Bachillerato:** Maestra Bibliotecaria

**Rene fraga moreno** - Matanzas , Mata

### **APTITUDES**

- Me considero una persona amable , empatica ,alegre ,comprensiva ,atenta, responsable , asertiva ,respetuosa , puntal .discreta , y puntal y formal .