

CRISTINA Puentes



Datos personales

-  CRISTINA Puentes
-  cristinapuentes2017@gmail.com
-  097685530
-  Montevideo
13000 Montevideo

Competencias

- Responsable
- Resolver problemas
- Mantener la calma en el caos
- Puntualidad
- Liderazgo
- Tranquilidad
- Trabajar en equipo

Idiomas

ESPAÑOL, CASTELLANO

Perfil

Persona altamente responsable, con excelente comunicación y habilidades interpersonales, orientada a ofrecer apoyo integral y atención personalizada. Dispuesta a adaptarse a diferentes entornos laborales y a trabajar en equipo para lograr objetivos comunes.

Formación

- PRIMARIA** 1970 - 1970
RUBÉN DARIO, Montevideo
- 1° liceo** presente
LICEO 19, Montevideo

Experiencia

Cuidado de adulto mayor jun 2023 - oct 2024
Pons) Alexis Shool 094451546, Montevideo

- Proporcionar asistencia en la higiene personal y cuidado de la piel.
- Preparar y administrar medicamentos según indicaciones médicas.
- Acompañar al adulto mayor en actividades diarias y paseos.
- Realizar tareas de limpieza y mantenimiento del entorno.
- Ayudar en la alimentación y preparación de comidas balanceadas.
- Brindar compañía y apoyo emocional para reducir la soledad.

Portería y recepción dic 2022 - abr 2023
Telesca 094772503, Montevideo

- Portería y recepción de clientes locales de Peluquería.
- Recibir y orientar a visitantes y clientes de manera cordial.
- Atender llamadas telefónicas y transferirlas correctamente.
- Registrador visitas y gestionar permisos de entrada.
- Mantener la sala de recepción ordenada y limpia.
- Controlar el acceso de empleados y visitantes.
- Gestionar entregas y entregas de mensajería.

Cuidado de matrimonio mayor oct 2019 - nov 2021
CRISTINA Fernández 099892315, Montevideo

- Asistencia en actividades diarias como vestir, comer e higiene personal.
- Monitoreo de signos vitales y estado de salud.
- Administración de medicamentos según indicaciones médicas.
- Registro y reporte de cambios en la condición del adulto mayor.
- Apoyo en ejercicios de movilidad y rehabilitación.
- Manejo de tareas domésticas y mantenimiento del entorno seguro.

Empleada en gallería sep 1997 - sep 2004
Emitor. S.A, Montevideo

- Envasado, etiquetado, trabajo en cintas.
- Armado de estok y producción.
- Preparar y organizar materiales para el envasado.
- Operar maquinaria de envasado y cinta transportadora.
- Verificar la calidad de los productos envasados.