

María NÚÑEZ



📞 094 638 277

✉️ marianunezmanresa@gmail.com

📍 Centro de Montevideo

SOBRE MÍ

Me considero una persona sumamente responsable y honesta, con ganas continuas de superarse y aprender. Puedo adaptarme a cualquier ambiente, y me gusta trabajar en equipo siempre con proactividad y profesionalidad. También soy una persona que soluciona los problemas con rapidez y lo hace con gran dedicación y motivación. Me gusta ofrecer un trabajo integral, creando una buena experiencia. Dentro de mis valores se encuentra el respeto, la solidaridad, la igualdad, la empatía.

EXPERIENCIA LABORAL

Cuidado de adulto mayor

Particular - Montevideo

2025

- Aseo del paciente y de su cama
- Control y administración de medicación
- Darle de comer
- Apoyo en la movilidad del paciente
- Apoyo de la fisioterapeuta cuando era necesario
- Comunicación con los diversos médicos y enfermeras
- Control de suero y vías
- Colaboración en las tareas diarias como comer, vestirse, etc.

Jefa de limpieza

Hotel Ferrodinario - Cuba

2023-2025

- Limpieza de las habitaciones.
- Limpieza de espacios públicos.
- Control de calidad de las habitaciones.
- Control de que los artículos de las habitaciones estén en buen estado.
- Control de asistencia y puntualidad de los colaboradores.
- Control del cuidado del uniforme de los colaboradores.
- Planificación de turnos
- Motivación y guía del equipo a cargo
- Hablar con el equipo, el jefe y el cliente
- Coordinación con otros departamentos para organizar la limpieza de áreas específicas o eventos.
- Investigación y resolución de quejas relacionados con la limpieza

Moza

Bar Asche – Cuba

2022

- ·Acondicionamiento del lugar.
- ·Limpieza y orden del local, mesas y asientos.
- ·Recibimiento de los clientes.
- ·Preparación de los pedidos.
- ·Atención a los clientes.
- ·Envío de pedidos a la cocina.
- ·Ingresar pedidos al sistema.
- ·Preparación de tragos.
- ·Conocimiento del menú y la disponibilidad de este.
- ·Organización y ubicación de los productos en el depósito.

Ayudante de cocina

La Arboleda – Cuba

2023- 2024

- ·Preparación de platos de comida.
- ·Preparación de postres.
- ·Limpieza de cocina.
- ·Aceptación de pedidos.

Cuidadora de adultos mayores

Centro de adulto mayor Guillermo Tejas – Cuba

2022 - 2023

- ·Aseo del paciente (baño, lavado de dientes, vestirlos, etc.).
- ·Brindarles alimentación (desayuno, almuerzo, merienda y cena, además de colaciones).
- ·Limpieza continua del lugar (tanto áreas comunes, como baños y cuartos).
- ·Cambio de vestimenta.
- ·Cambio de vestimenta de cama y armado de esta.
- ·Despertarlos y acostarlos.
- ·Administración de medicación.
- ·Apoyo emocionalmente al paciente en todo momento.
- ·Apoyo en la movilidad del paciente que no puede moverse por sus medios (ej. silla de ruedas).
- ·Creación de momentos recreativos para los adultos mayores: juego de cartas, de mesa, baile, caminatas, etc.
- ·Diálogo con médicos sobre la situación del paciente.

Vendedora

Las Antonias – Cuba

2020-2023

- Captación y fidelización de clientes
- Asesoramiento personalizado según el cliente.
- Cumplimiento de objetivo de ventas semanal.
- Mantenimiento del área de ventas limpio y ordenado.
- Participación en actividades de publicidad y lanzamiento de productos.
- Armado del catalogo
- Cargado de prendas y accesorios a la página web
- Armado y gestión de pedidos web y envíos
- Manejo del stock de la web

Aux. de Enfermería

Hospital Ernesto Guevara – Cuba

2021- 2022

- ·Monitoreo de los signos vitales del paciente
- ·Cumplimiento de las órdenes del médico tratante
- ·Supervisión de que los medicamentos estuvieran en regla
- ·Administración de medicamentos de los pacientes
- ·Realización de pruebas (por ej. extracción de sangre, cultivo de orina, medición de glucosa, etc)
- ·Brindar muestras para llevar a laboratorio
- ·Colocación de sondas, vías, etc.
- ·Aseo del paciente
- ·Realización de la cama del paciente
- ·Cuidado y rehabilitación del paciente
- ·Explicación a pacientes y familias sobre enfermedades o tratamientos y como tratarlos.
- ·Cura de heridas y vendajes
- ·Actualización de historiales clínicos.
- ·Dialogo continuo con el equipo y médicos tratantes.

Vendedora

Badolli – Cuba

2016- 2018

- Preparación de vidrieras.
- Reposición y organización de mercadería.
- Asesoramiento personalizado a cada cliente según sus preferencias.
- Gestión de inventario.
- Cumplimiento de objetivo de ventas mensual.
- Rápida resolución de de quejas y problemas, asegurando una buena experiencia del cliente.
- Mantenimiento del área de ventas limpio y ordenado.
- Participación en actividades de publicidad y lanzamiento de productos.

Cuidado de primera etapa

Circulo infantil- Cuba

2013 - 2016

- ·Recibimiento de los niños.
- ·Creación de juegos y jugar con ellos.
- ·Brindarles la merienda.
- ·Aprontarlos para dormir la siesta y estar atenta a ellos mientras.
- ·Vigilarlos en el momento del recreo.
- ·Colaborar con que se alimenten.
- ·Cambio de pañales en casos necesarios.
- ·Entrega a sus padres/ tutores o responsables.
- ·Cuidado de los niños en todo momento.



FORMACIÓN

Curso de enfermería - Facultad de Ciencias Médicas - 2016-2018



IDIOMA

Español

Inglés



REFERENCIAS LABORALES

- Bárbara González - celular (+53) 55469082 - mail: mirlaviera82@gmail.com
- Eduardo Cespedez - celular (+53) 54034204 - mail:cespedezortiz71@gmail.com
- Yumidelis Alarcón - celular (+53) 5355262421 - mail: alarconyumi266@gmail.com



REFERENCIAS PERSONALES

- Lic. Sofia Cassina - celular: 091 364 836 - mail: sofiacassina97@gmail.com
- Mario Sierig - celular: 095 316 264 - mail: sierigmario65@gmail.com