

Tema 2. Equipos de cocina: Instalaciones y material. Locales. Maquinaria, accesorios y menaje de cocina. Cuidado y limpieza de despensas y cámaras frigoríficas.

Tema 3. Términos culinarios de mayor uso en cocina. Métodos básicos del cocinado. Definición, usos, aplicaciones y procesos. Control de calidad de procesos.

Tema 4. Despiece de aves, vacuno menor y mayor, ovino, porcino. Pescados y mariscos, clases, racionado, elaboraciones, aplicaciones y conservación.

Tema 5. Fondos de cocina fundamentales y complementarios. Composición variaciones, elaboración, aplicaciones y conservación.

Tema 6. Características, clasificación y aplicación de hortalizas arroces, pastas y farináceas.

Tema 7. Alteración de los alimentos. Contaminación y condiciones que favorecen el desarrollo de los gérmenes. Recomendaciones para evitar el desarrollo de gérmenes.

Tema 8. Higiene de los locales y útiles de trabajo. Hábitos higiénicos del manipulador. Higiene personal. Seguridad alimentaria: Análisis de peligros y puntos críticos de control (APPCC). Importancia de la limpieza y desinfección, cómo realizarla para que sea más eficaz.

Tema 9. Concepto y diferencias de alimentación y nutrición. Clases de alimentos y nutrientes. Tipos de dietas.

## HORARIOS Y CONDICIONES

### HORARIOS:

- Grupos de mañana, tarde, noche y fines de semana

ÚNICO CENTRO DE LA COMARCA.

PREPARAMOS TODAS LAS PRUEBAS

PRECIOS ECONÓMICOS Y ASEQUIBLES

PROFESORADO TITULADO Y ESPECIALIZADO

EQUIPOS INFORMÁTICOS DE ÚLTIMA GENERACIÓN

AULAS CLIMATIZADAS

HORARIOS ADAPTADOS

**¡VEN Y TE INFORMAREMOS  
SIN COMPROMISO!**

# JUNTA DE EXTREMADURA

**CAMARERO-  
LIMPIADOR  
(59 PLAZAS)**

**AYUDANTE DE  
COCINA  
(13 PLAZAS)**

**GRUPO V**

# EFICO

Centros de Formación

c/ Doctor Fleming, 40  
10840-Moraleja  
(Cáceres)

Tf/Fax: 927 51 55 73

[efico.moraleja@gmail.com](mailto:efico.moraleja@gmail.com)

[www.efico.es](http://www.efico.es)

## **Bases y Requisitos**

### **1. Proceso de Selección:**

1.- Primer ejercicio: Responder por escrito un cuestionario de 60 preguntas (más 10 de reserva) de respuesta alternativa, de las que sólo una de ellas será correcta. Cada dos respuestas erróneas y cada seis en blanco restarán una correcta.

2.- Segundo ejercicio: Consistirá en resolver un supuesto práctico o prueba práctica, que podrá constar de varios apartados, y de los aspectos del programa de materias específicas. El contenido de este ejercicio estará dirigido a apreciar la capacidad de los aspirantes para llevar a cabo las tareas propias del puesto a cubrir.

### **MATERIAS COMUNES**

Tema 1. La Constitución Española de 1978 (I): Características. Estructura. Título Preliminar. Los derechos y deberes fundamentales: Derechos y Libertades. Las Cortes Generales: Las Cámaras. La elaboración de las leyes.

Tema 2. La Constitución Española de 1978 (II): La Corona. La Organización Territorial del Estado. La reforma constitucional.

Tema 3. El Estatuto de Autonomía de Extremadura: Estructura. Disposiciones Generales. Derechos, Deberes y Principios Rectores. Las Competencias. Las Instituciones de Extremadura.

Tema 4. La Ley de Prevención de Riesgos Laborales: Objeto, ámbito de aplicación y definiciones. Derechos y obligaciones: derecho a la protección frente a los riesgos laborales. Ley de Igualdad entre Mujeres y Hombres y contra la Violencia de Género en Extremadura: Disposiciones generales. Violencia de Género: Disposiciones Generales.

## **OPOSICIONES** **CAMARERO-LIMPIADOR**

### **MATERIAS ESPECÍFICAS**

Tema 1. El personal de limpieza al servicio de la Junta de Extremadura: derechos y obligaciones. El personal de limpieza como servidor de los usuarios de los centros.

Tema 2. Organización del espacio y del tiempo. Conceptos generales sobre sistemas de limpieza y desinfección. Principales productos de limpieza. Identificación de los productos de limpieza y desinfección. Composición e información sobre las propiedades de sus componentes. Dosificación. Significado de los símbolos utilizados en las etiquetas de los productos. Identificación de peligros. Utensilios y maquinaria de limpieza. Limpieza integral de los centros de trabajo: Suelos, techos, paredes, cristales, escaleras, materiales decorativos y sanitarios.

Tema 3. Limpieza de oficinas y despachos: mobiliario, equipos informáticos, fotocopiadoras. Otros aspectos de limpieza: cuidado y mantenimiento de plantas, flores y elementos decorativos. Aspectos ecológicos en la limpieza: productos, basura, etc.

Tema 4. Limpieza de habitaciones: muebles, elementos decorativos y cuartos de baño.

Tema 5. Preparación, montaje, servicio y recogida del comedor. Mobiliario, menaje y lencería utilizados en el mismo. La limpieza de cocina y comedores: Maquinaria, accesorios y menaje de cocina y comedor. Cuidado y limpieza de despensas y cámaras frigoríficas.

Tema 6. Lavado, planchado y conservación de ropas y tejidos, maquinaria y accesorios.

Características y tratamiento de los tejidos en las fases de lavado, plancha y almacenamiento. Productos empleados y medidas de seguridad.

Tema 7. Manipulación de alimentos: principales riesgos, enfermedades de origen alimentario y medidas para su prevención. Prácticas correctas de higiene en la manipulación de los alimentos: superficies, locales, maquinarias y equipos. Normas de higiene personal. Aspectos ecológicos en la limpieza: productos, problemas ambientales, reciclaje y basuras (protección, manipulación, almacenamiento y eliminación).

Tema 8. Alteración de los alimentos. Contaminación y condiciones que favorecen el desarrollo de los gérmenes. Recomendaciones para evitar el desarrollo de gérmenes.

Tema 9. Conceptos básicos en la prevención de riesgos laborales: clasificación y prevención de los riesgos. Medidas preventivas con los productos de limpieza en su uso y almacenamiento de cara al trabajador y al usuario. Medidas de seguridad más importantes. Medidas preventivas y pautas de actuación ante una emergencia. Prevención de incendios. Planes de emergencia y evacuación.

## **OPOSICIONES** **AYUDANTE DE COCINA**

### **MATERIAS ESPECÍFICAS**

Tema 1. Ayudantes de cocina al servicio de la Junta de Extremadura: Derechos y obligaciones. Brigada de cocina y atribuciones. Organización del trabajo en la cocina.