

### 3. CONTENIDOS DE LA ACCIÓN FORMATIVA

La presente acción formativa tendrá un total de **330 horas**, que se distribuirán en los siguientes módulos:

(Teniendo en cuenta que el módulo de Sensibilización Medioambiental no computa en el total)

#### **MÓDULO I:**

#### **CONCEPTOS GENERALES DE LIMPIEZA (30 HORAS)**

1. - LA SUCIEDAD:
  - Origen
  - Tipología
  - Eliminación
2. LA LIMPIEZA:
  - Concepto
  - Tipología: de obra, mantenimiento, especial, desinfección.
3. CÍRCULO DE SINER (FACTORES BÁSICOS A TENER EN CUENTA EN LA LIMPIEZA):
  - Acción química
  - Acción mecánica
  - Temperatura
  - Tiempo
4. CONCEPTO DE PH:
  - Acidez – basicidad de una sustancia
5. CLASIFICACIÓN DE LAS MANCHAS:
  - Sólidas
  - Líquidas

**MÓDULO II:  
SUPERFICIES,  
PAVIMENTOS Y  
SUELOS (50  
HORAS)**

- Orgánicas
  - Eflorescentes, etc
1. CARACTERÍSTICAS BÁSICAS DE UN PAVIMENTO:
    - Resistencia al fuego
    - Agentes químicos
    - Permeabilidad
    - Conductividad
    - Altas temperaturas
    - Capacidad higiénica
    - Capacidad de regeneración – reparación, etc.
  2. COMPONENTES BÁSICOS DE UN PAVIMENTO
    - Vida útil
    - Uso
    - Juntas
    - Medias cañas
    - Textura, etc.
  3. TIPOLOGÍA DE SUELOS SEGÚN SU DUREZA
    - Suelos duros: hormigón, resina, loseta, terrazo, cerámicos, pizarra, etc.
    - Suelos medios: madera, parquet, corcho, etc.

**MÓDULO III:**  
**METODOLOGÍA EN**  
**LIMPIEZA PROFESIONAL**  
**(60 HORAS)**

- Suelos blandos:
  - Resistentes o plásticos (linóleo, goma, etc.)
  - Textiles (fibra animal, fibra vegetal, fibra química, fibra sintética, mixtos)

4. CLASIFICACIÓN DE LOS SUELOS SEGÚN SU USO:

- Industriales
- Hospitalarios
- Sector alimentación, etc.

1. PRODUCTOS

- Limpiadores: detergentes, jabones, champús, captapolvo, desincrustantes, desengrasantes
- Desinfectantes: de WC, lejía, sosa, aguafuerte
- Abrillantadores: decapante, ceras, cristalizador, sellador
- Productos específicos: limpiacristales, limpiador de metales, limpiamuebles, quitatintas, ambientador
- Etiquetado y clasificación de peligrosidad de los productos:
  - Explosivos, inflamables, comburentes, tóxicos, nocivos, corrosivos e irritantes
  - Frases R y frases S

2. SISTEMAS DE LIMPIEZA

- Barrido de suelos

- Fregado con mopa y fregado en seco
- Fregado a mano y a máquina
- Método spray
- Aspirar agua
- Diferentes tipos de abrillantado
- Sistema de desinfección y limpieza con espuma
- Sistema de inyección – extracción
- Sistema de champuneado
- Ignifugación

### 3. ELIMINACIÓN Y MANIPULACIÓN DE LOS RESIDUOS:

- Recogida de basuras
- Instrucciones para su manipulación
- Tratamientos de desinfección
- Gestión de Residuos Sólidos Urbanos

### 4. ELEMENTOS DE LIMPIEZA MANUALES

- Armario de limpieza

Reposición de fungibles: papel higiénico, bolsas de basura, gel, papel secamanos, etc

**MÓDULO IV:**  
**MAQUINARIA DE**  
**LIMPIEZA (80**  
**HORAS)**

1. CARACTERÍSTICAS DE LA MAQUINARIA DE LIMPIEZA:
  - Componentes eléctricos
  - Componentes mecánicos
  - Accesorios
  - Precauciones en la manipulación de la maquinaria
2. MAQUINARIA DE LIMPIEZA: CLASES, PRECAUCIONES, APARATOS, PRODUCTOS Y ACCESORIOS:
  - Fregadoras automáticas: tipos y funcionamiento
  - Pulidoras y enceradoras: tipos y funcionamiento
  - Cepilladoras – aspiradoras: tipos y funcionamiento
3. MANTENIMIENTO DE LA MAQUINARIA:
  - Revisión y limpieza periódica de los mecanismos
  - Engrase de los mecanismos: puntos de engrase y lubricantes utilizados
  - Montaje de los accesorios y repuestos
  - Revisión de la instalación eléctrica. Precauciones
4. MANEJO DE LA MAQUINARIA DE LIMPIEZA:
  - Limpiar con la cepilladora – aspiradora alfombras y moquetas
  - Encerar y abrillantar suelos con enceradora - pulidora
  - Fregar suelos con máquina fregadora

**MÓDULO V:**  
**TRATAMIENTOS**  
**ESPECIALES (50**  
**HORAS)**

1. LIMPIEZA DE PAREDES Y TECHOS.
2. LIMPIEZA DE VENTANAS:
  - Cristales
  - Marcos: madera, hierro, aluminio, PVC, persianas.
3. LIMPIEZA DE BAÑOS Y ASEOS:
  - Aparatos sanitarios
  - Accesorios (espejos, cubos, dispensadores de jabón, etc.)
4. LIMPIEZA DE COCINA Y MUEBLES:
  - Cocina: zonas (despensa, cocina, fregado, etc.), muebles, acero inoxidable, aparatos eléctricos, etc.
  - Muebles: muebles de madera, metal, cristal, mármol, bambú y mimbre, tapizados, de cuero, etc.

**MÓDULO VI:**  
**ORGANIZACIÓN Y**  
**CONTROL DE**  
**RESULTADOS (10**  
**HORAS)**

1. PLAN DE TRABAJO: SU IMPORTANCIA PARA UN BUEN RESULTADO.
2. PLANIFICACIÓN DE TAREAS EN LA LIMPIEZA DE UN INMUEBLE
3. ESTUDIOS DE INFRAESTRUCTURAS:
  - Accesos
  - Medios auxiliares
4. MÉTODO, FRECUENCIA Y PROCESOS:
  - Primera limpieza

**MÓDULO VII:**  
**CALIDAD EN EL**  
**SERVICIO (5**  
**HORAS)**

**MÓDULO VIII:**  
**ELABORACION DE**  
**PRESUPUESTOS (5**  
**HORAS)**

- Tratamiento de protección
  - Mantenimiento diaria o desmanchado
  - Mantenimiento periódico
  - Limpieza a fondo
  - Preparación a la protección
5. SUPERVISIÓN DE LAS TAREAS

1. CALIDAD EN LA LIMPIEZA
2. ACTITUD ANTE EL CLIENTE

1. PRESUPUESTOS PARA TRABAJOS DE LIMPIEZA
2. DESGLOSE DE COSTES
3. PARTIDAS DIRECTAS O INDIRECTAS

**MÓDULO IX: PRL-  
SEGURIDAD Y  
SALUD LABORAL  
(10 HORAS)**

1. NORMATIVA SOBRE SEGURIDAD E HIGIENE: GENERAL Y SECTORIAL.
2. POLÍTICA DE SEGURIDAD EN LAS EMPRESAS: ASPECTOS MÁS RELEVANTES, SERVICIOS MÉDICOS, COMITÉ DE SEGURIDAD.
3. NORMAS SOBRE LIMPIEZA Y ORDEN PERSONAL EN EL ENTORNO DE TRABAJO.
4. SEGURIDAD Y ERGONOMÍA.
5. PLANES DE SEGURIDAD E HIGIENE: DOCUMENTACIÓN, CONTENIDOS, RIESGOS Y ELEMENTOS DE PREVENCIÓN.
6. MEDIOS ASISTENCIALES PARA ABORDAR CURAS, PRIMEROS AUXILIOS Y TRASLADOS.

**MÓDULO X: IGUALDAD  
DE OPORTUNIDADES Y  
POLÍTICAS DE GÉNERO  
(4 HORAS)**

1. EVOLUCIÓN HISTÓRICA DE LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES ENTRE MUJERES Y HOMBRES
2. APROXIMACIÓN A LOS CONCEPTOS BÁSICOS; SISTEMA SEXO GÉNERO, ROLES Y ESTEREOTIPOS DE GÉNERO; DIVISIÓN GENÉRICA DEL TRABAJO Y EMPLEO EN LA CAPV)
3. SITUACIONES DE DESIGUALDAD EN DISTINTOS ÁMBITOS.
4. LEGITIMACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LAS POLÍTICAS DE IGUALDAD: ACCIONES POSITIVAS Y TRANSVERSALIDAD.
5. CONCILIACIÓN VIDA LABORAL Y FAMILIAR

**MÓDULO XI:  
IMPLANTACIÓN DEL  
SISTEMA  
MEDIOAMBIENTAL (20  
HORAS)**

- Introducción y antecedentes de los sistemas de gestión medioambiental.
- Política medioambiental.
- Legislación medioambiental.
- Identificación de aspectos medioambientales.
- Evaluación de la significancia.
- Determinación de objetivos y metas, y establecimiento del programa medioambiental.
- Estructura y responsabilidades.
- Comunicación y formación en medioambiente.
- Requisitos de documentación del sistema de g.m.
- Implantación del sistema de gestión medioambiental.
- Control operacional y preparación.
- Revisión por la dirección.
- Auditorias internas.
- Metodología para la realización de auditorías.
- Informe y seguimiento.

**MÓDULO XII:  
ORIENTACIÓN LABORAL  
(6 HORAS)**

1. Herramientas para la búsqueda de empleo: curriculum vitae, carta de presentación.
2. Entrevista de selección: entrena tus habilidades.
3. Nuevas formas de entrevista: dinámicas de grupo, entrevista por teléfono ...
4. Nuevos yacimientos de empleo.

**MÓDULO X:**

**SENSIBILIZACIÓN  
MEDIOAMBIENTAL**

5. Ofertas de empleo: su análisis.

PROGRAMA DE AUTOFORMACIÓN DE GOBIERNO VASCO.