ESEFOR
ESCUELA EUROPEA DE FORMACIÓN



CAMARERO Y PREVENCIÓN EN HOSTELERÍA

CAMARERO Y PREVENCIÓN EN HOSTELERÍA

Duración: 60 horas

Precio: CONSULTAR euros

Modalidad: e-learning

Metodología:

El Curso será desarrollado con una metodología a Distancia/on line. El sistema de enseñanza a distancia está organizado de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose. En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo

El alumno dispondrá de un acceso a una plataforma de teleformación de última generación con un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado se exigirá un mínimo de 75% del total de las respuestas acertadas.

El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición la atención de los profesionales tutores del curso. Así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación si el curso es on line. Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo de curso elegido y de las horas del mismo.

© ESEFOR 2026

Profesorado:

Nuestro Centro fundado en 1996 dispone de 1000 m2 dedicados a formación y de 7 campus virtuales.

Tenemos una extensa plantilla de profesores especializados en las diferentes áreas formativas con amplia experiencia docentes: Médicos, Diplomados/as en enfermería, Licenciados/as en psicología, Licencidos/as en odontología, Licenciados/as en Veterinaria, Especialistas en Administración de empresas, Economistas, Ingenieros en informática, Educadodores/as sociales etc…

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas de las siguientes formas:

-Por el aula virtual, si su curso es on line
-Por e-mail
-Por teléfono

Medios y materiales docentes

-Temario desarrollado.

-Pruebas objetivas de autoevaluación y evaluación.

-Consultas y Tutorías personalizadas a través de teléfono, correo, fax, Internet y de la Plataforma propia de Teleformación de la que dispone el Centro.

Titulación:

Al finalizar el curso obtendrás un certificado de realización y aprovechamiento del curso según el siguiente modelo:

© ESEFOR 2026



Prequisitos previos:

No hay requisitos previos ni profesionales ni formativos

Salidas profesionales:

Esta formación está encaminada a obtener una mejor cualificación y competencia profesional.

Programa del curso:

Camarero

1 Turismo y hostelería
1.1 Orígenes, desarrollo y motivaciones
1.2 El turismo y la economía
1.3 Organismos, entes y asociaciones
1.4 Evolución histórica
1.5 La hostelería y su importancia en España
1.6 El alojamiento extrahotelero
1.7 Departamentos de un hotel

© ESEFOR 2026

1.8 Restaurantes y cafeterías
1.9 Cuestionario: Turismo y hostelería

2 Preparación del bar-cafetería
2.1 Dimensión
2.2 La calefacción y refrigeración
2.3 La iluminación
2.4 Condiciones que deben reunir los locales que sirven bebidas
2.5 Relación interna - impresos, formularios y comunicación
2.6 Cuestionario: Preparación del bar-cafetería

3 Las instalaciones de bar
3.1 Introducción
3.2 Limpieza de maquinaría
3.3 Limpieza de loza, cubertería y cristalería
3.4 Mostrador y barra
3.5 Elaboraciones más comunes
3.6 Uso de maquinaría
3.7 Cuestionario: Las instalaciones de bar

4 Limpieza y conservación de menaje y superficies
4.1 Departamentos principales
4.2 Tipos de suelo
4.3 Mobiliario
4.4 Marmiton y fregadores
4.5 Conjunto de operaciones necesarias
4.6 Cuestionario: Limpieza y conservación de menaje y superficies

5 Limpieza y conservación de menaje y uniformes
5.1 Carros
5.2 Otros útiles
5.3 La lencería
5.4 Normas generales para un buen servicio
5.5 Uniformes - Tipos y características
5.6 Cuestionario: Limpieza y conservación de menaje y uniformes

6 Aprovisionamiento, almacenaje y control de existencias
6.1 Aprovisionamiento de materiales y mercaderías
6.2 Emisión de documentos
6.3 Inventarios
6.4 Cuestionario: Aprovisionamiento, almacenaje y control de existencias

7 Oferta y servicio de bebidas en la barra
7.1 Introducción
7.2 Tipos de bebidas
7.3 Asesoramiento sobre las bebidas
7.4 Cafés Infusiones Chocolates - Tipos y características
7.5 Cuestionario: Oferta y servicio de bebidas en la barra

8 Coctelería
8.1 Elementos útiles y menaje necesario para la coctelería
8.2 Componente y función
8.3 Cuestionario: Coctelería

9 Servicios de vinos y cavas
9.1 La vid
9.2 Tipos de fermentación

© ESEFOR 2026

9.3 Otros tipos de fermentación
9.4 La crianza de blancos y tintos
9.5 La fermentación y crianza de vinos blancos en barrica
9.6 La crianza en botella
9.7 Cómo y cuánto tiempo puede guardarse la botella
9.8 El servicio de los vinos de acuerdo con las características del menú
9.9 Funciones del sommellier
9.10 Zonas vinícolas con denominación de origen
9.11 Cuestionario: Servicios de vinos y cavas

10 Preparación y presentación de platos combinados
10.1 El consome
10.2 Sopas o cremas
10.3 Hortalizas y legumbres
10.4 Pescados
10.5 Mariscos
10.6 Huevos
10.7 Aves
10.8 Carnes
10.9 Postres y helados
10.10 Cuestionario: Preparación y presentación de platos combinados

11 Mobiliario de restaurante
11.1 Mobiliario de un comedor
11.2 Normas generales para el montaje de mesas
11.3 Mesa - buffet
11.4 Mesas para banquetes
11.5 Diversos accesorios para colocación del material
11.6 Cuestionario: Mobiliario de restaurante

12 Servicios de mesas
12.1 Técnicas de recepción y acomodo de clientes
12.2 La comanda, concepto y características
12.3 Técnicas de servicio en la restauración
12.4 Tipos de servicios
12.5 Atenciones con el cliente al sentarse o levantarse de la mesa
12.6 Cuestionario: Servicios de mesas

13 El banquete - tipos y características
13.1 Introducción
13.2 Material especial empleado en el montaje y servicio de banquetes
13.3 Datos contenidos en el impreso o «planning» de banquetes
13.4 Normas generales sobre composición de menús
13.5 Datos que deben figurar en todo menú
13.6 Servicio de buffet
13.7 Cuestionario: El banquete - tipos y características

14 Servicio de habitaciones
14.1 Normas generales de servicios
14.2 Grill o parrilla
14.3 Servicio de desayunos
14.4 Departamento de room-service o servicio de habitaciones
14.5 Cuestionario: Servicio de habitaciones

15 Facturación
15.1 Sistemas de facturación
15.2 La confección de la factura y medios de apoyo

© ESEFOR 2026

15.3 Cuestionario: Facturación

16 Inglés para restaurante bar
16.1 Vocabulario más utilizado
16.2 Frases hechas más utilizadas
16.3 Cuestionario: Cuestionario final

Prevención en hostelería

1 Conceptos básicos sobre seguridad y salud
1.1 El trabajo y la salud
1.2 Los Riesgos Profesionales
1.3 Factores de Riesgo Laboral
1.4 Incidencia de los factores de riesgo sobre la salud
1.5 Daños derivados del trabajo
1.6 Accidentes de trabajo
1.7 Enfermedades profesionales
1.8 Diferencia entre Accidentes de trabajo y Enfermedad profesional
1.9 Otras patologías derivadas del trabajo
1.10 Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos
1.11 Deberes y obligaciones básicas en esta materia
1.12 Política de Prevención de Riesgos Laborales
1.13 Fomento de la toma de conciencia
1.14 Participación, información, consulta y propuestas
1.15 El empresario
1.16 El trabajador
1.17 Cuestionario: Conceptos básicos sobre seguridad y salud

2 Riesgos generales y su prevención
2.1 Caídas de personas a distinto o al mismo nivel
2.2 Proyección de fragmentos o partículas
2.3 Golpes o cortes por objetos y herramientas
2.4 Atrapamiento por vuelco de máquina
2.5 Golpes atrapamientos por derrumbamiento
2.6 Contacto eléctrico
2.7 Sobreesfuerzo
2.8 Exposición al polvo o a ruidos
2.9 Dermatitis profesional y riesgos de contaminación
2.10 Riesgos ligados al medio ambiente del trabajo
2.11 Contaminantes químicos
2.12 Toxicología laboral
2.13 Medición de la exposición a contaminantes
2.14 Corrección ambiental
2.15 Contaminantes físicos
2.16 Energía mecánica
2.17 Energía térmica
2.18 Energía electromagnética
2.19 Contaminates biológicos
2.20 La carga del trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral
2.21 Sistemas elementales de control de riesgos
2.22 Protección colectiva
2.23 Equipos de Protección individual
2.24 Protección del cráneo
2.25 Protectores del aparato auditivo
2.26 Protectores de la cara y del aparato visual
2.27 Protectores de las vías respiratorias
2.28 Protección de las extremidades y piel

© ESEFOR 2026

2.29 Protectores del tronco y el abdomen
2.30 Protección total del cuerpo
2.31 Control de riesgos derivados de trabajos en altura
2.32 Características del riesgo de caída de altura
2.33 Características generales de los dispositivos
2.34 Clasificación y campos de aplicación
2.35 Planes de emergencia y evacuación
2.36 Organización del plan de emergencia
2.37 Señalización
2.38 Clases de señalización y utilización
2.39 Señalización óptica
2.40 Señales en forma de panel
2.41 Señales gestuales
2.42 Señales luminosas
2.43 Señalización acústica y otras señalizaciones
2.44 El control de salud de los trabajadores
2.45 La vigilancia de la salud de los trabajadores
2.46 Integración de los programas de vigilancia de la salud
2.47 Cuestionario: Riesgos generales y su prevención

3 Riesgos específicos en hostelería
3.1 Fuentes y causas de riesgo de sobreesfuerzos
3.2 Prevención del riesgo de sobreesfuerzos
3.3 Precauciones para prevenir el riesgo de sobreesfuerzos
3.4 Fuentes y causas de exposición a temperaturas no adecuadas
3.5 Prevención de exposición a temperaturas no adecuadas
3.6 Fuentes y causas de riesgo de estrés laboral
3.7 Prevención del riesgo de estrés laboral
3.8 Fuentes y causas de riesgo de caída de persona al mismo nivel
3.9 Prevención del riesgo de caída de persona al mismo nivel
3.10 Fuentes y causas de riesgo de cortes y contusiones
3.11 Prevención del riesgo de cortes y contusiones
3.12 Fuentes y causas de riesgo eléctrico
3.13 Prevención del riesgo eléctrico
3.14 Fuentes y causas de quemaduras
3.15 Prevención del riesgo de quemaduras
3.16 Fuentes y causas de riesgo de exposición a sustancias químicas
3.17 Prevención del riesgo de exposición a sustancias químicas
3.18 Fuentes y causas de riesgo de exposición a contaminantes biológicos
3.19 Prevención del riesgo de exposición a contaminantes biológicos
3.20 Fuentes y causas de riesgo de exposición a radiaciones
3.21 Prevención del riesgo de exposición a radiaciones
3.22 Fuentes y causas de riesgo de incendio y explosión
3.23 Prevención del riesgo de incendio y explosión
3.24 Fuentes y causas de riesgo de atraco
3.25 Prevención del riesgo de atraco
3.26 Cuestionario: Riesgos específicos en hosteleria

4 Elementos básicos de gestión de la prevención
4.1 Intervención de las administraciones públicas en materia preventiva
4.2 Organización preventiva del trabajo
4.3 Procedimiento general de la planificación
4.4 Documentación - recogida, elaboración y archivo
4.5 Representación de los trabajadores
4.6 Cuestionario: Elementos básicos de gestión de la prevención

5 Primeros auxilios

© ESEFOR 2026

5.1 Procedimientos generales
5.2 Eslabones de la cadena de socorro
5.3 Evaluación primaria de un accidentado
5.4 Normas generales ante una situación de urgencia
5.5 Reanimación cardiopulmonar
5.6 Actitud a seguir ante heridas y hemorragias
5.7 Fracturas
5.8 Traumatismos craneoencefálicos
5.9 Lesiones en columna
5.10 Quemaduras
5.11 Lesiones oculares
5.12 Intoxicaciones, mordeduras, picaduras y lesiones por animales marinos
5.13 Plan de actuación
5.14 Cuestionario: Cuestionario final

© ESEFOR 2026