

Nazwa kwalifikacji: **Wykonywanie zabiegów kosmetycznych ciała, dłoni i stóp**

Oznaczenie kwalifikacji: **A.62**

Wersja arkusza: **SG**

**A.62-SG-23.01**

Czas trwania egzaminu: **60 minut**

## **EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE**

**Rok 2023**

**CZĘŚĆ PISEMNA**

**PODSTAWA PROGRAMOWA  
2012**

### **Instrukcja dla zdającego**

1. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 10 stron. Ewentualny brak stron lub inne usterki zgłoś przewodniczącemu zespołu nadzorującego.
2. Do arkusza dołączona jest KARTA ODPOWIEDZI, na której w oznaczonych miejscach:
  - wpisz oznaczenie kwalifikacji,
  - zamaluj kratkę z oznaczeniem wersji arkusza,
  - wpisz swój numer PESEL\*,
  - wpisz swoją datę urodzenia,
  - przyklej naklejkę ze swoim numerem PESEL.
3. Arkusz egzaminacyjny zawiera test składający się z 40 zadań.
4. Za każde poprawnie rozwiązane zadanie możesz uzyskać 1 punkt.
5. Aby zdać część pisemną egzaminu musisz uzyskać co najmniej 20 punktów.
6. Czytaj uważnie wszystkie zadania.
7. Rozwiązania zaznaczaj na KARCIE ODPOWIEDZI długopisem lub piórem z czarnym tuszem/atramentem.
8. Do każdego zadania podane są cztery możliwe odpowiedzi: A, B, C, D. Odpowiada im następujący układ kratek w KARCIE ODPOWIEDZI:

A	B	C	D
---	---	---	---

9. Tylko jedna odpowiedź jest poprawna.
10. Wybierz właściwą odpowiedź i zamaluj kratkę z odpowiadającą jej literą – np., gdy wybrałeś odpowiedź „A”:

<input checked="" type="checkbox"/>	B	C	D
-------------------------------------	---	---	---

11. Staraj się wyraźnie zaznaczać odpowiedzi. Jeżeli się pomylisz i błędnie zaznaczysz odpowiedź, otocz ją kółkiem i zaznacz odpowiedź, którą uważasz za poprawną, np.

<input checked="" type="checkbox"/>	B	C	<input checked="" type="checkbox"/>
-------------------------------------	---	---	-------------------------------------

12. Po rozwiązaniu testu sprawdź, czy zaznaczyłeś wszystkie odpowiedzi na KARCIE ODPOWIEDZI i wprowadziłeś wszystkie dane, o których mowa w punkcie 2 tej instrukcji.

**Pamiętaj, że oddajesz przewodniczącemu zespołu nadzorującego tylko KARTĘ ODPOWIEDZI.**

**Powodzenia!**

\* w przypadku braku numeru PESEL – seria i numer paszportu lub innego dokumentu potwierdzającego tożsamość

**Zadanie 1.**

W celu diagnozy poziomu nawilżenia skóry biustu u klientki należy zastosować

- A. ekstensometr
- B. dermatoskop.
- C. korneometr.
- D. profilometr.

**Zadanie 2.**

Przed wykonaniem zabiegu endermologii na ciało klientki należy bezwzględnie

- A. poprosić klientkę o założenie specjalnego kostiumu.
- B. wykonać klientce peeling drobnoziarnisty.
- C. nanieść na ciało klientki żel sprzęgający.
- D. przygotować podkłady bezpośrednio.

**Zadanie 3.**

W celu przygotowania skóry do terapii podciśnieniowej metodą labilną należy

- A. nanieść na skórę żel sprzęgający.
- B. nanieść na skórę środek poślizgowy.
- C. zwilżyć powierzchnię zabiegową wodą.
- D. usunąć owłosienie woskiem cukrowym.

**Zadanie 4.**

Przeciwwskazaniem do zabiegu presoterapii jest

- A. cellulit wodny.
- B. ociężałość stóp.
- C. obrzęk pourazowy.
- D. niewydolność oddechowa.

**Zadanie 5.**

Do wyjałowienia cążek po zabiegu manicure należy zastosować sterylizację

- A. wysokotemperaturową.
- B. niskotemperaturową.
- C. radiacyjną.
- D. gazową.

**Zadanie 6.**

Szklaną pelotę przed zabiegiem darsonwalizacji należy

- A. przetrzeć wilgotną gazą.
- B. wysterylizować w autoklawie.
- C. poddać działaniu gorącego powietrza.
- D. zdezynfekować preparatem chemicznym.

**Zadanie 7.**

Zużyte podczas usuwania zaskórników igły należy

- A. umieścić w pojemniku na odpady medyczne.
- B. zdezynfekować preparatem alkoholowym.
- C. wyrzucić do kosza na odpady zmieszane.
- D. poddać procesowi sterylizacji.

**Zadanie 8.**

W celu wykonania manualnego drenażu limfatycznego należy zastosować techniki:

- A. głaskania, rozcierania, wibracji.
- B. głaskania, rozcierania, ucisków.
- C. głaskania, ucisków, oklepywania.
- D. głaskania, ugniatania, wstrząsania.

**Zadanie 9.**

Klientce z cellulitem wskazane jest wykonanie

- A. darsonwalizacji.
- B. dezinkrustacji.
- C. kriolipolizy.
- D. termolizy.

**Zadanie 10.**

Wykonując zabieg relaksacyjny całego ciała, wskazane jest zastosowanie masażu

- A. Jacqueta.
- B. kamieniami.
- C. limfatycznego.
- D. izometrycznego.

**Zadanie 11.**

W celu zmniejszenia obrzęków okolicy stóp zaleca się stosowanie kosmetyków zawierających w składzie między innymi

- A. mocznik i bisabolol.
- B. bromelainę i tiaminę.
- C. wyciąg z arniki i kasztanowca.
- D. wyciąg z pokrzywy i kory dębu.

**Zadanie 12.**

Do wykonania zabiegu pielęgnacyjnego na stopach z nadmierną potliwością wskazane są preparaty zawierające

- A. olejek z kory cynamonu.
- B. olejek z szalwii lekarskiej.
- C. olej winogronowy.
- D. olej jojoba.

**Zadanie 13.**

Do wprowadzenia substancji aktywnych w głąb tkanek z wykorzystaniem zjawiska elektroporacji należy posłużyć się aparatem do

- A. kawitacji.
- B. brashingu.
- C. jonoforezy.
- D. mezoterapii.

**Zadanie 14.**

Ruch głaskania w masażu stopy po rozprowadzeniu preparatu należy rozpocząć od

- A. głaskania ścięgna Achillesa w kierunku serca.
- B. głaskania strony podeszwowej stopy od nasady palców do krawędzi pięty.
- C. głaskania strony grzbietowej i podeszwowej każdego palca po kolei w kierunku serca.
- D. głaskania bocznych stron stopy oburącz jednocześnie od nasady palców w kierunku pięty.

**Zadanie 15.**

Zabieg manicure'u na ciepło należy wykonać w kolejności:

- A. zmycie lakieru, diagnoza, opiłowanie paznokci, odsunięcie skórek, kąpiel paznokci.
- B. opiłowanie paznokci, kąpiel paznokci, odsunięcie skórek, diagnoza, zmycie lakieru.
- C. odsunięcie skórek, nałożenie maski odżywczej, diagnoza, zmycie lakieru, masaż.
- D. kąpiel paznokci, opiłowanie paznokci, nałożenie maski, zmycie lakieru.

**Zadanie 16.**

W celu usunięcia komórek tłuszczowych z okolicy pośladków klientki należy zastosować aparat do

- A. lipolizy ultradźwiękowej.
- B. mikrodermabrazji.
- C. elektrostymulacji.
- D. presoterapii.

**Zadanie 17.**

Wykonując zabieg naświetlania lampą Sollux, stosuje się

- A. promieniowanie UVB.
- B. promieniowanie UVA.
- C. promieniowanie laserowe.
- D. promieniowanie podczerwone.

**Zadanie 18.**

W zabiegu, którego celem jest wspomaganie terapii antycellulitowej przy użyciu prądów impulsowych, należy zastosować

- A. galwan.
- B. lipomasażer.
- C. dermomasażer.
- D. elektrostymulator.

**Zadanie 19.**

Klientce z problemem suchej i pękającej skóry na piętach należy zalecić stosowanie preparatów zawierających między innymi

- A. wyciągi z kasztanowca i arniki.
- B. oligopeptydy i prowitaminę B5.
- C. wyciągi z lawendy i miłorzębu.
- D. ekstrakty z nagietka i szalwii.

**Zadanie 20.**

Klientce z otyłością ramion należy zalecić do pielęgnacji domowej

- A. złuszczenie skóry peelingami solnymi.
- B. stosowanie na skórę preparatów z witaminą A.
- C. wmasowywanie w skórę preparatów na bazie alg morskich.
- D. kąpiel całego ciała w wodzie z dodatkiem oliwy i soku z cytryny.

**Zadanie 21.**

Przeciwwskazaniem do wykonania masażu bańką chińską jest zdiagnozowanie u klienta

- A. rozstępów.
- B. nadwagi i cellulitu.
- C. kruchości naczyń krwionośnych.
- D. stanów zapalnych mięśni i stawów.

**Zadanie 22.**

Uczulenie na światło słoneczne jest przeciwwskazaniem do wykonania

- A. krioterapii.
- B. helioterapii.
- C. hydroterapii.
- D. presoterapii.

**Zadanie 23.**

W zabiegu podnoszącym biust należy zastosować maskę

- A. z kwasem hialuronowym.
- B. z siarczanem wapnia.
- C. z allantoiną.
- D. z aloesem.

**Zadanie 24.**

Klientowi z problemem nadmiernej potliwości stóp, należy zalecić moczenie stóp w naparze

- A. z nagietka i arniki.
- B. z lipy i prawoślazu.
- C. z szalwii i pokrzywy.
- D. z chabra i krwawnika.

**Zadanie 25.**

W zabiegu limfodrenującym na stopy należy zastosować maskę

- A. borowinową.
- B. z glinką zieloną.
- C. z kwasami AHA.
- D. algową plastyczną.

**Zadanie 26.**

Klientce z problemem pobruzdowanych, łamliwych paznokci należy wykonać manicure

- A. japoński.
- B. klasyczny.
- C. hybrydowy.
- D. frezarkowy.

**Zadanie 27.**

Cążki użyte do wykonania zabiegu manicure należy poddać sterylizacji

- A. w sanityzatorze UV.
- B. w autoklawie parowym.
- C. w wanience dezynfekcyjnej.
- D. w sterylizatorze kulkowym.

**Zadanie 28.**

W celu wypolerowania powierzchni płytki paznokciowej należy użyć pilnika o gradacji

- A. 100.
- B. 180.
- C. 400.
- D. 120.

**Zadanie 29.**

Do wypolerowania powierzchni naturalnej płytki paznokciowej należy zastosować frez

- A. diamentowy.
- B. korundowy.
- C. filcowy.
- D. stalowy.

**Zadanie 30.**

W zabiegu manicure'u pielęgnacyjno-upiększającym paznokcie należy pomalować

- A. po zdjęciu maski parafinowej.
- B. przed nałożeniem maski parafinowej.
- C. bezpośrednio po opitowaniu paznokci.
- D. przed odepchnięciem i wycięciem skórek.

**Zadanie 31.**

Manicure biologiczny należy wykonać w kolejności:

- A. odtłuszczenie płytki, odepchnięcie skórek, zmycie lakieru, opiłowanie paznokci, lakierowanie, nałożenie removera na skórki.
- B. zmycie lakieru, opiłowanie paznokci, nałożenie removera, odepchnięcie skórek, odtłuszczenie płytki, lakierowanie, nałożenie oliwki na skórki.
- C. odepchnięcie skórek, zmycie lakieru, nałożenie oliwki na skórki, opiłowanie paznokci, odtłuszczenie płytki, lakierowanie.
- D. nałożenie removera, odepchnięcie skórek, opiłowanie paznokci, lakierowanie, nałożenie oliwki na skórki, odtłuszczenie płytki.

**Zadanie 32.**

Masaż dłoni i przedramienia należy wykonywać w kolejności:

- A. oklepywanie, głaskanie, rozcieranie.
- B. rozcieranie, głaskanie, oklepywanie.
- C. głaskanie, ugniatanie, rozcieranie.
- D. głaskanie, rozcieranie, ugniatanie.

**Zadanie 33.**

Klientce, która przyszła na zdobienie paznokci lakierem światłoutwardzalnym należy wykonać manicure

- A. biologiczny.
- B. hybrydowy.
- C. klasyczny.
- D. japoński.

**Zadanie 34.**

W zdobieniu paznokci typu chevron french, na wolny brzeg paznokcia nakłada się biały lakier w kształcie

- A. litery C.
- B. litery U.
- C. litery V.
- D. litery L.

**Zadanie 35.**

Klientce z kwadratową płytką paznokciową należy wysmuklić optycznie paznokcie poprzez

- A. nadanie kształtu trójkąta i pomalowanie paznokci lakierem perłowym.
- B. opiłowanie na krótko i pomalowanie paznokci z pominięciem obłączka.
- C. nadanie kształtu migdała i pomalowanie paznokci we wzory geometryczne.
- D. podpiłowanie boków z zaokrągleniem i polakierowanie paznokci z marginesami po bokach.



**Zadanie 36.**

W celu naniesienia na paznokcie wzorów z wykorzystaniem płytki zaprezentowanej na zamieszczonej ilustracji należy posłużyć się

- A. stemplem.
- B. pędzlem.
- C. pęsetą.
- D. gąbką.

**Zadanie 37.**

Klientce z objawami okołomieszkowego rogowacenia skóry ramion należy zalecić do stosowania w domu preparat z zawartością

- A. witaminy F.
- B. witaminy A.
- C. witaminy K.
- D. witaminy H.

**Zadanie 38.**

Klientce z zespołem stopy cukrzycowej leczącej się w poradni diabetologicznej należy zalecić w pielęgnacji domowej

- A. kąpiele rozgrzewające stóp.
- B. mycie stóp w wodzie o temperaturze około 37°C.
- C. stosowanie poduszki elektrycznej do rozgrzewania stóp.
- D. stosowanie środków chemicznych rozpuszczających modzele.

**Zadanie 39.**

W pielęgnacji domowej stóp z tendencją do pęknięcia skóry pięt, należy polecić stosowanie do kąpieli sól zawierającą w składzie

- A. wyciąg z kasztanowca.
- B. ekstrakt z guarany.
- C. związki srebra.
- D. kamforę.

**Zadanie 40.**

Klientce z problemem odparzonych stóp należy polecić w pielęgnacji domowej stosowanie

- A. maski kaolinowej.
- B. plastrów na nagniotki.
- C. peelingu enzymatycznego.
- D. kąpeli ziołowej z kory dębu.