

TEST B ESAMI FINALI

DENOMINAZIONE CORSO: OPERATORE OLISTICO DEL BENESSERE

UC 1

1

1: IL LAVORATORE HA DIRITTI E DOVERI

- a. Falso ha solo diritti
- b. Vero**
- c. Falso ha solo doveri

2: È UN DIRITTO DEL LAVORATORE

- a. Potersi assentare illimitatamente
- b. Ricevere un'adeguata paga**
- c. Poter scegliere liberamente la mansione da svolgere

3: L' ISTITUTO NAZIONALE DI PREVIDENZA SOCIALE E'

- a. L' inps**
- b. L'inail
- c. Non esiste

4: SI POSSONO VENDERE PRODOTTI IN UN CENTRO ESTETICO COME PROSECUZIONE DEL TRATTAMENTO?

- a. Si è previsto dalla 4/01/90**
- b. No assolutamente, è espressamente vietato
- c. Sì solo se a titolo gratuito

5: SONO LA PRINCIPALE FONTE DI DIRITTO DEL LAVORO CHE REGOLAMENTA IN CONFORMITA' DELLE LEGGI DIRITTI E DOVERI DEI CONTRAENTI.

- a. I regolamenti comunali
- b. I Contratti collettivi Nazionali**
- c. Le consuetudini

6: È UN TITOLO DI CREDITO:

- a. La ricevuta fiscale
- b. La cambiale**
- c. Lo scontrino

7: L' INAIL E':

- a. Non esiste
- b. Un'assicurazione privata
- c. L'istituto nazionale per l'assicurazione contro gli infortuni sul lavoro**

8: L'ISTITUTO NAZIONALE PER L'ASSICURAZIONE CONTRO GLI INFORTUNI SUL LAVORO E'

- d. Non esiste
- e. INPS
- f. INAIL**

9: RICEVERE LA PAGA ADEGUATA AL CONTRATTO COLLETTIVO NAZIONALE DI LAVORO È PER IL DIPENDENTE:

- d. Un dovere
- e. Un diritto**
- f. Nessuno dei due

10: RISPETTO DEGLI ORARI, PROFESSIONALITA', DILIGENZA E RISPETTO DELLA GERARCHIA AZIENDALE

- a. Non sono doveri del lavoratore
- b. Sono doveri del lavoratore**
- c. Riguardano solo i lavoratori di piccole aziende

UC 2

2

1: L'ULTIMO TESSUTO DELLA CUTE E?

- a. epidermide
- b. Il derma
- c. **L'ipoderma**

2: UN AUMENTO DI MELANINA PUO' DETERMINARE

- a. **Un Nevo**
- b. Una macchia discromica
- c. Una follicolite

3: EPIDERMIDE, DERMA E IPODERMA: È LA CORRETTA DISPOSIZIONE DEGLI STRATI DELLA CUTE

- a. Falso
- b. Solo in alcuni casi
- c. **Vero**

4: LA COMUNICAZIONE ATTRAVERSO LA PAROLA È:

- a. **La comunicazione Verbale**
- b. La comunicazione non verbale
- c. La comunicazione sia verbale che non verbale

5: LA BRANCA DELLA FITOTERAPIA CHE USA GLI OLI ESSENZIALI È DENOMINATO:

- a. **aromaterapia**
- b. Non esiste
- c. cromoterapia

6: ELEMENTI IMPORTANTI PER LA COMUNICAZIONE E LA SOCIALIZZAZIONE SONO:

- a. Solo a lingua parlata
- b. Nessun elemento è importante
- c. **Le espressioni facciali e lo sguardo**

7: LA COMUNICAZIONE LEGATA A SEGNI E GESTI

- a. È la comunicazione verbale
- b. **È la comunicazione non verbale**
- c. Nessuna delle risposte

8: L'AMBITO DI ESERCIZIO DELLA PROFESSIONE DI OPERATORE OLISTICO DEL BENESSERE:

- a. **Non ha alcuna finalità estetica né terapeutica**
- b. Ha finalità estetica e/o terapeutica
- c. Ha finalità sanitarie

9: IL COMPORTAMENTO PROFESSIONALE DELL'OPERATORE:

- a. Non ha nessun obbligo comportamentale
- b. Cambia da cliente a cliente.
- c. **deve essere improntato a dignità e decoro professionale nell'atteggiamento, nel linguaggio e nell'immagine personale**

10: IL PIU' PICCOLO COSTITUENTE DEL CORPO UMANO E'

- a. l'organo
- b. **La cellula**
- c. Il tessuto

UC 3

01: NON VA EFFETTUATO IL MASSAGGIO IN CASO DI:

- a. **Dermatite**
- b. Sovrappeso
- c. Presenza di peli

02: È IMPORTANTE COMPILARE LA SCHEDA CLIENTE PRIMA DI EFFETTUARE UN MASSAGGIO PER VERIFICARE L'ASSENZA DI CAUSE DI PRECLUSIONE?

- a. **Si**
- b. No
- c. Non esistono cause di preclusione al massaggio

03: DURANTE IL MASSAGGIO SI PUO' USARE SIA OLIO CHE CREMA

- a. **Vero**
- b. Falso
- c. Tutti i massaggi si effettuano senza prodotto

04: UN EDEMA

- a. **È un accumulo di liquidi negli spazi interstiziali**
- b. È necessariamente accompagnato da tumefazione
- c. Si risolve sempre autonomamente con il passar del tempo

05: ALCUNI MASSAGGI SEGUONO LA DIREZIONE DEL SISTEMA LINFATICO:

- a. **Vero**
- b. Falso
- c. Solo in alcuni casi

06: IL DRENAGGIO:

- a. **Libera dai liquidi in eccesso**
- b. Modella
- c. Rassoda

07: L'APERTURA DELLE STAZIONI LINFATICHE ANDREBBE FATTA:

- a. Alla fine del massaggio
- b. All'inizio del massaggio
- c. **Entrambe le risposte precedenti**

08: ALCUNI MASSAGGI SEGUONO LA DIREZIONE DEL SISTEMA LINFATICO:

- a. **Vero**
- b. Falso
- c. Solo in alcuni casi

09: IN UN MASSAGGIO IL SANGUE VA DIREZIONATO:

- a. **Verso il cuore**
- b. Verso le gambe
- c. Verso le spalle

10: NELLA LINFA TROVIAMO:

- a. Solo acqua
- b. Sangue, proteine e globuli bianchi
- c. **Acqua, grassi e parte del sistema immunitario**

UC 4

01: SUL LETTINO È CONSIGLIATO

- a. Lavorarci direttamente senza porre nessun telo o carta
- b. Una carta monouso**
- c. Usare forti solventi per pulirlo

02: QUALE PROCEDIMENTO BLOCCA LA MOLTIPLICAZIONE DEI MICRORGANISMI:

- a. La detersione
- b. La disinfezione**
- c. La sterilizzazione

03: COSA STERILIZZA:

- a. L'autoclave**
- b. Un buon detergente
- c. Il vapore

04: I D.P.I SONO:

- a. Dispositivi di sanificazione
- b. Dispositivi individuali
- c. Dispositivi di protezione individuale**

05: LA STERILIZZAZIONE

- a. Uccide i microrganismi**
- b. Blocca la proliferazione dei microrganismi
- c. Fissa i microrganismi

06: POTREBBE ESSERE UTILE FORNIRE IL LETTINO DI UNA TERMOCOPERTA PER FACILITARE IL RILASSAMENTO?

- a. No, il freddo facilita il rilassamento
- b. Sì**
- c. Solo, per persone anziane

07: COSA ELIMINA LO SPORCO?

- a. La sterilizzazione
- b. La detersione**
- c. La disinfezione

08: I PRINCIPALI VEICOLI DI INFEZIONE POSSONO ESSERE

- a. Favorenti/inerti/non favorenti**
- b. Favorenti/inerti
- c. Inerti/Non favorenti

09: LE DIFESE IMMUNITARIE SONO?

- a. Artificiali
- b. Naturali e Artificiali**
- c. Naturali

10: LE LACRIME HANNO?

- a. Solo la funzione di umettare l'occhio
- b. Lavano e disinfettano la congiuntiva**
- c. Nessuna delle risposte precedenti

UC 5

5

01: PER UN AZIENDA LA PRESENTAZIONE DELLE DIVERSE TIPOLOGIE DI TRATTAMENTI OFFERTI

- a. È preferibile che non ci sia
- b. È molto importante**
- c. È controproducente

02: PER UN AZIENDA COMUNICARE ANCHE ATTRAVERSO I SOCIAL MEDIA È IMPORTANTE

- a. No
- b. Sì**
- c. Solo se i servizi sono rivolti a persone particolarmente giovani

03: PRODOTTO, PREZZO, PROMOZIONE E PLACE

- a. Sono le 4 P del Marketing**
- b. Non sono elementi importanti nel mondo del Marketing
- c. Non sono elementi esistenti nel mondo del Marketing

04: L'IMMAGINE DI UN PRODOTTO NEI SOCIAL MEDIA DEVE ESSERE

- a. Coerente**
- b. Affascinante
- c. Diversa

06: LA COMUNICAZIONE NON VERBALE

- a. È la comunicazione legata alla parola
- b. È la comunicazione legata a segni, gesti, occhi**
- c. Non esiste

06: LO SGUARDO E LE ESPRESSIONI FACCIALI:

- a. Non sono importanti per la comunicazione
- b. Non sono importanti per la socializzazione
- c. Sono importanti per la comunicazione e la socializzazione**

07: IL LOGO E' L'ELEMENTO DISTINTIVO DELL' AZIENDA NELLA BRAND IDENTITY

- a. Vero**
- b. Falso
- c. Solo in alcuni casi

8. LE "4 P" DELLE STRATEGIE DI MARKETING SONO:

- a. il prodotto (product) - il prezzo (price) - la distribuzione (placement) - la promozione (promotion)**
- b. la pubblicità – il brand – il placement – il costo
- c. il prezzo – i ricavi – la concorrenza – il servizio

9. LA "CUSTOMER SATISFACTION" È:

- a. La propensione del cliente all'acquisto
- b. Il grado di soddisfazione del cliente**
- c. La valutazione del numero di clienti di un'azienda

10. COSA INCIDE SUL GRADO DI SODDISFAZIONE DEL CLIENTE?

- a. Le aspettative del cliente rispetto al prodotto o al servizio**
- b. I reclami fatti all'azienda
- c. Il passaparola

UC 6

01: L' AORTA E':

- a. **L'arteria più grande del corpo**
- b. La vena più grande del corpo
- c. La vena più piccola

02: NEL CORPO UMANO È UN LIQUIDO DI COLORE TRASPARENTE:

- a. Il sangue
- b. **La linfa**
- c. Non esistono altri liquidi diversi dal sangue nel corpo umano

03: DURANTE UN MASSAGGIO È IMPORTANTE FACILITARE IL RILASSAMENTO DEL CLIENTE:

- a. **Sì, sempre, ma se avesse necessità di parlare sicuramente non sempre verrebbe inibito nel farlo**
- b. No
- c. Solo nel caso di particolari tecniche di massaggio

04: NELLE VENE:

- a. Non ci sono valvole
- b. **si trovano le valvole dette "a nido di rondine"**
- c. Non ci sono valvole ma restringimenti

05: MUSICA E CROMOTERAPIA POSSONO AIUTARE A RENDERE L'AMBIENTE DEL MASSAGGIO PARTICOLARMENTE GRADEVOL

- a. No, meglio il silenzio e la luce naturale
- b. **Sì**
- c. Solo se il cliente dice di essere particolarmente stressato

06: DARE CONTINUITA' ALLE MANOVRE STACCANDO IL MENO POSSIBILE LE MANI DAL CORPO DEL CLIENTE:

- a. **È importante indipendentemente dalla tecnica di massaggio**
- b. Non è importante
- c. È importante solo se è stata una richiesta esplicita del cliente

07: IL CUORE E'

- a. **un muscolo**
- b. una ghiandola
- c. un annesso cutaneo

08: IL MASSAGGIO ANTISTRESS PUO AVERE UNA AZIONE DRENANTE E RINFORZANTE LE DIFESE IMMUNITARIE

- a. No
- b. **Sì**
- c. Nessuna delle due risposte è corretta

09: DURANTE IL MASSAGGIO ANTISTRESS È:

- a. **Utile chiedere ogni tanto, al cliente, un respiro profondo**
- b. Obbligatorio non parlare al cliente
- c. Importante far decidere al cliente se iniziare in prona o supina

10: IL CUORE E' COLLEGATO CON:

- a. Solo con la grande circolazione
- b. **La piccola e la grande circolazione**
- c. Solo con la piccola circolazione

UC 7

01: IN OGNI SEDUTA DI RIFLESSOLOGIA È UTILE:

- a. Tagliare prima le unghie al cliente
- b. **Trattare un apparato di eliminazione**
- c. Cominciare con delle mobilitazioni del piede

02: IN CASO DI FERITE APERTE SULLA PIANTA DEL PIEDE VA EVITATA LA RIFLESSOLOGIA PLANTARE

- a. **Vero**
- b. Falso
- c. Solo in presenza di punti

03: LA GABBIA TORACICA DETERMINA:

- a. **La linea dell'ossigenazione**
- b. La linea dell'assimilazione
- c. La linea dell'eliminazione

04: PER FACILITARE LA RICERCA DEI PUNTI IL PIEDE È STATO SUDDIVISO IN 3 LINEE ORIZZONTALI

- a. **Vero**
- b. Falso
- c. Solo nei bambini altrimenti in 5

05: LA LINEA DELL'ASSIMILAZIONE È DATA DA:

- a. Vescica
- b. Intestino
- c. **Stomaco**

06: L'INFIAMMAZIONE SOLITAMENTE SI MANIFESTA CON UN DOLORE ACUTO E PUNTORIO

- a. **Vero**
- b. Falso
- c. Solo nei soggetti con scarso livello di sopportazione

07: LA CODIFICA DI FITGERALD DIVIDE IL CORPO IN 10 LINEE VERTICALI

- a. Falso
- b. Dipende dalla grandezza del corpo
- c. **vero**

08: L'IDEATORE DELLA RIFLESSOLOGIA PLANTARE È STATO:

- a. Masunaga
- b. Freud
- c. **Fitzgerald**

09: LA ZONA DELL'ELIMINAZIONE È COLLEGATA CON

- a. **Con i problemi mestruali**
- b. Con i problemi gastrici
- c. Con le sinusiti

10: LA PRIMA SEDUTA DI RIFLESSOLOGIA PREVEDE:

- a. Che il piede sia solo massaggiato in modo classico
- b. La pulizia del piede
- c. **La ricerca di eventuali zone dolenti**

UC 8

01: PER LO STONE MASSAGE SI USANO:

- a. Pietre di fiume
- b. Pietre laviche di origine vulcanica**
- c. Pinda con all'interno erbe

02: IN CASO DI VARICI E SI PUO' EFFETTUARE IL TRATTAMENTO CON PIETRE CALDE:

- a. Sì
- b. No**
- c. Sì, ma solo per il posizionamento e non per il massaggio

03: LE PIETRE DEVONO ESSERE:

- a. Porose
- b. Ruvide
- c. Lisce, più o meno piatte e con bordi arrotondati**

04: DURANTE IL TRATTAMENTO CON LE PIETRE È CONSIGLIATO L' USO DI OLI ESSENZIALI

- a. No Meglio lavorare senza prodotto
- b. No meglio usare le creme
- c. Si sono consigliati soprattutto se caldi**

05 LO STONE MASSAGE È UNA TECNICA DI MASSAGGIO

- a. Antica**
- b. Recente
- c. Non è una tecnica di massaggio

06: PRIMA DEL TRATTAMENTO VANNO DETERSE E IGIENIZZATE LE PIETRE?

- a. Sì sempre**
- b. No
- c. Se il cliente lo richiede

07: LO SPOSTAMENTO DELLE PIETRE SUL CORPO DEVE AVVENIRE CON MOVIMENTI:

- a. Veloci
- b. Ritmici
- c. Lenti, fluidi e armonici**

08: TRA GLI ACCESSORI NECESSARI PER PRATICARE LO STONE MASSAGE TROVIAMO

- a. Il termometro**
- b. L'orologio
- c. Ghiaccio

09: COME MAI LE PIETRE TRATTENGONO PER DIVERSO TEMPO IL CALORE?

- a. Per il loro contenuto in ferro**
- b. Per il loro contenuto in acqua
- c. Nessuna delle due risposte è corretta

10: I CHAKRA SECONDO L'AYURVEDA SONO DEFINITE COME:

- a. Centro di smistamento di liquidi
- b. Ruote psichiche
- c. Ruote energetiche**

UC 9

01: TRA I PRINCIPALI EFFETTI DEL MASSAGGIO CALIFORNIANO ABBIAMO:

- a. Tonificazione
- b. Drenaggio
- c. **Stimolazione circolatoria e riduzione delle tensioni muscolari con riduzione di stress cognitivo**

02: IL MASSAGGIO CALIFORNIANO:

- a. **Mira al raggiungimento del benessere psicofisico**
- b. È un massaggio estetico
- c. Non è una tecnica di massaggio

03: PRIMA DI EFFETTUARE IL TRATTAMENTO NON È NECESSARIO LIBERARE LE STAZIONI LINFATICHE

- a. Falso
- b. **Vero**
- c. Va fatto solo in caso di massaggio parziale

04: IL TRATTAMENTO SI EFFETTUA CON:

- a. Prodotti in gel
- b. Non si utilizza nessun prodotto
- c. **Oli essenziali che rendono le manipolazioni più morbide e fluide**

05: IL MASSAGGIO CALIFORNIANO NASCE IN CALIFORNIA NEGLI ANNI 70

- a. Falso
- b. È una tecnica molto recente
- c. **Vero**

06: PER UN MASSAGGIO È PREFERIBILE CHE L'AMBIENTE SIA:

- a. Arieggiato
- b. Molto luminoso
- c. **Pulito, in ordine, caldo, con luci tenui, musica rilassante e lettino con supporto caldo**

07: PATOLOGIE CUTANE; INFIAMMAZIONI; FRAGILITA' CAPILLARE, SONO CONTROINDICAZIONI DEL MASSAGGIO CALIFORNIANO

- a. **Vero**
- b. Falso
- c. La ritenzione idrica

08: IL MASSAGGIO CALIFORNIANO HA EFFETTI SUL CORPO E SULLA PSICHE

- a. Falso
- b. Solo sul corpo
- c. **Vero**

09: RISPETTO AD ALTRI MASSAGGI, IL CALIFORNIANO SI ADATTA DI PIU' PER I SOGGETTI:

- a. Nessuna delle risposte è corretta
- b. Troppo presenti nel corpo e poco nella mente
- c. **Troppo presenti nella mente e poco nel corpo**

10: PRIMA DI ESEGUIRE IL MASSAGGIO AL VISO, DI COSA DOBBIAMO ASSOLUTAMENTE ASSICURARCI

- a. **Che il cliente non porti lenti a contatto e/o protesi ai denti**
- b. Che il cliente non dorma
- c. Che ci sia abbastanza olio sulle nostre mani

UC 10

10

01: NELL' EFFETTUARE E RICEVERE UN TRATTAMENTO BIOENERGETICO È IMPORTANTISSIMO

- a. La velocità delle manovre
- b. Il ritmo
- c. **Il ruolo della respirazione**

02: NEL MASSAGGIO BIOENERGETICO LE MANOVRE SI ADATTANO ALLE CARATTERISTICHE DEL SOGGETTO RICEVENTE

- a. Mai
- b. **Sempre**
- c. Solo raramente

03: IL RIEQUILIBRIO ENERGETICO È IL FINE PRIMARIO DEL MASSAGGIO BIOENERGETICO

- a. **Vero**
- b. Falso
- c. Sono in alcuni casi

04: IL TEST EPICUTANEO

- a. **Va effettuato prima di qualsiasi trattamento con i prodotti che si intendono utilizzare**
- b. È un test allergico
- c. È di esclusiva competenza medica

05: IL BENESSERE E':

- a. Equilibrio tra corpo e mente
- b. **Equilibrio tra corpo, mente e ambiente**
- c. Equilibrio tra corpo e ambiente

06: L'EQUILIBRIO PSICO-FISICO E'

- a. L'equilibrio tra mente e ambiente
- b. **L'equilibrio tra corpo, mente e spirito**
- c. L'equilibrio tra corpo e ambiente

07: IL MASSAGGIO BIOENERGETICO

- a. **Stimola la consapevolezza del proprio corpo e la sua relazione con l'esterno.**
- b. Ha come suo unico fine il rilassamento
- c. Ha come suo unico fine il drenaggio

08: IL MASSAGGIO BIOENERGETICO È DA CONSIDERARSI PERSONALIZZATO:

- a. No
- b. **Sì, in quanto viene effettuato sulla base del carattere e la tipologia fisica della persona**
- c. Sì in quanto chiediamo al cliente le zone che preferisce essere trattate.

09: CHE RUOLO GIOCA L'AMBIENTE DURANTE IL MASSAGGIO BIOENERGETICO

- a. Non di rilievo
- b. **Fondamentale nella riuscita dello stesso**
- c. Nessuna delle precedenti risposte è corretta

10: IL MASSAGGIO BIOENERGETICO HA UNA DURATA FISSA

- a. **Si può partire da 30 minuti per portarlo a 60, nei trattamenti successivi**
- b. Sempre 50 minuti
- c. Sempre 60 minuti, salvo interruzioni da parte del cliente

UC 11

11

01: IL MASSAGGIO AYURVEDICO È NATO IN INDIA

- a. No in Italia
- b. Vero**
- c. In America

02: SCOPO DEL MASSAGGIO AYURVEDA È:

- a. Il rilassamento
- b. Il miglioramento dell'atonia
- c. L'equilibrio e l'armonia tra corpo e mente**

03: I CHAKRA SONO:

- a. Centri energetici**
- b. Non è un termine esistente
- c. Inestetismi del corpo

04: COSA SIGNIFICA OLISMO

- a. Equilibrio tra corpo mente e spirito**
- b. Globalità
- c. Individualità

05: IL MASSAGGIO AYURVEDICO KAPHA

- a. Non è una tecnica di massaggio esistente
- b. È una tecnica di massaggio nata molto di recente
- c. Ha anche effetti sugli inestetismi**

06: IL MASSAGGIO AYURVEDICO COME TUTTE LE TECNICHE DI MASSAGGIO HA CONTROINDICAZIONI

- a. Vero**
- b. Falso
- c. Va evitato solo su minori

07: SECONDO LA TEORIA AYURVEDA LO SQUILIBRIO TRA ENERGIE PUO' CAUSARE:

- a. Non esiste
- b. Disturbi di diverso genere**
- c. Esiste solo nei neonati

08: OGNI PERSONA HA UNA PROPENSIONE PER UN DOSHA PIUTTOSTO CHE PER UN ALTRO, LA QUALE PUÒ ALTERARSI DURANTE IL CORSO DELLA VITA

- a. Dipende dall'età e dall'aspetto emotivo del cliente
- b. Falso
- c. Vero**

09: LA DEFINIZIONE DI SALUTE PER LA MEDICINA AYURVEDICA

- a. Uno stato di armonia del corpo, della mente e dello spirito.**
- b. Uno stato di allineamento tra corpo e mente
- c. Un equilibrio tra l'uomo e l'ecosistema ambientale

10: PER L'AYURVEDA E' IMPORTANTE:

- a. Alimentarsi in maniera corretta
- b. Prevenire la salute e promuoverla
- c. Le risposte precedenti sono corrette**