

Komentarz do prac egzaminacyjnych
w zawodzie technik usług kosmetycznych 514[03]

ETAP PRAKTYCZNY
EGZAMINU POTWIERDZAJĄCEGO KWALIFIKACJE ZAWODOWE

OKE w Krakowie 2012

Zadanie egzaminacyjne

Do gabinetu kosmetycznego zgłosiła się 28-letnia kobieta, matka rocznego dziecka. Przez 10 miesięcy karmiła syna piersią. W czasie ciąży przytyła 23 kg, po urodzeniu dziecka zastosowała dietę i obecnie waży 58 kg, ma 168 cm wzrostu. Nie stosuje żadnych specjalistycznych zabiegów ujędrniających, pielęgnację ciała ogranicza do wcierania balsamu nawilżającego po kąpieli.

Wahania wagi ciała oraz karmienie piersią sprawiły, że stan biustu uległ pogorszeniu, piersi stały się wiotkie i opadające, co stanowi poważny problem dla klientki.

Opracuj projekt realizacji prac związanych z wykonaniem u klientki zabiegu pielęgnacyjnego na biust. Zaproponuj zestaw zaleceń, dotyczących pielęgnacji biustu w warunkach domowych.

Projekt realizacji prac powinien zawierać:

1. Tytuł.
2. Założenia do projektu realizacji prac.
3. Diagnozę stanu biustu klientki.
4. Propozycję zabiegu pielęgnacyjnego z określeniem celu, częstotliwości wykonywania oraz wykazem przeciwwskazań do jego wykonania.
5. Wykazy tylko niezbędnych do wykonania zabiegu:
 - środków i preparatów kosmetycznych z uwzględnieniem substancji czynnych,
 - aparatów, przyborów i materiałów kosmetycznych.
6. Opis czynności związanych z przygotowaniem i wykonaniem zabiegu z uwzględnieniem metodyki.
7. Zestaw zaleceń dla klientki, dotyczących pielęgnacji biustu w warunkach domowych, propozycję preparatów kosmetycznych wraz z częstotliwością ich stosowania.

Do wykonania zadania wykorzystaj:

Załączniki. Wykaz dostępnych w gabinecie kosmetycznym środków i preparatów

Załącznik 2. Wykaz dostępnych w gabinecie kosmetycznym aparatów, przyborów i materiałów

Czas przeznaczony na wykonanie zadania wynosi 240 minut.

Wykaz dostępnych w gabinecie kosmetycznym środków i preparatów

mleczko kosmetyczne	maska z glinki kaolinowej
żel myjący	maska z glinki zielonej
oliwka hydrofilna	maska z alg mikronizowanych
tonik nawilżający	maska termomodelująca
tonik ściągający	krem nawilżający
tonik odżywczy	krem matujący
tonik alkoholowy	krem odżywczy
preparaty do demakijażu oczu i ust	krem tłusty ujędrniający
peeling gruboziarnisty	krem nawilżająco - liftingujący
peeling drobnoziarnisty	oliwka do masażu
peeling enzymatyczny	krem do masażu odżywczy
serum normalizujące	krem do masażu ujędrniający
serum ujędrniające	woda utleniona
serum liftingujące	woda destylowana
serum nawilżające	woda mineralna
serum uszczelniające naczynia	0,9% NaCl
krwionośne	spirytus salicylowy
maska kremowa nawilżająca	preparat do mycia rąk
maska kremowa regenerująca	preparat do dezynfekcji rąk
maska kremowa odżywcza	preparat do dezynfekcji powierzchni
maska kremowa ściągająca	aparatów i przyborów
maska żelowa nawilżająca	
maska żelowa odżywcza	

Wykaz dostępnych w gabinecie kosmetycznym aparatów, przyborów i materiałów

aparat do darsonwalizacji	aparat do drenażu limfatycznego
---------------------------	---------------------------------

aparat do sonoforezy	wata
aparat do mikrodermabrazji	chusteczki higieniczne
lampa bezcieniowa z lupą	folia aluminiowa
lampa Sollux z filtrami	rękawiczki foliowe
wapozon	rękawiczki ochronne
koc termiczny	ręczniki jednorazowe
miseczki plastikowe	ręczniki frotte
miseczki gumowe	pokrowiec jednorazowy na fotel
miska nerkowata	opaska na włosy
szpatułki	peniuar
pędzle do nakładania masek	czepek
płatki kosmetyczne	szlafrok zabiegowy
gaza	koc
	pojemnik na materiały skażone
	pojemnik na odpady komunalne
	kosz na brudną bieliznę

W pracy egzaminacyjnej ocenianiu podlegały następujące elementy:

1. Tytuł pracy egzaminacyjnej
2. Założenia do projektu realizacji prac
3. Diagnoza stanu biustu klientki
4. Propozycja zabiegu pielęgnacyjnego z określeniem celu, częstotliwości wykonania oraz wykazem przeciwwskazań do jego wykonania
5. Wykazy tylko niezbędnych do wykonania zabiegu: środków i preparatów kosmetycznych z uwzględnieniem substancji czynnych oraz aparatów, przyborów i materiałów kosmetycznych
6. Opis czynności związanych z przygotowaniem i wykonaniem zabiegu z uwzględnieniem metodyki
7. Zestaw zaleceń dla klientki, dotyczących pielęgnacji biustu w warunkach domowych, propozycja preparatów kosmetycznych wraz z częstotliwością ich stosowania
8. Praca jako całość

Ad 1. Tytuł pracy egzaminacyjnej

Zdający na ogół poprawnie formułowali tytuły swoich prac odnosząc się w nich do rodzaju wykonywanego zabiegu, który z reguły był fachowo nazwany. Tytuły w przeważającej liczbie były zwięzłe i nie miały charakteru polecenia.

Poniżej przedstawione zostały fragmenty prac zawierające dość poprawnie sformułowane tytuły.

Przykład 1

Projekt realizacji prac związanych z wykonaniem
(tytuł pracy egzaminacyjnej)
u klientki zabiegu pielęgnacyjnego ujędramiająco - modelującego
na biust.

Przykład 2

W tym przykładzie zdający niepotrzebnie określił wiek klientki. Jest to informacja, która powinna się była znaleźć w założeniach.

I TYTUŁ PRACY
(tytuł pracy egzaminacyjnej)
Projekt realizacji prac wykonania zabiegu pielęgnacyjnego na biust
u 28-letniej kobiety wraz z podaniem zaleceń do pielęgnacji
biustu w warunkach domowych.

Najczęściej popełnianym błędem było umieszczanie w tytule obszernych fragmentów treści zadania egzaminacyjnego albo rozbudowywanie go o zbędne informacje, które należało wymienić w założeniach.

Ad 2. Założenia do projektu realizacji prac

W założeniach do projektu realizacji prac powinny być znaleźć się wszystkie istotne informacje dotyczące klientki, które były niezbędne do postawienia diagnozy i w konsekwencji do dobrania zabiegu. Informacje te należało wyselekcjonować z treści zadania.

W większości prac można było znaleźć poprawnie sformułowane założenia. Poniżej przedstawione zostały fragmenty prac zawierające kompletne założenia.

Przykład 1

2) Założenia

- do gabinetu kosmetycznego zgłosiła się 28-letnia kobieta na zabieg pielęgnacyjny biustu,
- jest matką rocznego dziecka,
- przez 10 miesięcy karmiła swoje dziecko,
- w czasie ciąży ważyła 78 kg, po urodzeniu dziecka zastosowała dietę i obecnie waży 68 kg, ma 168 cm wzrostu,
- nie stosuje żadnych środków sterylnych zabiegów pielęgnacyjnych,
- po kąpieli używa balsamu dezodorującego - tak aby było jej wygodnie,
- uśmiałe wagi ciała, karmienie piersią, spracuję, że określenie stan biustu może pogorszyć się,
- piersi stały się cięższe i opadające, co staro
- stan skóry i kondycje piersi stanowią klientce poważny problem,
- zadaniem mam jest realizację prac pielęgnacyjnych z wykorzystaniem u klientki zabiegów pielęgnacyjnych biustu z propozycją zestawu zabiegów dotyczących pielęgnacji biustu w warunkach laboratoryjnych.

Przykład 2

2. Założenia do projektu realizacji prac

- do gabinecie kosmetycznego kosmetyczki 38-letnia kobieta;
- młoda kobieta 25-letnia;
- kobieta przez 10 miesięcy wzmocniła pamięć;
- w czasie ciąży przyniosła 33 kg;
- do umiarkowanej diety, wzmocniła dietę i do czasu ciąży 33 kg, młoda 25-letnia w ciąży;
- kobieta nie może znaleźć specjalistycznych poradników w internecie;
- kobieta ma doświadczenia w dietetyce, nie do końca w ciąży;
- kobieta ma doświadczenia w ciąży i wzmocniła pamięć sprawnie, nie ma problemów z wagą i zdrowiem;
- przed ciążą była w ciąży i operowała na tkance tłuszczowej w okolicy bioder i brzucha;

Wskazano na wykonanie zabiegów pielęgnacyjnych (masaż, pielęgnacja skóry).

Wśród zdających były osoby, które w założeniach nie uwzględniły wszystkich ważnych informacji. Niestety nie mała grupa zdających przepisywała treść zadania egzaminacyjnego w całości. Takie działanie gubi sens pisania założeń i sprawia, że jest ono tylko „sztuką dla sztuki”. Zdający traci czas przepisywanie treści zadania zamiast poświęcić go analizie treści zadania.

Ad 3. Diagnoza stanu biustu klientki

Na podstawie założeń do projektu realizacji prac zdający powinni byli postawić diagnozę stanu biustu klientki. W diagnozie powinny być znaleźić się fachowe sformułowania typu: biust zwiotczały, mało jędrny, zmniejszona zawartość tkanki tłuszczowej, zmniejszona sprężystość tkanek, skóra rozciągnięta, wiotka, słabo napięta itp.

Na ogół zdający nie mieli problemy z postawieniem właściwej diagnozy. Poniżej przedstawione zostały fragmenty prac zawierające w miarę poprawnie sformułowane oceny stanu biustu klientki.

Przykład 1

3. Diagnoza stanu biustu klientki:

Waknięcia nagi klientki oraz kamienie piersią spramiły, że stan biustu uległ pogorszeniu

- piersi na motwie
- opadające

- skóra jest przesunoma

- mały brak napięcia i odrywania
- brak jedności
- brak sprężystości
- widoczne na wielkie nortepy.

Przykład 2

3. Diagnoza stanu biustu klientki:

- piersi krotkie i opadające, ~~nie~~ brakuje im elastyczności
- skóra biustu jest mała jedma, ~~nie~~ mało elastyczna
- skóra biustu jest sucha i nie jest odżywiona
- skóra biustu wymaga regeneracji
- obecne rozstępki na kulsach
- cyrkulacja krwi i limfy jest słaba
- skóra biustu rozciągnięta przez znaczące narobienia kragi

Przykład 3

3. Diagnoza stanu biustu klientki:

- a) krotkie i opadające piersi
- b) mało jedne i elastyczne piersi
- c) rozstępki na miersiach
- d) słabo napięta skóra biustu
- e) skóra biustu sucha i szorstka

Błędem popełnianym przez wiele osób było przepisywanie informacji umieszczanych wcześniej w założeniach lub informacji niestanowiących oceny stanu biustu.

Ad 4. Propozycja zabiegu pielęgnacyjnego z określeniem celu, częstotliwości wykonania oraz wykazem przeciwwskazań do jego wykonania

Punktem wyjścia do dokonania wyboru zabiegu pielęgnacyjnego z określeniem celu, częstotliwości wykonania oraz opracowania wykazu przeciwwskazań powinna być postawiona wcześniej diagnoza stanu biustu. Opracowując ten fragment pracy

egzaminacyjnej należało się wykazać zarówno wiedzą merytoryczną jak i znajomością terminologii właściwej dla zawodu (np. zabieg ujędrniający, modelujący, liftingujący, napinający). Gros zdających poradziło sobie z tym całkiem dobrze.

Poniżej przedstawione zostały fragmenty prac egzaminacyjnych zawierające stosunkowo poprawnie określony zabieg i przeciskania do jego wykonania.

Przykład 1

W poniższym przykładzie występuje drobna nieścisłość. Zdający zasugerował zabieg ujędrniająco-nawilżający, a powinien być zaproponować jeden z następujących zabiegów: ujędrniający, modelujący, liftingujący, napinający.

4) Propozycja zabiegu pielęgnacyjnego oraz trykacz
przeanalizowania do jego wykonania.

a) Propozycja zabiegu: Zabieg pielęgnacyjny biustu ujędrniająco-nawilżający z maską termoelektryczną.

b) Cel zabiegu: Celem zabiegu jest przywrócenie miernom jednolitej i elastyczności, zredukowanie niestępli i opóźnienie biustu przed jego namilżaniem.

c) Skuteczność: Zabieg się stosowanie serii 8-12 zabiegów dwa razy w tygodniu, a później jeden zabieg w miesiącu dla podtrzymania efektu.

d) Przeciwwskazania do wykonania zabiegu:

- a) waga
- b) laktacja
- c) przebyte operacje piersi
- d) niestabilne implanty w piersiach
- e) guzki i zmiany nowotworowe
- f) stany zapalne gruczołu sutkowego
- g) stany zakrzepowe gruczołu sutkowego
- h) świeże rany, blizny i operacja mostka
- i) stany zakaźkowe organizmu

Przykład 2

4. Proponując zabieg pielęgnacji, cel, możliwości wykonania, przeciwwskazania.

Po dokonaniu diagnozy brzości klientka proponuje jej wykonanie

zabiegu pielęgnacyjnego uśredniająco - modelującego brzości.

Wskazującami do tego zabiegu są

- zmniejszenie i opadanie brzości
- ~~ma~~ bardzo mała elastyczność skóry piersi
- odwodnienie i utrata jędrności skóry piersi
- przesuszenie i tuzinecie brzości
- rozstępy powstałe w wyniku wahań wagi.

Celem zabiegu jest uśrednienie, nawilżenie i poprawa kondycji skóry brzości i dekolta.

Informując klientkę że zabieg powinien być wykonany w serii 6-10 zabiegów, w odstępie tygodniowym. Po tym czasie (po około 10 tygodniach) brzość powinna osiągnąć zadowalający stan uśrednienia, nawilżenia i elastyczności.

Przedstawiam klientce listę przeciwwskazań do wykonania zabiegu:

- stany chorobowe przebiegające z wysoką gorączką
- stany zapalne piersi i idekty
- stany nowotworowe (w trakcie lub po idekcie przebiegu)
- trudności w oddychaniu
- zabrnienia układu kręgowego,
- zabrnienia układu oddechowego
- uszkodzenia, przerwanie ciągłości skóry w miejscu wykonywania zabiegu (tu dotyczy brzości, dekolta)
- epilepsja
- urazenia ma związki zawarte w preparatach kosmetycznych
- stany zapalne skóry
- stany alergiczne i grzybicze skóry
- opęty i zmiany w obrębie piersi

Niemal we wszystkich pracach znalazło się stwierdzenie o braku przeciwwskazań do zabiegu.

Najczęściej popełniane błędy w tym elemencie pracy egzaminacyjnej polegały na:

- podaniu nieprawidłowej nazwy zabiegu,
- niewłaściwym sformułowaniu celu zabiegu,
- braku wykazu przeciwwskazań do jego wykonania zabiegu,
- niepoprawnym określeniu częstotliwości zabiegów i ich liczby w serii.

Ad 5. Wykazy tylko niezbędnych do wykonania zabiegu :

-środków i preparatów kosmetycznych z uwzględnieniem substancji czynnych,

-aparatów przyborów i materiałów kosmetycznych

Najbardziej zasadne ze względu na stan biustu klientki było użycie maski termomodelującej oraz preparatów o właściwościach pojędrniających i liftingujących.

Wielu zdających dokonało właściwych wyborów i w wykazach umieściło wyłącznie niezbędne i prawidłowo dobrane środki, preparaty kosmetyczne i wymieniło przy nich poprawne nazwy substancji czynnych używanych do tego typu zabiegów. Gros zdających dobrało również właściwe przybory i materiały kosmetyczne.

Poniżej przedstawione zostały fragmenty prac egzaminacyjnych ze stosunkowo dobrze opracowanymi wykazami.

Przykład 1

W przedstawionym poniżej wykazie brakuje chusteczek kosmetycznych.

5. Środki, preparaty kosmetyczne

- mleko kosmetyczne
- tonik nawilżający (zielona herbata, białoszałek)
- peeling enzymatyczny
- serum ujędrniające (borowina, kolagen, elastyna)
- maska termomodelująca
- krem flakowy ujędrniający (kolagen, elastyna)
- krem nawilżający - liftingujący
- krem do masażu odżywczy (witaminy A, E, C)
- woda mineralna
- preparat do mycia rąk
- preparat do dezynfekcji rąk
- preparat do dezynfekcji powierzchni

- preparaty do dezynfekcji aparatów i przyborów

⊖ APARATY, PRZYBORY, MATERIAŁY

- lampa bezcieniowa z lupą
- lampa Solux z filtrami
- miseczki plastikowe
- miseczki gumowe
- szpatułki
- pedale do zakładania masek
- płatki kosmetyczne
- gaza
- ręczniki frotte
- pokrowiec jednorazowy na fotel
- ~~szta~~ penikwar
- koc
- pojemnik na odpady komunalne
- pojemnik | kosz na brudny wielozng
- wate

Przykład 1

W przedstawionym poniżej wykazie zdający niepotrzebnie umieścił wodę utlenioną. W tym zabiegu nie ma ona zastosowania.

5. Wykaz środków i preparatów kosmetycznych z uwzględnieniem
substancji czynnych:
- mleczko kosmetyczne (ocyszczenie, wit. B5)
 - toniki ^{namilżające} salicylowy z kompleksem witaminowym (kompleks wit., melon, staryk proteiny jedwabiu)
 - peeling enzymatyczny: (tenatonina, wit. B5, subst. miodoforowe, zmieszanie (do smy. białkowej) jogurt)
 - serum ujednolające (elastyna, kwas hialuronowy, kolagen)
 - maska termomoczątkująca (mikroelementy, makroelementy, witaminy, proteiny)
 - krem odżywczy (biostim, algi, masażem multivitaminowym japońskim)
 - krem tusty ujednolający (elastyna, kolagen, kwas hialuronowy)
 - krem do masażu ujednolający (kanol, olej z owoców macedo-karni, olej kukur.)
 - woda utleniona
 - woda destylowana (do waporonu)
 - woda mineralna
 - preparat do mycia rąk: SKINSEPT firmy Ecolab (działanie bakteriobójcze, grzybobójcze, niurubójcze)
 - preparat do dezynfekcji pomieszczeń aparatów i przyborów Inidur firmy Ecolab (działanie bakteriobójcze, grzybobójcze, niurubójcze)
- Wykaz aparatów, przyborów i materiałów kosmetycznych:
- | | |
|-----------------------------|---------------------------------|
| - aparat do sonoforezy | - nūseczki gumowe |
| - lampka berzeindowa z kupa | - szpatułki |
| - waporon | - pędzle do nakładania maseczek |
| - nūseczki plastikowe | - <u>piatki</u> kosmetyczne |

- gaza	- pokrowiec jednorazowy na fotel
- wata	- penicyl
- chusteczki higieniczne	- szlafrok zabiegowy
- rękawiczki ochronne	- koc
- ręcznik jednorazowy	- pojemnik na moknięcie szkiełko
- ręcznik frotte	- pojemnik na odpady komunalne
	+ kosz na białe bieliznę

Zdarzały się prace egzaminacyjne z niekompletnymi wykazami środków, preparatów, materiałów i przyborów. Byli zdający, którzy uwzględniali w swoich wykazach środki/preparaty nie znajdujące zastosowania w proponowanym zabiegu. Zdarzało się nawet, że były to środki/preparaty wręcz szkodliwe w sugerowanym w dalszej części pracy zastosowaniu, np. spirytus salicylowy zastosowany do przecierania skóry biustu.

Niektórzy zdający w wykazie nie określali substancji czynnych.

Część prac egzaminacyjnych zawierała w całości przepisaną treść załączników, bez dokonania wyboru właściwych środków i preparatów.

Ad. V Opis czynności związanych z przygotowaniem i wykonaniem zabiegu z uwzględnieniem metodyki.

W tej części projektu realizacji prac oceniane było przygotowanie **stanowiska pracy i klientki do zabiegu**, polegające na wykonaniu niezbędnych czynności wstępnych. Większość zdających uwzględniła te przygotowania w swojej pracy egzaminacyjnej, opisała przygotowanie miejsca zabiegu, dezynfekcję narzędzi, przyborów i zabezpieczenie fotela zabiegowego jednorazowym pokrowcem oraz zabezpieczenie odzieży klientki.

Ten element pracy egzaminacyjnej powinien być zawierać również **przeprowadzenie wywiadu** z klientką.

Przykłady prawidłowych opisów przedstawione zostały poniżej we fragmentach prac zdających:

- b) przygotowanie stanowiska pracy:
- przygotowanie folii kosmetycznej pod kątem wygodny klienta
 - dezynfekuje swoje ręce
 - dezynfekuje folię kosmetyczną preparatem do dezynfekcji
 - dezynfekuje powierzchnie na następne nakryciem folii
 - dezynfekuje spódnice podłogę preparatem do dezynfekcji
 - na stolek pościeli pościelę
 - do wykonania zabiegu wystawię wszystkie niezbędne narzędzia i materiały
 - przeliczę i zamierzę lampę bezcieniową z lampą suchą
 - sprawdzą
 - na stolek położę w do go dołady kosmetyczne
 - na stolek położę w do go dołady kosmetyczne
 - na stolek położę w do go dołady kosmetyczne

- c) wywiad kosmetyczny:
- przeprowadzam wywiad z klientką, zadając jej pytania
 - czy nie ma przeciwwskazań np.:
 - czy nie jest uczulona na składniki użyte w preparatach
 - czy nie przechodziła stanów zapalnych gruczołów sutkowych
 - czy nie jest to aktualnie karmi piersią
 - czy nie stosuje na noszula piersi i ud
- Po uzyskaniu informacji o przeciwwskazaniach, może przystąpić do wykonania zabiegu.

d) metodyka

- d) przygotowanie klientki:
- podciągnię klientkę
 - k osobie pomieszczenie pensjonat oraz klientkę ją
 - po pomieszczeniu klientki proszę by się pochyliła
 - proszę się na fotelu na plecach i przykryć ją kocem od pasa w dół
 - proszę o zdjęcie pierścionków, informuję klientkę odczuciach mędrz piersi

1. Przygotowanie stanowiska pracy

Gabinet przed wykonaniem zabiegu powinien być odpowiednio przygotowany i przemyślany. Temperatura powinna oscylować w granicach 21°C.

Folia kosmetyczna przykrywamy jednorazowym pokrowcem, przed

zainstalowaniem podłogi fotel należy dezynfekować środkiem powierzchniowo czynnym (do dezynfekcji powierzchni). Na fotelu układamy - w miejscu pod głową i nogami jednorazowe podłogi papierowe. W miejscu gdzie klientka będzie miała plecy układamy ręcznik frotte. Na dezynfekowanym środku do dezynfekcji powierzchni stolika ustalamy potrzebne nam do zabiegu materiały i preparaty (+ miseczka z wodą + preparat do dezynfekcji rąk). Następnie sprawdzamy urządzenia które mamy zamiar wykorzystać podczas zabiegu. Sprawdzamy ich sprawność i czy są wyłączone, błąd wyzerowane. Dezynfekujemy je środkiem do dezynf. powierzchni i odsuwamy od linii / źródła wodociągowych.

Wspieramy klientkę, prosimy aby przebrała się w penivar, przygotowała do zabiegu. Klientka ładuje się na fotelu, w które potrzebny przykrywa się kocem! Osoba wykonująca zabieg również powinna się odpowiednio przygotować. Powinna mieć na sobie rękawy fartuszek, ewentualnie odzież odpowiednią do wykonania zabiegu. Jeżeli ma się długie włosy należy je spiąć. Zakładamy także wygodne obuwie, zabieg będziemy wykonywać w większości nie stojąc. Hygijemy i dezynfekujemy ręce.

Przeprowadzamy diagnozę stanu skóry głowy białej przy użyciu lampy beriozowej z lupą, a także dotykając skóry aby sprawdzić jej grubość, napięcie, elastyczność, ogólny stan. To ułatwi nam podjęcie decyzji w sprawie wykorzystania preparatów podczas zabiegu.

Pytamy o przeciwwskazania do zabiegu. Przeprowadzamy także z klientką wywiad

- pytamy o - rodzaj wykonywanej pracy
 - o dietę
 - o przebyte choroby
 - o przyjmowane leki
 - o skłonności do alergii

- o tryb życia
- o ewentualnie uprawiane sporty
- jak spędza czas wolny

ETAP II

Przygotowanie stanowiska pracy

- przygotowanie fotela kosmetycznego pod względem wygody klienta oraz zaplanowanie pracy
- przygotowanie fotela kosmetycznego pod względem estetycznym i higienicznym, tj. zdezynfekowanie fotela preparatem do dezynfekcji powierzchni oraz przykrycie fotela jednorazową pokrowcem,
- przygotowanie zdezynfekowanego stolika kosmetycznego, na którym umieścimy preparaty, środki, przybory i materiały kosmetyczne niezbędne do wykonania zabiegu,
- przygotowanie biurkowej lampy z lupą. Lampę należy zdezynfekować poprzez przetarcie jej ramienia papierowym ściereczką preparatem do dezynfekcji powierzchni, a następnie włączyć światło.
- przygotowanie tabletki kosmetycznej, którą ustaniemy przy zejściu klienta z fotela.
- przygotowanie czystej białej ściereczki (penioner, szlafroku) oraz koła.

ETAP III

Przygotowanie klientki do zabiegu

a) przeprowadzenie z klientką wywiadu kosmetycznego w celu wykluczenia przeciwwskazań. Zadaje następujące pytania:

- Czy klientka jest w ciąży obecnie.
- Czy klientka karmi piersią.
- Czy przeżyła operacje piersi.
- Czy posiada silikonowe implanty w piersiach.
- Czy wykazywała w niej zmianę nowotworową.

Wskazując przeciwwskazania; u klientki można wykonać zabieg pielęgnacyjny twarzy.

b) prosi następnie klientkę o zdjęcie biżuterii, podaje jej białą ściereczkę i uskazuje miejsce, gdzie klientka się przebierze.

c) następnie ukierowia klientkę wygodnie na fotelu i przykrywa kołem przednie pytanie czy sobie życzy.

Kolejny etap wykonania zadania egzaminacyjnego polegał na opisie przebiegu zabiegu z uwzględnieniem metodyki. Duża część zdających prawidłowo i wyczerpująco opisała kolejne fazy zabiegu, tj. w poprawnej kolejności - zgodnie z zasadami jego wykonywania i przy zastosowaniu odpowiedniej do zastosowanych środków kosmetycznych techniki. W opisie metodyki przeważnie uwzględniano wykonanie diagnozy przy użyciu lampy z lupą, masażu kosmetycznego wraz opisem techniki i kierunku oraz odpowiednie przygotowanie do niego, aplikowanie i ściąganie maski termo modelującej. Większość zdających wymieniała niezbędne środki i preparaty kosmetyczne o właściwościach ujędrniających, odżywczych i liftingujących. Przykłady prawidłowo wykonanych opisów zabiegu występują we fragmentach prac zdających, które zostały zamieszczone poniżej:

C. Diagnostyka

c.d. 2) Po przebytej ciąży i 10ciu miesięcznym karmieniu skóra piersi i klatki piersiowej wlegała do porostania.
- stała się atakie i opadająca
- skóra piersi jest:

- * cienka
- * rozciągnięta
- * wykazuje błąk elastyczności i jedności
- * widoczne są delikatne rozstępki
- * skóra sucha, męczliwa
- * brakuje odżywienia i natężenia skóry

1) Przystępuje do badania - ^{przebieg choroby} ^{na fotokomórki} ^{kompletnie} ² ^{aport} ^{wed}
- Skóra biała, obciążona, białym popękaniem, jednością, męczliwa, elastyczność skóry.

2) Diagnostyka:

3) Po przeprowadzeniu wywiadu, diagnozy nie stawiamy przeciwnie, chodzi o wykonanie zabiegu pielęgnacyjnego (użytkownicy - modelujący depilację)

D. Opis czynności związanych z wykonaniem zabiegu z uwzględnieniem metodyki

a) oczyszczenie skóry

- Nogi, biust wcześniej zamoczonej skórą w wodzie nabieram żelu myjącego z abantoiną, bluszczem, ogrzewam go w dłoniach podając skórę o skórę.
- Klade dłonie na skórze biustu i delikatnie oczyszczam skórę z zanieczyszczeń, potem, tegoż żelu, delikatnie masuję, ruchami delikatnymi okrężnymi, i rozciąganie.
- ~~Do pomocy~~ Po dokładnym oczyszczeniu i zmoczeniu, smygam

zela wraz z emulgatorem zamocyszczeniarni za pomoca
pialek kosmetycznych, tonizuj funkcje oddechowym

b) peeling enzymatyczny - technika przeprowadzenia

- w zabiegowe otorni nakladam peeling enzymatyczny,
opraciem w otornach,
- nakladam na skine biustu delikatnie masujac przez ok. 2 min
pozostawiam peeling na skine na ok 8-10 min,
- przy nakladaniu peelingu zwracam uwage aby omiadc biadulka
suklowe,
- po uplynieciu czasu ^{placenie} ~~zmywam~~ ^{zmywam} peeling ^{zmywam} ~~zmywam~~ ^{zmywam} za pomoca
nasocebnych w adze mharowej pialek kosmetycznych
- tonizuj skine funkcje oddechowym.

c) nakladam serum ujednajace do biustu

Technika nakladania:

- w zabiegowe otorni wlewam porcje serum, opraciam go w
otornach,
- nakladam na skine, delikatnie masujac do wtkacutego
wtkonipcie

d) wykonyje masaz na keme do mierz ujednajajac z kawozem

Technika ~~nakladania~~ ^{zmywania} wykonywanie masazu

- w zabiegowe otorni nabieram kemu do masazu, opraciam
go w otornach przez powieranie dion o dion.
- rozpoczynam kem po skine piesz
- caly czas trwanie mierzki, zabiegu pamietam o ^{omijaniu} ~~omijaniu~~
biadulka suklowych.
- rozpoczynam masaz, stosuje ~~napiecie~~ ^{napiecie} ~~glatkanie~~ ^{glatkanie}, ~~rozczkanie~~,
oidz ~~ptarkanie~~ ^{ptarkanie} ~~ktowae~~.
- udny prowadz od dionu do gony, oraz wlotu przebiegu wtkien
kigstrowych.
- stosuje udny ~~potluene~~ ^{potluene}, ~~okrene~~ ^{okrene}, ~~stosuje~~ ^{stosuje} ~~maselujace~~ ^{maselujace} biust.
- masaz wykonyje delikatnie, z malp sice do astki, ale pinyne,
miptko.
- zwracam duze uwage na mierz ~~mieszki~~ ^{mieszki} piesz ~~guch~~ ^{guch} i ich
pawcepsu aby ~~okretd~~ ^{okretd} ~~ujednajaco~~ ^{ujednajaco} i ~~modelujaco~~ ^{modelujaco} na biust.
- masaz trwa ok 10 min.
- zbieram nadmiar sredko ~~posliagowego~~ ^{posliagowego} chusteczki higienianej, delikatnie
tonizuj, pamietajac zwrone funkcje oddechowym pialki.

e) nakladam serum nawilzajace i wykonuj sonofrezje

Technika wykonywania sonofrezji:

- do misecaki odmieram odpowiednia ilosc serum nawilzajacego
- po dole kosmetycznym nakladam serum rownomernie na skine biustu,
omijajac biadulka suklowe,

- bielizna elektryczna (pelota) przystawiam do skóry biustu
- upewniam się, że uzpołknienie ma ustalone odpowiednie parametry
- które wcześniej ustaliłam
- włączam "START" uzpołknienie, ruchami dęowymi, pozwalonymi wprowadzaniem składników aktywne za pomocą ultradźwięków w głąb skóry.
- składniki aktywne serum:
 - x kwas hialuronowy
 - x olej zelon
 - x wit. A, E
 - x NMF
 - x NNET

^{składniki} dodatkowo ^{składniki} wchłonięciu podane zostaną składniki aktywne z poprzednio poleżonych preparatów kosmetycznych tj. serum olejowe z keratyną

- Sonoforez, wykonuję najpierw na jednej piersi ^{trudniejsza} 5 min, następnie na drugiej - 5 min.
- gdyby okazało się, że preparat (serum) bardzo szybko się wciągnie podniesiemy elektrodami kolejną porcję - w celu udostępnienia przetrzeć ją delikatnie, powoli się przesunie, nie powinno podrywać się głośnie
- ~~sonoforez~~ sonoforez od skóry podczas pracy uzpołknienia - głośno zepszczam uzpołknienie, i powoli włączając.
- całkowity czas sonoforezy - 10 min.
- po skończonej ^{składniki} przetrzeć elektrodami pelotą, włączam uzpołknienie wprężnikiem, następnie z pudru i dezynfekuję głośnie.

f) nałożenie maski algow - gipsowej do biustu (termomolekularnej)

- Przygotowanie do maski:
- do miseczki odmierzam porcję ^{trudniejsza} kemu uprzednio do biustu
 - nakładam ją na skórę z pominięciem brodawek sutkowych, gubiesz
 - aera się kryjąca; masę płaski kosmetyczne w wodzie mineralnej i przykryć brzo
 - zamoczyć w wodzie mineralnej gęsto i dokładnie przetrzeć
 - całą powierzchnię biustu wraz z okolice ^{składniki} maski i maski
 - sprawdzam czy naprawdę cała powierzchnia jest dokładnie przykryta gęsto i dokonywać rozrobienie maski

Przygotowanie miseczki algow - gipsowej do biustu - termomolekularnej

- do miseczki alumowej wyciuję porcję sproszkowanej miseczki algow - gipsowej do biustu z 1/2 miszki, dodaję wodę mineralną (ok 400 ml.)
- ~~ter~~ energicznie mieszając ^{przez} przez próżnię miszki z wodą do momentu powstania gładkiej, jednolitej masy, o konsystencji psstej śmietany.
- po dokładnym wymieszaniu zaczynam nakładanie, w miarę szybko, gdyż maska bardzo szybko zostaje, po zostympaniu nie do się jej porwać i bpolnie do cyanku.

Technika nakładania miseczki algow - gipsowej - termomolekularnej
 Zaczynam nakładanie od maski na boki, następnie od linii pachy do środka okazyjnymi ruchami maskę nakładam sepietkpo do nakład

- alg.
- Maskę nakładam w sposób kryjący całą powierzchnię biustu wraz z mostkiem, uważam aby nie wyjść z mostkiem po ze górę.
 - praktycznie piersi wraz z tal przykrywam delikatnym filcem
 - praktycznie poniżej rękawic forte, a wszędzie ma być miejsce zabiegowe.
 - praktycznie kocem - jeśli poniżej siebie tego ^{podkładam} szyję, pytając czy może być za gorąco pod rękawicami, kocem.
 - Maskę powinna odpocząć na biustcie przez około 20-30 min.
 - Informuję panią, że nie poczeka może być odciążenie uczucie ciepła, następnie stądzenie, ucucie chłodem, maskę zdejmuje za 5 min.
 - w miłej chwili pytam panią czy wszystko w porządku.
 - odchodzę od pani, nie zostawiam jej samej.
 - po minimum czasie (20-30 min) zdejmuję maskę w całości, wcześniej proszę panią o wdech - uciskam mi to zdjęcie maski.

g) Tonizuje skórę biustu, tonikiem wycieram

Naso czynniki zalecają kosmetyczkami wycieram pozostałości maski oraz tonizuje skórę, przykrywając delikatnie kosmetyczną, i tal tonizuje całą powierzchnię biustu.

h) Nalozone kremu tłustego ujednolicię do biustu

W zagłębienie otoni nabieram kremu ujednolicięcego do biustu tłustego, ogrecaam go w otoniach, potierając otoni w otoni i nakładam go na skórę piersi delikatnie wmasowując, ok 10 min. Jeśli jest nadmiar to delikatnie zbracam go przykrywając chusteczką higieniczną.

Zdający przewidział wykonanie podczas zabiegu jonoforezy. Nie było to konieczne, ale nie było też błędem. Używał jednak niewłaściwych nazw „elektroda”, „pelota”, zamiast „głowica”:

ETAP IV

Metodyka wykonania zabiegów

Ponownie myję i dezynfekuję skórę preparatu do dezynfekcji skóry.

a) Zmycie skóry biusta delikatnym zębem myjącym.
Technika: na skórze dłonie mechanicznie zębem myjącym go na miarę wykonuje bliskie ruchy od podstawy piersi ku brodawkom sutkowym. Następnie zmiękczy kompresy z waty i ciepłej wody i zmyje z brzości wraz z kowleczkami.

b) Wykonanie tonizacji tonikiem neutralnym z NMF i kwasem mlekowym.
Technika: Na dnie piętki kosmetyczne dłonie tonik i pianką pręsi podnoszącymi ruchami. Następnie osusza pręsi chusteczkami higienicznymi przez przyciśnięcie i odciągnięcie od piersi. Przewodząco działający piasek i ciepłą wodą tonizującą

z lupki
przez skórę
suchą

c) Wykonanie peelingu enzymatycznego z pominięciem brodawek sutkowych.
Technika: Umaszczona cienką warstwą peelingu w miseczce plastikowej po całym pobieraniu go dłońmi i rozprawa dłoni na biustcie skutkuje widocznie wzmocnieniem. Porostaniem na ok. 10 minut. Po tym czasie skórę zmywa ciepłą wodą kompresy z waty emolientowej w ciepłej wodzie.

d) Wykonanie tonizacji wg męskiej epsonowej techniki.

e) Wykonanie masażu biustu: niewielką ilość kremu do masażu nanosimy na skórę, a następnie rozprowadzamy ruchami ślizkimi na brzości. Masaż jest to zespół ruchów wywołujących skutki na tkanki. Masaż klasyczny polega na wykonaniu okrężnych ruchów, w określonym tempie z określoną siłą, zgodnie z przebiegiem naczyń, naczyń krwionośnych i limfatycznych.

Masaż biustu jest to masaż skóry, mięśni chodzących, gruczołów piersiowych i polega na wykonaniu kolejno ruchów:

- głaskanie,
- rozcieranie,
- ugniatanie,
- oklepywanie,
- mrośnięcie.

Masaż skonieczny ruchami piskawymi. Następnie usuwamy je nadmiar kremu (lub masażu zmiękczonej) i osuszamy biust chusteczkami higienicznymi.

f) Naciąganie na biust szerokiego elastycznego
Technika: umieszczając rękę na ciele, rozciągamy delikatnie u obu stronach po całym naciąganiu ruchami piskawymi na skórze biustu i delikatnie go uściskamy.

g) Naciąganie krępego kremu upolnowojęcego na biust.
Technika: Umieszczając stosunkowo dużą ilość kremu na plastikowej miseczce. Pełniąc krem dłońmi i rozprowadzamy na skórze biustu grubą warstwę, powijając brodawki sutkowe.

h) Zdotyżenie brzości sukanyh nożikow kosmetycznyh.
Suche piatki kosmetycznu nambudow na bradoliki hiltkow klicutka.

i) Notożenie na pierśi podmojnjej gony zialionej u wrokie.
Technika: podmojne zialone gony maly u ~~u~~ mizere ewa
klystow i umezowu na kwiote klicutka.

j) Wykonawie maski termomodelujcej.
Technika: maskę termomodelujcj umezowu u wiscie i
dodaje do niej wodę mineralny u proporcjach 2:1.
Muzowu energicznie maskę do dogotowu konsystencyj
gsteri smietany.

Uprzechnu klicutka o odowuich termicznych po notożeniu
maski. Klicutka pomaje najpieru ciepło, a następnie
stopniowe ochłodzenie.

Maskę pozostawiam na 20-25 minut.

Maskę nabrajam zocynajcj od wostke kierejce syp
kei zympte pierśi smuchami kolistymi podbrzojcyjni-
klystow u tym celu sypokity.

Pozostawiam maskę na 20-25 minut.

Po uplywie tego czasu zdejmuję maskę u jedynu karkicel
wypucowu je do pojemnika do odpady komunalne.

k) Wykonawie pchnowu tonzacji wedleuj uresniej oprawy
techniki.

l) Notożenie kosmu namrozycow na skony biustu.

Technika: niemelkp alsi kramu namosze dicitami na
skony biustu wykonujcj ruchy gloskewo.

Po wykonanej diagnozie i przeprowadzonym wywiadzie stwierdzam brak przeciwwskazań do zabiegu. ~~Phosson~~

Zabieg rozpoczynam od demakijażu biustu. Na dłonie nakładam mleczko kosmetyczne, delikatnie rozcieram je w dłoniach aby nadać im odpowiednią temperaturę i rozprowadzam je na piersiach omijając brodawki. Następnie wodę maseczkową wodę mineralną zmywam mleczko. Kolejnym krokiem jest tonizacja skóry biustu i dekolantu. Tonik nawilżający nanoszę na płatki kosmetyczne i delikatnie przecieram biust i dekolant. Dzięki tonikowi skóra będzie miała przywrócone odpowiednie pH.

Następnie w celu złuszczenia martwego naskórka, przygotowuję skórę na kolejne preparaty wykonuję peeling enzymatyczny. Nakładam go na pomierczoną biustu, omijając okolice brodawek wykonuję delikatny masaż, określonymi ruchami ~~to~~. Pozostawiam peeling na 10 min.

Zmywam go wodą (nata maseczkową wodę mineralną) Tonizuję skórę biustu.

Następnie nanoszę serum ujędrniające, dobrze je wmasowuję ruchami głaskania. Gdy serum się wchłonie na biust nakładam krem do masażu odżywczy. Wykonuję masaż (ok 10-15 min) zachowując kierunek ruchów od zewnątrz do środka, z ~~po~~ dołu do góry. Masaż zapewni polepszenie i przyspieszenie przemiany materii w skórze, poprawi krążenie, wymodeluje biust, sprawi że będzie bardziej ~~elastyczny~~ napięty i jędrny. Zawarte w

Kremie składniki odżywcze sprawdują nawilżenie, odżywienie i poprawę odmoty naskórka. ^{a także wygładzą rozstępny} W trakcie masażu omijamy okolice brodawek.

Po zakończeniu masażu ~~nie zamy~~ - jeżeli pozostał ~~kreem~~ krem, to nie usuwamy jej nadmiaru, dokładamy kremu ~~fiustepo~~ fiustepo uśredniającego i przystępujemy do czynności związanych z malowaniem twarzy termomodelującą. Brzośki zabezpieczamy wacikami/piatkami kosmetycznymi, na zabezpieczoną skórę ~~biustu~~ biustu kremem malujemy zwilżoną wodą gąs. Rozrabiamy maskę z przepłakanej wody, mieszamy do uzyskania odpowiedniej konsystencji. Na przygotowany podkład z gąsy наносим maskę. Od góry w dół i w kierunku od zewnątrz do wewnątrz. Chcemy at maska zastępnie ~~Minutka z maską~~ Maskę trzymamy ok 20 minut, musi ~~całkowicie~~ całkowicie zaschnąć. Po upływie czasu prosimy klientkę aby nabrała powietrza i nagle ją wypuścić. W ten sposób bez problemu maska odleci się od powierzchni skóry. Po zdjęciu maski malujemy krem malujący - liftingujący, wykonujemy to w podobny sposób jak masaż. ~~o~~ Również grąskawia, staramy się dobrze wprowadzić produkt na biust i dekolt. Dziękujemy klientce,

W ostatnim przykładzie osoba zdająca w miarę dobrze opisała technikę zabiegu. Jednak w opisie masażu nie wymieniła kolejnych ruchów masażu, a określiła czas, kierunek i właściwości. Prawidłowo opisała zdjęcie maski w jednym kawałku, zabrakło jednak opisu usunięcia jej pozostałości co w przypadku zastosowania maski termo modelującej jest konieczne.

Ostatnim etapem opisywanego zabiegu powinno być uprzątnięcie stanowiska pracy, wyrzucenie zużytych materiałów i przyborów do pojemnika na odpady, a bielizny do kosza na brudną bieliznę oraz umycie i dezynfekcja przyborów i powierzchni, odstawienie preparatów i środków kosmetycznych na miejsce.

W przypadku kiedy zdający w metodyce opisywanego zabiegu uwzględniali zastosowanie urządzeń kosmetycznych wymagane było ich zdezynfekowanie po zakończeniu pracy. Z tą częścią zadania egzaminacyjnego zdający najczęściej nie mieli większych problemów, a wymienione czynności opisywali prawidłowo.

*Pomyślnie klientu myśleć o sprzątaniu stanowiska pracy

- re. stolicie uważać wszystkie preparaty i utratować na swoim miejscu
- miejsce do pralkowej, sypialni, myjs i dezynfekcyjne preparatem ludzkiej skóry firmy kolona podskórnicem na rękach - przeciencem i denerem do rąk
- miejsce podłogę myśleć preparatem do dezynfekcji: preparatem ludzkiej skóry i myśleć do suchej neutralizacji podłogowej
- aparat sonobrezy, wapiem oraz tanię kupa - przeciencem, dezynfekcyjne (ludzkiej skóry) odstawienie go odstawienie od rąk na swoje miejsce
- ręcznik, noc, szlafki - uważać do kono na koniec kielnie
- jednorazowe jednorazowy re. przed oraz metalię jednorazowe uważać do kono na odpady komunalne
- miejsce pralkowej, sypialni, podłogowej, myjs i dezynfekcyjne - preparatem ludzkiej skóry
- myjs ręce woda z mydłem antybakteryjnym i mydłem do suchej neutralizacji jednorazowym i spryskiwac preparatem do dezynfekcji i skóry skin sept

4 dni / Sprzątnięcie stanowiska pracy
 do kosze na odpady komunalne uważać brudki jednorazowe; geniar, przeciencem jednorazowe, pielki Kosmetyczne i inne materiały zużyte
 - do kosze z brudną bielizną uważać: ręcznik frotte, koc, szlafki,
 - preparaty Kosmetyczne i szalki odstawiać na miejsce,
 - przed i szlafki podłogę dezynfekcyj, uważać e. dyzjenfekcyj - do sonobrezy - Proszona przy do dezynfekcji

Strona 8 z 10

- ~~Pracownik~~ ^{Pracownik} miszeczki, podłogę myjs i dezynfekcyjne
- wietrz pomieszczenie
- myjs swoje ręce mydłem antybakteryjnym i z etworem oraz dezynfekcyj skinseptem
- materiały jednorazowe czyste, nieużyte odkładam na miejsce

Koniec zabieg prosimy klientkę aby przebrała się w swoje ubranie a my ponownie zajmujemy stanowisko pracy. Materiały jednorazowe użyte podczas zabiegu umieszczamy w pojemniku na odpady komunalne, ręczniki frotte, penikar umieszczamy w koszu na bieliznę białą, kieszonki myjenny i dezynfekcyjne (szpatułki i pschelw także). Preparaty odstawiamy na swoje miejsce, pokrowiec jednorazowy wynosimy a fotel dezynfekujemy. Stolik na który stały preparaty także dezynfekujemy preparatem powierzchniowo czynnym

Najczęstszymi błędami w tym elemencie pracy egzaminacyjnej były:

brak opisu wywiadu z klientką,

nieprawidłowy opis zabezpieczenia odzieży klientki,

nie wymienianie żadnej bielizny zabiegowej dla klientki (klientka po zdjęciu górnej części ubrania i biustonosza okrywana była samym kocem). Nie uwzględnienie w metodyce diagnostyki biustu lub diagnostyka bez lampy-lupy. Wykonanie nieprawidłowo dobranych preparatów kosmetycznych np.: masek z glinki kaolinowej lub zielonej lub alg mikronizowanych, użycie zbyt lekkiego kremu nawilżającego po maskę termo modelującą lub nie użycie żadnego kremu pod tą maską, co jest dużym błędem mogącym spowodować podrażnienie skóry. Całkowicie błędne wykonanie maski termo modelującej mogące świadczyć o niewiedzy na temat tego typu preparatu.

Ad. VII Zestaw zaleceń dla klientki dotyczących pielęgnacji biustu w warunkach domowych, propozycja preparatów kosmetycznych wraz z częstotliwością ich stosowania

Prace z wyjątkiem najślabszych uwzględniały zestaw zaleceń dla klientki do domowej pielęgnacji biustu. Zalecenia były w większości prawidłowe i dotyczyły m.in. doboru odpowiedniego biustonosza, gimnastyki mięśni klatki piersiowej, odpowiedniej postawy ciała, samokontroli piersi, masaży i naprzemiennych kąpeli zmiennocieplnych. Zdarzały się również bardzo szczegółowe zalecenia dotyczące odpowiedniej diety, ochrony

przeciwstłonecznej, pozycji podczas snu a nawet stylu pływania mającego pozytywny wpływ na poprawę stanu biustu. Zdający w większości prawidłowo dobrali preparaty do pielęgnacji domowej oraz częstotliwość i sposób ich stosowania np.

- VIII Zalecenia do pielęgnacji domowej
- podczas codziennego ~~pracy~~ prania stosować na biust naprzemiennie mydło ciepłe i zimne w celu przemywania. Omywać brodatki sutkowe
 - stosować raz w tygodniu peeling enzymatyczny na biust lub stosować ^{raz w tyg} ~~raz w tyg~~ z solą i sokiem
 - stosować tonik becahholowy do skóry suchych i normalnych
 - raz w tygodniu możliwe przemywanie skóry biustu i dekolantu w celu przemywania z sokiem cytrynowym
 - stosować kremy modelujące i na biust z zawartością ^{Codrienne} ~~Codrienne~~ i ^{niaktyfne} ~~niaktyfne~~ z zawartością składników aktywnych: jak wit A, E, C, flawonoidy, kolagen, elastyna, mukopolisacharydy, peptydy

algi morkie, aosaime, ^{elastyn: z usi} v mltoczeu japonsku epa,
blunau pospeltepo, pesteli kimopron,
dej zerkado, jojoba, kietkoms pueniay

- ^{codziennych} w krenede na dicit polinne zuderit ot filtry
preciamonecane ma 10
- codzienna gimnastyka miiimi biustu up:
ryce wyprostowac u bok, ryhonyraci kycenie rhome -
zotawrajec duie kate
- ptyuame szcypulwie (dobne) stylem „zabki” bardzo
tadue rezele reebi mkiwie. Zoleca nif 1-2 x 4 typh.
- odporieduia diete: bopate w robie, brate mikro,
shude ryby, ronyre i owce
- wypricanie codziennie 1,5-2 litrow wody
- monecie od dobre dobnonydi stonikod
- nie spawie na bruchu
- odporieduia portawe ciere: wyprostowane p ryhodie,
s'apuzite topatki.
- raz u miedyciu samokontrolne pueni - badawie

7. Zoleceniia dla klientki dochyczele ptepcyji biustu
u narawkach domowych oraz z propozycyji preparatow
kosmetycznych.

- zoleccu klientce wykonywac samokontrolni pueni
u domu co miesiac po kowdej mensestrowcy.
- stosowac u codzienniej higienie delikatnydi zeli
myjacydi do biustu.
- wykonywac regularnie raz u tygodniu peelinga
enzymatyczneco.
- stosowac kremie (codziennie po kapieli krowu nois'rozpylepa
z kwasem hialuronowym na sliem biustu.
- stosowac raz u tygodniu maselaki wyjalniaszej
na biust z kolagenem.
- zoleccu, aby klientka unikala spawia u porzyci
na bruchu, polyz prowadzi to do deformacyji pueni.
- propozuje dobrenie odporiedniiej bielizny,
(na codzieu dobre dopasowany i tynniejszy pueni
biustowosz)

- zalecenie obróbki przeciwnowotworowej u postaci raka w krocisku, wprzechodzie o konieczności stosowania płatków kosmetycznych na brodatki sutkowe w przypadku opóźnienia w leczeniu.
- polecanie kłosa przeciwstawienia skłonięcia zapobiegawczych turowaniu się rozstępów.
- proponuje gimnastykę pierśi u postaci encierzenia np. stając 50 cm od stołu, opierając się rękami na stole i wykonując ruch unoszenia i spadania (jak u przysiadku)
- pod przynajmniej wykonanie zabiegów "ciepło - zimno" zonsie koncepcji zmiętych natryskiem.

A. Zestaw zaleceń dla Klientki: dotychczasowej pielęgnacji biustu w warunkach domowych

- do mycia skóry biustu używać łagodnego żelu myjącego np. algami, Kolagenem, elastyną i soi, ceramidami - do codziennego stosowania
- 1 raz w tydzień stosować peeling enzymatyczny np. algami i D-panthendolem - po zakończonej kurecji w gabinecie
- 2 razy dziennie stosować krem - ujednolico modelujący do biustu 2 Kolagenem, elastyną, algami, żelatyną, Kocionem - Cholesterol i tranżamie Kurecji oraz po zakończonej kurecji w gabinecie
- 1 dzień stosować serum ujednolico - modelujące do biustu 2 Kocionem, ceramidami, wit. E, algami morskimi, - w trakcie trwania kurecji oraz po zakończonej kurecji w gabinecie
- dwa razy w tygodniu wykonować zabieg w gabinecie Kosmetycznym - zabieg ujednolico - modelujący
- co ~~tydzień~~ najlepiej proponuje wprowadzenie zabiegów peelingu enzymatycznego mikroabrazji oliamentowej - delikatnie i delikatnie w jęziku, ulepszaniu, które poprawia stan skóry, białej
- seria zabiegów od: 8-10
- unikamy opalania w solarium oraz kąpiele słoneczne
- zalecam wyjątkowo ukrywać ciało i celuj w lepsze nawilżenie, ulepszanie tkanek.
- zalecam dwa razy w tygodniu wykonywać również ujednolico modelujący spójnie wykonany, jakic delikatnie i intensywnie jakic
- unikamy spania na brzuchu,
- w czasie kąpieli zalecam bieliznę naprzemiennego przysilenia - ciepła -
- profilaktyczne zalecam badanie samodzielnego pierśi raz w miesiącu oraz badanie się odczuwania i wykonanie USG pierśi.
- zalecam zdrowe odżywianie uwzględniając owoce, warzywa, chude mięso i ryby,
- zalecam dobrowolne odpowiedniej bielizny - stanika, która będzie przystępna i wygodna w codziennym życiu, i opóźnieniu biustu,
- zalecam umiarkowanie skłonięcia przynajmniej ok. 25x w tydzień np. przynajmniej, a także

Najczęściej popełniane błędy: Nieprawidłowo dobrane preparaty np. peeling gruboziarnisty, kremy wybielające przebarwienia. Zbyt mała ilość propozycji zaleceń pielęgnacyjnych i preparatów kosmetycznych dla klientki lub zbyt ogólne ich nazwanie np. „używanie peelingów i kremów ogólnie dostępnych o odpowiednio dobranych składnikach aktywnych”.

Ad. VIII Ocena ogólna pracy egzaminacyjnej

Prace z wyjątkiem tych najłabszych były czytelne i przejrzyste oraz logicznie uporządkowane. Nieliczne prace zawierały błędy merytoryczne .

W niektórych pracach egzaminacyjnych znalazły się przykłady sformułowań i nazewnictwa odbiegającego od terminologii fachowej stosowanej w kosmetyce np.

- badam klientkę palpacyjnie
- piersi klientki wyglądają jak przekłute balony
- klientka jest pełna mleka
- badam stopień obwisu biustu klientki
- proszę klientkę aby wyjęła wszystkie metalowe implanty z ciała