



1. AUTOEVALUACIÓN TEÓRICA

Marca tu nivel de confianza en cada tema:

1 = Bajo 2 = Medio 3 = Alto

Tema	1	2	3
Concepto de ventosaterapia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Beneficios terapéuticos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Origen histórico	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Usos tradicionales	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Usos modernos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tipos de ventosas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aplicación básica profesional	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



2. EVALUACIÓN DE CONOCIMIENTOS

Selecciona la opción correcta:

- ¿Qué efecto produce principalmente la ventosaterapia?
 - a) Enfriamiento muscular
 - b) Succión terapéutica
 - c) Compresión ósea
 - d) Vibración nerviosa
- ¿Qué beneficio está asociado a la ventosaterapia?
 - a) Debilita la circulación
 - b) Reduce la movilidad
 - c) Mejora la circulación sanguínea y linfática
 - d) Produce rigidez muscular
- ¿Qué cultura utilizó la ventosaterapia hace más de 2.000 años?
 - a) Medicina tradicional china
 - b) Cultura maya
 - c) Cultura romana moderna
 - d) Medicina contemporánea
- ¿Qué tipo de ventosa es ideal para pieles sensibles?
 - a) Cristal
 - b) Bambú
 - c) Silicona
 - d) Acero
- ¿Cuál es una ventaja de las ventosas de cristal?
 - a) Son biodegradables
 - b) Excelente succión
 - c) Son blandas
 - d) Son desechables
- ¿Qué tipo de ventosa utiliza bomba manual?
 - a) Cristal
 - b) Silicona
 - c) Bambú
 - d) Plástico con bomba



3. EVALUACIÓN PRÁCTICA

Evalúa tu desempeño práctico:

1 = Necesita mejorar 2 = En proceso 3 = Competente

Criterios	1	2	3
Preparación del material	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Higiene y seguridad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Control de la succión	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Colocación correcta de ventosas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Comunicación con el cliente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aplicación segura y profesional	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



4. REFLEXIÓN Y DESARROLLO PERSONAL

Responde con honestidad:

- ¿Qué conceptos comprendes mejor? _____
- ¿Qué aspectos necesitas reparar más? _____
- ¿Qué tipo de ventosa te resulta más interesante? _____
- ¿Qué habilidad práctica deseas mejorar? _____
- ¿Qué acciones realizarás para seguir aprendiendo? _____



5. PLAN DE MEJORA

Objetivo	Fecha
Mejorar conocimientos teóricos	__/__/__
Practicar control de succión	__/__/__
Aprender nuevas técnicas	__/__/__
Mejorar la ergonomía profesional	__/__/__
Aplicar protocolos completos	__/__/__



6. EVALUACIÓN VISUAL

Identifica correctamente:



7. RESULTADOS Y SEGUIMIENTO

Sección	Puntaje obtenido	Puntaje máximo
Autoevaluación teórica	___	/ 21
Evaluación de conocimientos	___	/ 6
Evaluación práctica	___	/ 18
TOTAL	___	/ 45



INTERPRETACIÓN

- 38 – 45 Excelente
- 30 – 37 Muy bueno
- 20 – 29 En desarrollo
- 0 – 19 Necesita repaso y práctica

“La práctica consciente y el aprendizaje continuo convierten la técnica en excelencia profesional.”

