|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ACTIVIDAD DIDÁCTICA CUESTIONARIO | | | | | | | | | | | | | |
| Generalidades de la actividad   * Las indicaciones, el mensaje de correcto e incorrecto debe estar la redacción en segunda persona. * Diligenciar solo los espacios en blanco. * El aprendiz recibe una retroalimentación cuando responde de manera correcta o incorrecta cada pregunta. * Señale en la columna Rta. Correcta con una (x) de acuerdo con las opciones presentadas. * Al final de la actividad se muestra una retroalimentación de felicitación si logra el 70% de respuestas correctas o retroalimentación de mejora si es inferior a este porcentaje.   Para sugerir este tipo de actividad tener presente equipo de Diseño Instruccional, que solo debe haber máximo doce opciones de pregunta y que cada campo tiene un límite de palabras permitidas para garantizar el responsive web. | | | | | | | | | | | | | |
| Instrucciones para el aprendiz | | Esta actividad le permitirá determinar el grado de apropiación de los contenidos del componente formativo: **La hidroterapia y sus beneficios.**  Antes de su realización, se recomienda la lectura del componente formativo mencionado. Es opcional (no es calificable), y puede realizarse todas las veces que se desee.  Lea la afirmación de cada ítem y luego señale verdadero o falso según corresponda. | | | | | | | | | | | |
| Nombre de la Actividad | | Los beneficios de la hidroterapia, enfocada en la cosmetología, la estética y el turismo de salud. | | | | | | | | | | | |
| Objetivo de la actividad | | Validar el conocimiento adquirido sobre las generalidades de la hidroterapia según marco histórico, origen y su evolución. | | | | | | | | | | | |
| Texto descriptivo | | Lea cada enunciado referente a los temas desarrollados en el componente formativo y elija una opción según corresponda. | | | | | | | | | | | |
| PREGUNTAS | | | | | | | | | | | | | |
| Pregunta 1 | | **¿Qué es la hidroterapia?** | | | | | | | | | | | Rta(s) correcta(s) (x) |
| Opción a) | Uso de medicamentos. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Uso del agua con fines terapéuticos. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Opción c) | Aplicación de calor. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Terapia con masajes. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 2 | | **¿Cuál de las siguientes es una clasificación del agua utilizada en hidroterapia?** | | | | | | | | | | | |
| Opción a) | Agua fría. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Agua tibia. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Agua caliente. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Todas las anteriores. | | | | | | | | | | | | X |
| Pregunta 3 | | **¿Cuál es uno de los efectos fisiológicos de la hidroterapia?** | | | | | | | | | | | |
| Opción a) | Aumento del estrés. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Relajación muscular. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Opción c) | Deshidratación. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Aumento de la presión arterial. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 4 | | **¿Qué tipo de turismo incluye tratamientos estéticos y de salud?** | | | | | | | | | | | |
| Opción a) | Turismo de aventura. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Turismo cultural. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Turismo de bienestar. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Opción d) | Turismo de compras. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 5 | | **¿Qué modalidad de hidroterapia es más común en spas?** | | | | | | | | | | | |
| Opción a) | Duchas de agua fría. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Bañeras de hidromasaje. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Opción c) | Duchas de contraste. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Inhalación de vapor. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 6 | | **¿Qué se entiende por turismo de salud?** | | | | | | | | | | | |
| Opción a) | Viajes para hacer deporte. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Viajes para tratamientos médicos y estéticos. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Opción c) | Viajes para comprar productos de salud. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Viajes de negocios. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 7 | | **¿Cuál de los siguientes no es un efecto fisiológico del agua fría?** | | | | | | | | | | | |
| Opción a) | Estimula la circulación. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Reduce la inflamación. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Relaja los músculos. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Opción d) | Aumenta el tono muscular. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 8 | | **¿Cómo se clasifica el agua utilizada en hidroterapia?** | | | | | | | | | | | |
| Opción a) | Por su temperatura. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Por su composición mineral. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Por su uso terapéutico. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Todas las anteriores. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Pregunta 9 | | **¿Cuál es el uso principal de la hidroterapia en la cosmetología?** | | | | | | | | | | | |
| Opción a) | Mejorar la elasticidad de la piel. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Opción b) | Reducir el peso. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Aumentar la masa muscular. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Incrementar el metabolismo. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 10 | | **¿Qué beneficios ofrece el turismo de bienestar?** | | | | | | | | | | | |
| Opción a) | Mejora la salud física y mental. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Opción b) | Promueve la cultura local. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Aumenta el consumo de productos locales. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Fomenta el turismo de aventura. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 11 | | | **¿Qué principio físico permite a los pacientes realizar movimientos con menor esfuerzo en el agua?** | | | | | | | | | |  |
| Opción a) | Conductividad. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Flotación. | | | | | | | | | | | | X |
| Opción c) | Reflejo. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Presión. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 12 | | | | **¿Cuál es el efecto de la presión hidrostática en el cuerpo sumergido?** | | | | | | | | |  |
| Opción a) | Mejora la circulación. | | | | | | | | | | | | X |
| Opción b) | Aumenta la rigidez muscular. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Disminuye la elasticidad. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Genera fatiga. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 13 | | | | | | **¿Qué efecto tiene la hidroterapia en el sistema circulatorio?** | | | | | | |  |
| Opción a) | Aumenta el flujo sanguíneo. | | | | | | | | | | | | X |
| Opción b) | Disminuye la presión arterial. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Reduce la oxigenación. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Inhibe la circulación. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 14 | | | | | **¿Qué efecto fisiológico tiene la flotación en la hidroterapia?** | | | | | | | |  |
| Opción a) | Alivia el dolor muscular. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Opción b) | Reduce el flujo sanguíneo. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Incrementa la rigidez. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Provoca tensión. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 15 | | | | | | | **¿Cuál es un beneficio psicológico de la hidroterapia?** | | | | | |  |
| Opción a) | Disminución del estrés. | | | | | | | | | | | | X |
| Opción b) | Incremento de la ansiedad. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Aumento de la tensión. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Reducción de la confianza. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 16 | | | | | | | | **¿En qué cultura antigua se documentó el uso de baños terapéuticos por primera vez?** | | | | |  |
| Opción a) | Egipcia. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Griega. | | | | | | | | | | | | X |
| Opción c) | Romana. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | India. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 17 | | | | | | | | | **¿Cuál fue el propósito de los baños romanos en la antigüedad?** | | | |  |
| Opción a) | Solo higiene. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Relajación y socialización. | | | | | | | | | | | | X |
| Opción c) | Propósitos religiosos. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Tratamientos médicos únicamente. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 18 | | | | | | | | | | **¿Cuál de estos tipos de agua es más común en hidroterapia?** | | |  |
| Opción a) | Agua destilada. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Agua mineral. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Agua de mar. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Agua termal. | | | | | | | | | | | | X |
| Pregunta 19 | | | | | | | | | | | **¿Qué tipo de agua es conocida por su capacidad para tratar problemas de la piel?** | |  |
| Opción a) | Agua de manantial. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Agua de mar. | | | | | | | | | | | | **X** |
| Opción c) | Agua de río. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Agua de piscina. | | | | | | | | | | | |  |
| Pregunta 20 | | | | | | | | | | | | **¿La terapia en piscina es especialmente útil para?** |  |
| Opción a) | Pacientes con osteoporosis. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción b) | Atletas de alto rendimiento. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción c) | Problemas gastrointestinales. | | | | | | | | | | | |  |
| Opción d) | Recuperación postoperatoria. | | | | | | | | | | | | **X** |
| MENSAJE FINAL ACTIVIDAD | | | | | | | | | | | | | |
| Mensaje cuando supera el 70% de respuestas correctas | | ¡Excelente! Lo felicito, ha superado la actividad y demuestra sólidos conocimientos sobre el componente formativo. | | | | | | | | | | | |
| Mensaje cuando el porcentaje de respuestas incorrectas es inferior al 70% | | No ha superado la actividad. Le recomendamos volver a revisar el componente formativo e intentar nuevamente la actividad didáctica. | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CONTROL DE REVISIÓN** | | |
|  | **Responsable** | **Fecha** |
| **Evaluador Instruccional** | **Gilberto Herrera Delgans** | **Octubre 2024** |