

1ª PRUEBA: CUESTIONARIO TEÓRICO
2ª PRUEBA: CUESTIONARIO PRÁCTICO

ACCESO: PROMOCIÓN INTERNA

CATEGORÍA: TÉCNICO/A ESPECIALISTA EN DIETÉTICA Y NUTRICIÓN.

CONCURSO-OPOSICIÓN PARA CUBRIR PLAZAS BÁSICAS VACANTES:

Resolución de 21 de septiembre de 2016 (BOJA núm. 183, 22 de septiembre).

Resolución de 4 de julio de 2018 (BOJA núm. 132, 10 de julio).

ADVERTENCIAS:

- Compruebe que en su «**Hoja de Respuestas**» están sus datos personales, que son correctos, y **no olvide firmarla**.
- El **tiempo de duración de las dos pruebas** es de **tres horas**.
- **No abra** el cuadernillo hasta que se le indique.
- Para abrir este cuadernillo, rompa el precinto.
- Si observa alguna anomalía en la impresión del cuadernillo, solicite su sustitución.
- Este cuadernillo incluye las preguntas correspondientes a la «**1ª PRUEBA: CUESTIONARIO TEÓRICO**» y «**2ª PRUEBA: CUESTIONARIO PRÁCTICO**».

1ª PRUEBA: CUESTIONARIO TEÓRICO

- Esta prueba consta de 100 preguntas, numeradas de la 1 a la 100, y 3 de reserva, situadas al final del cuestionario, numeradas de la 151 a la 153.
 - Las preguntas de esta prueba deben ser contestadas en la «**Hoja de Respuestas**», numeradas de la 1 a la 100.
 - Las preguntas de reserva deben ser contestadas en la zona destinada a «**Reserva**» de la «**Hoja de Respuestas**», numeradas de la 151 a la 153.
- Todas las preguntas de esta prueba tienen el mismo valor.
- Las contestaciones erróneas se penalizarán con $\frac{1}{4}$ del valor del acierto.

2ª PRUEBA: CUESTIONARIO PRÁCTICO

- Esta prueba consta de 50 preguntas, numeradas de la 101 a la 150.
 - Las preguntas de esta prueba deben ser contestadas en la «**Hoja de Respuestas**», numerada de la 101 a la 150.
- Todas las preguntas de esta prueba tienen el mismo valor.
- Las contestaciones erróneas se penalizarán con $\frac{1}{4}$ del valor del acierto.

- Todas las preguntas tienen 4 respuestas alternativas, siendo sólo una de ellas la correcta.
- Solo se calificarán las respuestas marcadas en su «**Hoja de Respuestas**».
- Compruebe siempre que el número de respuesta que señale en su «**Hoja de Respuestas**» es el que corresponde al número de pregunta del cuadernillo.
- Este cuadernillo puede utilizarse en su totalidad como borrador.
- No se permite el uso de calculadora, libros ni documentación alguna, móvil ni ningún otro dispositivo electrónico.

SOBRE LA FORMA DE CONTESTAR SU «HOJA DE RESPUESTAS», LEA MUY ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES QUE FIGURAN AL DORSO DE LA MISMA.

ESTE CUESTIONARIO DEBERÁ ENTREGARSE EN SU TOTALIDAD AL FINALIZAR EL EJERCICIO. Si desean un ejemplar pueden obtenerlo en la página web del SAS (www.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud).

1 ¿Qué condiciones necesitan las bacterias para multiplicarse?:

- A) Abundante cantidad de nutrientes
- B) Humedad de la que extraer el agua que necesitan
- C) El PH adecuado para favorecer su proceso de adquisición de nutrientes a través de la membrana bacteriana
- D) A B y C son correctas

2 El proceso de conservación que consiste en extraer la humedad contenida en los alimentos congelando y sublimando esa humedad se llama:

- A) Congelación
- B) Concentración
- C) Liofilización
- D) Saponificación

3 Son vitaminas liposolubles:

- A) Las que se disuelven en agua
- B) Las vitaminas del grupo B
- C) La vitamina C
- D) Las vitaminas A, D,E, y K

4 Con respecto a las hortalizas y verduras ¿Cuál de las siguientes afirmaciones es falsa?

- A) En cuanto a minerales, es el potasio el componente principal
- B) El contenido lipídico es muy bajo
- C) Tienen un elevado contenido (45%) de glucosa y sacarosa
- D) Algunos tubérculos y semillas tienen un elevado contenido en almidón

5 ¿La comida que durante su elaboración ha sido sometida a un proceso térmico se llama?

- A) Comida preparada con tratamiento térmico
- B) Comida preparada permanente (CPP)
- C) Comida recalentada
- D) Comida térmicamente estable

- 6 ¿Qué bacterias importantes para el manipulador de alimentos se encuentran en la nariz?**
- A) Estafilococos
 - B) Salmonellas
 - C) Clostridium
 - D) En la nariz no hay bacterias
- 7 ¿El Hidrato de Carbono más importante en la composición de los cereales es?**
- A) La fructosa
 - B) La sacarosa
 - C) El almidón
 - D) La lactosa
- 8 La acción del calor sobre los alimentos:**
- A) Aumenta su concentración de vitaminas hidrosolubles
 - B) Aumenta el número de microorganismos y productos
 - C) Facilita la hidrólisis de almidones y féculas
 - D) Aumenta su concentración de vitaminas liposolubles
- 9 Con respecto a las legumbres, ¿cuál de las siguientes afirmaciones es verdadera?**
- A) Su contenido en vitaminas y minerales es escaso y sin importancia nutricional
 - B) Junto con los cereales, son los alimentos más ricos en agua
 - C) En las legumbres destaca su riqueza en almidones y en fibra total
 - D) Su contenido en lípidos es muy elevado (35%)
- 10 Dentro de los edulcorantes artificiales, el más utilizado en la industria alimentaria, descubierto en 1965 es:**
- A) Aspartamo o aspartame
 - B) Sacarina
 - C) Ciclamato
 - D) Sucralosa
- 11 El punto de ebullición del aceite de oliva es:**
- A) Más alto que el de los aceites de semillas
 - B) Más bajo que el de los aceites de semillas
 - C) Igual que el de los aceites de semillas
 - D) No tiene punto de ebullición

12 Los hidratos de carbono que contienen la leche son:

- A) Sacarosa y Fructosa
- B) Solo lactosa
- C) Lecitina y Maltosa
- D) Lactosa y Sacarosa

13 Algunos inconvenientes del huevo son:

- A) Produce ácido úrico
- B) Es causante de alergias alimentarias
- C) Es deficitario en proteínas
- D) Contiene mucha fibra

14 Dentro de las diez reglas de oro, de la alimentación equilibrada. ¿Cuál de las respuestas es correcta?

- A) No limitar el consumo de azúcares
- B) Es preciso comer gran variedad de alimentos, pero no en gran cantidad
- C) El agua es la bebida fisiológica por excelencia
- D) B y C son correctas

15 Las personas sanas no deben obsesionarse con los cálculos energéticos, de manera que sus comidas deben obtener un:

- A) Equilibrio cuantitativo
- B) Equilibrio cualitativo.
- C) Equilibrio energético.
- D) Equilibrio básico

16 Señala la respuesta falsa:

- A) El agua es el componente más importante del cuerpo humano
- B) La cantidad de agua es la misma para todos los tejidos
- C) El agua es el medio en el que se realizan todos los fenómenos bioquímicos
- D) Sin agua, el ser humano no sobreviviría más de una semana

17 ¿Qué riesgos de accidentes en la cocina puede tener el técnico en Nutrición y Dietética?

- A) Golpes contra objetos y salientes que ocupen zonas de paso.
- B) Riesgos biológicos si no utilizamos los guantes desechables.
- C) Caídas por resbalones debidos a grasas, restos de comida, piso mojado.
- D) A B y C son correctas

18 Es el principal catión del medio extracelular:

- A) Potasio
- B) Sodio
- C) Cloro
- D) Magnesio

19 Los nutrientes propiamente energéticos son:

- A) Vitaminas, sales minerales y agua.
- B) Glúcidos y lípidos.
- C) Glúcidos, lípidos y proteínas
- D) Vitaminas, sales minerales y fibra

20 La energía de disposición a largo plazo para el organismo la proporciona:

- A) Los glúcidos.
- B) Los lípidos.
- C) Las proteínas.
- D) Las proteínas y glúcidos.

21 Las proteínas están compuestas por:

- A) Hidrógeno y Oxígeno
- B) Oxígeno, Carbono y Almidón
- C) Hidrógeno, Oxígeno y Carbono
- D) Hidrógeno, Oxígeno, Carbono y Nitrógeno

22 En cuanto a las proteínas:

- A) Por su carácter plástico son la base fundamental de la estructura ósea del organismo
- B) Las moléculas de las proteínas se componen de otras más pequeñas llamadas aminoácidos, que son ácidos grasos saturados
- C) Las proteínas de origen vegetal tienen mayor valor biológico que las de origen animal
- D) La calidad nutricional de una proteína se expresa mediante el Valor Biológico, que representa su capacidad para aportar todos los aminoácidos esenciales y en las proporciones adecuadas

23 El denominado Factor Intrínseco es necesario para la absorción de:

- A) La Vitamina A
- B) La Vitamina E
- C) La Vitamina B12
- D) La Vitamina K

24 ¿Dónde se realiza la mayor parte de la digestión y la absorción de los alimentos?

- A) En el intestino delgado
- B) En el intestino grueso
- C) En el estomago
- D) En el colon y el recto

25 Señala la respuesta correcta:

- A) La fructosa es un disacárido
- B) La maltosa está compuesta por glucosa + glucosa
- C) La lactosa es un polisacárido y es el azúcar de la leche
- D) El almidón constituye la principal reserva energética de los animales

26 Señala la respuesta correcta:

- A) Los fosfolípidos forman parte de las membranas celulares y de ciertos sistemas enzimáticos, además participan en el transporte sanguíneo de grasas
- B) El Acido palmitoleico es un ácido graso poliinsaturado
- C) Las grasas de almacenamiento son fosfolípidos y colesterol principalmente
- D) Las grasas estructurales son triglicéridos principalmente

27 Señala la respuesta incorrecta:

- A) La alimentación es un proceso que esta influido por factores socioeconómicos, psicológicos y geográficos
- B) La nutrición es el conjunto de procesos mediante los cuales los seres vivos utilizan, transforma e incorporan a sus estructuras las sustancias que recibe mediante la alimentación
- C) Se puede decir que la nutrición es consecuencia de la alimentación
- D) Podemos elegir la forma de nutrirnos ya que la nutrición es consciente y voluntaria

28 Por su complejidad estructural los Hidratos de Carbono se dividen en:

- A) Pentosas y hexosas
- B) Monosacáridos, disacáridos y polisacáridos
- C) asimilables y no asimilables
- D) Simples y complicados

29 Para determinar las necesidades energéticas de un individuo dado, debe partirse de la apreciación de las necesidades basales con las correspondientes correcciones derivadas de:

- A) Edad, sexo, peso y talla
- B) El estado fisiológico o patológico
- C) El clima, la termorregulación y la actividad física
- D) A, B y C son correctas

30 En cuanto al Metabolismo Basal:

- A) Este concepto expresa las necesidades energéticas mínimas, es decir, la mínima energía necesaria para el metabolismo normal
- B) Es el metabolismo de síntesis o construcción que se realiza por proceso de reducción
- C) Obedece o procesos oxidativos o de degradación
- D) La actividad de los órganos internos, el mantenimiento de la temperatura corporal, o la presión osmótica, no influyen a la hora de apreciar el gasto energético

31 Con respecto a las funciones de los Glúcidos:

- A) Su función esencial es facilitar que las proteínas sean utilizadas como sustancias energéticas
- B) Su función esencial es la energética, ya que el 50-60 por 100 de la energía total de la alimentación debe ser administrado por los glúcidos
- C) No son indispensables para la contracción muscular
- D) A y C son correctas

32 En cuanto a las fuentes alimentarias de los glúcidos nos encontramos que:

- A) Prácticamente todos los alimentos contienen glúcidos en mayor o menor proporción
- B) Son muy abundantes en los alimentos de origen animal, como la leche, que contiene 30-40 gr. De lactosa por litro
- C) Los pescados azules son nuestra principal fuente de glúcidos
- D) A y B son correctas

33 Respecto a los lípidos, señala la respuesta correcta:

- A) Las grasas son sustancias de composición química extremadamente invariable
- B) Tienen la particularidad de ser solubles en agua e insolubles en varios disolventes orgánicos como el éter
- C) En el cuerpo humano, las grasas, en su mayor parte, se hallan en forma de triglicéridos
- D) Según su composición química pueden clasificarse en: sólidos (sebos) y líquidos (aceites)

34 El principal papel atribuido a las proteínas es de carácter estructural y funcional. Así, dentro de sus funciones tendríamos:

- A) Función plástica: las proteínas constituyen el 80 por 100 del peso seco de las células
- B) Función reguladora: Las enzimas y hormonas son de naturaleza mayormente grasa
- C) Función inmunitaria: los antígenos que intervienen en los fenómenos inmunitarios son de origen proteico
- D) Función de control genética, aunque las características hereditarias dependen más de los lípidos del núcleo celular

35 Algunos problemas relacionados con el consumo de glúcidos serían:

- A) Indirectamente, el abuso en el consumo de fructosa y almidón, puede provocar obesidad
- B) El consumo excesivo de glúcidos puede disminuir la cifra de triglicéridos en sangre por encima de la normalidad en personas predispuestas
- C) El aporte de glúcidos no influye en el tratamiento de la diabetes
- D) Los glúcidos, especialmente la sacarosa, juegan un papel importante en la formación de las caries dentales

36 Los cereales son ricos en:

- A) Glucolípidos
- B) Polisacáridos
- C) Fosfolípidos
- D) Cloro

37 ¿Qué alimentos no contienen gliadina?

- A) Carne, pescado y fruta
- B) Leche, huevos y trigo
- C) Carne de cerdo, avena y cebada
- D) Pescado, centeno y trigo

38 La Fibra Vegetal:

- A) Es la parte digerible de muchos alimentos de origen vegetal
- B) Es la parte absorbible de muchos alimentos de origen vegetal
- C) Está constituida por sustancias de la misma composición química, aunque la mayor parte de ellas son monosacáridos
- D) La celulosa se digiere en el tubo digestivo de los mamíferos herbívoros, gracias a la acción de una enzima, la celulasas

39 La refrigeración:

- A) Conserva permanentemente los alimentos
- B) Solo se utiliza en verano
- C) Retrasa el crecimiento bacteriano
- D) Es un método químico de conservación

40 Las levaduras se utilizan en Alimentación:

- A) Como conservante
- B) Como antioxidante
- C) Como emulgente
- D) Para provocar la fermentación

41 Indica los vegetales que contienen menor cantidad de Glúcidos:

- A) Nabos, remolacha, guisantes, judías, zanahorias
- B) Maíz, patatas, tomates, habas
- C) Espárragos, espinacas, lechuga, pimientos
- D) Todos contienen pocos hidratos de carbono

42 ¿Cómo administramos la Nutrición Enteral?

- A) A diferentes tramos del tubo digestivo por una sonda.
- B) por sonda, hasta el estómago
- C) Directamente por boca.
- D) Por sonda hasta el yeyuno.

43 ¿Que agente puede causar infestaciones?

- A) Microorganismos patógenos.
- B) Microorganismos + Toxinas.
- C) Parásitos.
- D) Tóxicos

44 Según el Código Alimentario Español denomina alimentos transformados:

- A) Primarios, Secundarios, Derivados y Fabricados.
- B) Secundarios, Derivados y Fabricados.
- C) Primarios, Derivados y Fabricados.
- D) Primarios y secundarios.

45 ¿Qué productos son de tercera gama?

- A) Conservas.
- B) Productos elaborados envasados al vacío.
- C) Productos frescos en atmósferas modificadas.
- D) Productos congelados.

46 ¿Cuáles son todos los alérgenos de los que se debe suministrar información?

- A) Son 15 alérgenos.
- B) Cereales con Gluten, Crustáceos, Huevos, Pescado, Cacahuets, Soja, Leche y derivados, Frutos de cascara, Apio, Mostaza, Sésamo, Sulfitos, Aceite de Palma, Altramuces y Moluscos.
- C) Crustáceos, Huevos, Pescado, Cacahuets, Cereales sin Gluten, Soja, Leche y derivados, Frutos de cascara, Apio, Mostaza, Sésamo, Sulfitos Altramuces y Moluscos.
- D) Cereales con Gluten, Crustáceos, Huevos, Pescado, Cacahuets, Soja, Leche y derivados, Frutos de cascara, Apio, Mostaza, Sésamo, Sulfitos, Altramuces y Moluscos.

- 47 Los objetivos prioritarios del tratamiento nutricional por vía oral en la disfagia no incluye:**
- A) Mantener un adecuado estado nutricional.
 - B) Administrar alimentos y líquidos en volúmenes adecuados.
 - C) Suplementación por vía parenteral.
 - D) Modificar y adaptar la textura de los alimentos y líquidos
- 48 No es infecciones e intoxicaciones alimentarias causadas por bacterias:**
- A) Staphylococcus áureas.
 - B) Salmonella
 - C) Escherichia Coli
 - D) Anisakis SPP. Pseuterranova
- 49 Las cámaras de productos congelados:**
- A) Deben estar a -15°.
 - B) Deben estar a -20°.
 - C) Deben estar a -30°.
 - D) Deben estar a -25°.
- 50 Las cámara de frutas y verduras:**
- A) Deben estar entre 4 y 7°.
 - B) Deben estar entre 0 y 3°.
 - C) Deben estar entre 8 y 10°
 - D) Deben estar entre -1 y 3°
- 51 ¿Cual no es un factor hiperglucemiante del organismo?**
- A) Glucagón
 - B) Creatinina
 - C) Adrenalina
 - D) Lactógeno placentario
- 52 En la Diabetes, se consideran complicaciones agudas:**
- A) Cetoacidosis y Microangiopatías
 - B) Cetoacidosis e Hipoglucemia
 - C) Neuropatías, Macroangiopatías y Neuropatías
 - D) Hipoglucemia y Neuropatías

53 Según las dietas disociadas es aconsejable:

- A) Combinar, en la misma comida alimentos ricos en proteínas con otros que son ricos en hidratos de carbono.
- B) Evitar la mezcla, en la misma comida, de determinados alimentos.
- C) Combinar un plato de patatas fritas con un filete de carne, en la misma comida.
- D) Mezclar en una misma comida huevo, carne y arroz.

54 Los vegetarianos estrictos:

- A) Si comen huevos y lácteos
- B) No comen huevos ni lácteos
- C) No comen carne, pescados, huevos y lácteos
- D) Ninguna es correcta

55 Motivos por los que se indica la nutrición enteral:

- A) Problemas cavidad bucal y/o mal funcionamiento del estomago
- B) El paciente no quiere ingerir por boca
- C) Problemas en la dentadura
- D) Ninguna es correcta

56 Complicaciones de la nutrición enteral:

- A) Deshidratación e hiperhidratación
- B) Mecánicas, digestivas, metabólicas e infecciosas
- C) Mecánicas, digestivas e infecciosas
- D) B y C son correctas

57 Como fuente proteica para la nutrición enteral

- A) Se utilizan las proteínas de soja, huevo y carne
- B) Se utilizan las proteínas de soja, huevo ,carne y lácteos
- C) Se utilizan las proteínas lácteas (caseína y lactoalbúminas)
- D) A y C son correctas

58 El material de la sonda nasogástrica mas reciente es el:

- A) PVC o polietileno
- B) Polietileno
- C) Poliuretano y silicona
- D) Ninguna es correcta

59 Algunas de las indicaciones de la nutrición parenteral son:

- A) En fistulas digestivas proximales, pancreatitis agudas, oncología (radiación y quimioterapia) y grandes quemados
- B) En alergias alimentarias
- C) Ninguna es correcta
- D) A y B son correctas

60 En la anorexia, que es cierto:

- A) El aporte energético se aumenta paulatinamente, las kcal pueden aumentarse de 100-200 kcal por semanas y alimentos de alto valor proteico
- B) El aporte energético se aumenta directamente
- C) La alimentación parenteral será la ultima vía de elección
- D) A y C son correctas

61 En la bulimia, es cierto:

- A) La persona que la padece come sin ningún placer, sin apetito y generalmente sola y a escondidas
- B) Mucho mas frecuente en mujeres
- C) Es una desviación o perversión de comportamiento alimentario
- D) Todas son correctas

62 Los tipos de bulimia son:

- A) Son 3, purgativo, no purgativo y bulimia nerviosa
- B) Purgativo y no purgativo
- C) Purgativo, no purgativo y compulsivo
- D) Ninguna es correcta

63 Las recomendaciones en la disfagia son:

- A) Preparar platos apetitosos y con textura aceptables, evitar grumos y espinas
- B) Platos con mucha cantidad de líquidos y caldos
- C) Utilizar gelatinas
- D) A y C son correctas

64 Las manifestaciones de la diabetes son:

- A) Poliuria y polidipsia
- B) Adelgazamiento
- C) Polifagia y astenia
- D) Todas son correctas

65 Un alimento con fecha de caducidad en su etiqueta, cuando llega esa fecha es:

- A) Consumible, puesto que solo puede perder alguna cualidad, como el aroma
- B) Apto para el consumo si se ha conservado bajo refrigeración
- C) Peligroso para la salud y hay que desecharlo
- D) Si pasan pocos días, se puede consumir

66 En la dieta de pacientes quemados hay que aumentar el aporte de :

- A) Proteínas y vitaminas
- B) Energía, proteínas, vitaminas y minerales
- C) Alimentos fríos y proteína
- D) Zumos de frutas

67 En la diabetes mellitus:

- A) Los alimentos comercializados para diabéticos, contienen poca cantidad de fructosa
- B) La ingesta habitual de frutas, facilita un mejor control metabólico
- C) No existe un porcentaje ideal de calorías, carbohidratos, proteínas y grasas
- D) B y C son correctas

68 A las recomendaciones dietéticas para pacientes con dislipemias se debe añadir:

- A) Se deberá reducir preferentemente el aporte de grasa, hidratos de carbono simple y el alcohol
- B) No es importante el aporte de fibra
- C) Deberá reducir preferentemente el aporte de grasa
- D) Ninguna es correcta

69 En pacientes oncológicos, en relación a la regulación de la lactosa hay una conversión acelerada de:

- A) De glucosa en glucógeno
- B) De glucosa en lactato
- C) De glucosa en lactosa
- D) De glucosa en pentosa

70 Para la síntesis de las hormonas tiroideas, es necesario:

- A) Acido fólico
- B) Potasio
- C) Manganeseo
- D) Yodo

71 La enfermedad celiaca es la intolerancia alimentaria más frecuente en niños, un diagnóstico precoz puede evitar:

- A) Artrosis, Tendinitis.
- B) Inflamación intestinal.
- C) Salinización, enfermedades autoinmunes, osteoporosis y retraso del crecimiento
- D) Diarrea, mala absorción de los Hidratos de Carbono.

72 La enfermedad celiaca en la infancia provoca:

- A) Malabsorción de Lípidos y Oligoelementos.
- B) Malabsorción de proteínas, vitaminas liposolubles, Hierro, Calcio y Vit B12.
- C) Malabsorción de Hidratos de Carbono.
- D) Malabsorción de Lípidos.

73 ¿Qué daños produce el gluten en el Intestino a pacientes celiacos?

- A) Atrofia del estómago.
- B) Atrofia de las vellosidades nasales
- C) Atrofia del intestino grueso.
- D) Atrofia de las vellosidades de la mucosa del intestino.

74 El Esprúe Celiaco, ¿a qué parte de la mucosa del intestino afecta?

- A) Mucosa del yeyuno, íleon.
- B) Mucosa estómago.
- C) Mucosa intestino grueso.
- D) Mucosa del esófago y estómago.

75 El origen de la colitis ulcerosa es:

- A) Alérgico
- B) Tóxico
- C) Infeccioso
- D) Desconocido

76 ¿Cuál es la recomendación de carne según la Dieta Mediterránea?

- A) De 2 a 3 raciones de carne blanca (pollo, pavo, conejo) a la semana.
- B) De 1 a 2 raciones de carne blanca (pollo, pavo, conejo) a la semana y de 1-2 raciones de carne roja al mes.
- C) Solo se recomienda carne roja por su valor biológico.
- D) Se recomienda las carnes blancas ya que aportan más proteínas y grasas que las carnes rojas.

77 ¿Qué alimentos se consideran representativos de la Dieta Mediterránea?

- A) Aceite de girasol, cereales, verduras, frutas y vino
- B) Aceite de oliva, cereales, verduras, frutas y carnes
- C) Aceite de oliva, cereales, verduras, frutas, pescado y carne
- D) Aceite de oliva, cereales, verduras, frutas y legumbres

78 ¿Cuáles son las necesidades energéticas medias?

- A) Niños pequeños 70Kcal/Kg/día, Escolares 50-55Kcal/Kg/día y Adultos de 18-30 años 25-30Kcal/kg/día.
- B) Niños pequeños 90Kcal/Kg/día, Escolares 50-55Kcal/Kg/día y Adultos de más de 60 años 25-30Kcal/kg/día.
- C) Niños pequeños 70Kcal/Kg/día, Escolares 50-55Kcal/Kg/día y Adultos de más de 60 años 25-30Kcal/kg/día.
- D) Niños pequeños 70Kcal/Kg/día, Escolares 30-35Kcal/Kg/día y Adultos de más de 60 años 25-30Kcal/kg/día.

79 ¿Qué aminoácido esencial no sintetiza el organismo en la primera infancia, pero si más adelante?

- A) Lisina
- B) Histamina
- C) Metionina
- D) Triptófano

80 ¿Qué cantidad de Calcio contiene el organismo humano?

- A) 1 Kg de calcio aproximado.
- B) El 50% lo contienen los huesos.
- C) 0.5 Kg de calcio aproximado.
- D) Es imposible saber qué cantidad aproximada contiene.

81 El ritmo de crecimiento adecuado en los niños es:

- A) De 3 a 5 años aumentará 7cm y 5-5,5Kg/Anual, de 5 a 6 años aumentará 5-6cm y 2Kg/anual. Los niños 1cm y 400-500gr más que las niñas.
- B) De 3 a 5 años aumentará 7cm y 2-2,5Kg/Anual, de 5 a 6 años aumentará 5-6cm y 4Kg/anual. Los niños 1cm y 400-500gr más que las niñas.
- C) De 3 a 5 años aumentará 7cm y 2-2,5Kg/Anual, de 5 a 6 años aumentará 8-10cm y 4Kg/anual. Los niños 1cm y 400-500gr más que las niñas.
- D) De 3 a 5 años aumentará 7cm y 2-2,5Kg/Anual, de 5 a 6 años aumentará 5-6cm y 2Kg/anual. Los niños 1cm y 400-500gr más que las niñas.

82 ¿Qué enfermedad puede producir un déficit de proteínas?

- A) Aterosclerosis, gota.
- B) Raquitismo y Osteomalacia.
- C) Kwashiorkor y Marasmo.
- D) Gota

83 Consecuencias biológicas de las dietas hipocalóricas en la insuficiencia renal avanzada:

- A) Hipocatabolismo endógeno
- B) Hiperuricemia endógena
- C) Posible descenso de la urea y la creatinina.
- D) Aumento de la acidosis metabólica

84 El alimento que se puede considerar mas completo por su excelente contenido de nutrientes es:

- A) El pescado
- B) La leche
- C) La carne
- D) El arroz

85 Para calcular la energía consumida diario por un paciente/cliente, hay que tener en cuenta:

- A) Exclusivamente el metabolismo basal (MB)
- B) Exclusivamente la actividad física (GA)
- C) La distribución diaria de la toma de alimentos
- D) El metabolismo basal (MB) y la actividad física (GA))

86 Para calcular la cantidad en gramos que corresponde a cada principio inmediato, tendremos en cuenta que:

- A) 1gr de glúcidos=9 Kcal, 1gr de Lípidos= 9 Kcal y 1 gr de Proteínas= 4 Kcal
- B) 1gr de glúcidos=4 Kcal, 1gr de Lípidos= 4 Kcal y 1 gr de Proteínas= 9 Kcal
- C) 1gr de glúcidos=9 Kcal, 1gr de Lípidos= 4 Kcal y 1 gr de Proteínas= 4 Kcal
- D) 1gr de glúcidos=4 Kcal, 1gr de Lípidos= 9 Kcal y 1 gr de Proteínas= 4 Kcal

87 El sistema de intercambio para el cálculo de la dieta se basa en:

- A) Agrupar los productos alimenticios según su consistencia
- B) Agrupar los productos alimenticios según la cantidad de vitaminas y minerales que tengan por ración
- C) Agrupar los productos alimenticios que tienen un contenido similar de glúcidos, lípidos y proteínas por ración
- D) Agrupar los productos alimenticios atendiendo a su contenido en proteínas

88 La dieta ovo-lacto-farinácea forma parte de :

- A) La dieta líquida
- B) La dieta normal, basal, general o estándar
- C) La dieta blanda
- D) La dieta líquida espesa

89 Una de las situaciones en las que puede ser aconsejable variar la conducta alimenticia es ante la presencia de un peligro vital, que es:

- A) Cuando es necesario la utilización de medicamentos, radiaciones o intervenciones quirúrgicas. Ej.: hipertensión arterial
- B) Lo que acontece en procesos que entrañan un grave riesgo para la vida si se mantienen los mismos hábitos dietéticos. Ej.: enfermedad celiaca
- C) Cuando el estado nutricional del paciente denota graves carencias que pueden complicar o inutilizar otros tratamientos acompañantes. Ej.: en alcohólicos
- D) Para compensar efectos secundarios provocados por otro tipo de tratamientos. Ej.: en cuadros depresivos

90 Los dos cuadros patológico más importantes que afectan al hígado y en los que se puede actuar desde el punto de vista dieto terapéutico son:

- A) Hepatitis y gastroenteritis
- B) Hepatitis y cirrosis
- C) Cirrosis y úlcera péptica
- D) enfermedad celiaca y colitis ulcerosa

91 El plan dietético de la hepatitis tiene como objetivo principal:

- A) Facilitar la masticación de los alimentos
- B) Reponer la pérdida de hierro y calcio
- C) Permitir la reparación del tejido hepático dañado
- D) Que el paciente hepático guarde reposo físico

92 La dieta hepatoprotectora debe ser:

- A) Ligeramente hipoproteica e hipocalórica
- B) Ligeramente elevada en grasas
- C) Ligeramente elevada en glúcidos y lípidos
- D) Ligeramente hiperproteica e hipercalórica

- 93 En la encefalopatía hepática el valor calórico total de la dieta se mantiene lo más elevado posible a base de un aumento de:**
- A) De las grasas y de los hidratos de carbono
 - B) De las proteínas
 - C) De las grasas
 - D) De los hidratos de carbono
- 94 Uno de los objetivos de los tratamientos dietéticos en la encefalopatía hepática es:**
- A) Incrementar las grasas en la dieta para restablecer la función hepática
 - B) Evitar la formación de amoniaco
 - C) Favorecer la formación de amoniaco
 - D) Ninguna respuesta es correcta
- 95 La dieta de protección bilio-pancreatica se aplica en diferentes cuadros patológicos siendo los mas importantes:**
- A) Colelitiasis, colecistitis, discinesia biliar, pancreatitis crónica y síndrome de inmunodeficiencia pancreática.
 - B) Diabetes y enfermedad celiaca
 - C) Colelitiasis, gastritis y diabetes
 - D) Hepatitis y diabetes
- 96 En los métodos de preparación culinaria en una dieta bilio-pancreatica se eliminarán:**
- A) Los hervidos con poca grasa
 - B) los escalfados
 - C) la cocina a vapor y los escalfados
 - D) Las frituras, salteados y gratinados
- 97 En la pancreatitis aguda, el objetivo del tratamiento dietético es:**
- A) Restablecer el funcionamiento del páncreas aumentando la ingesta calórica
 - B) Hacer trabajar al páncreas lo máximo posible para superar la pancreatitis
 - C) El reposo absoluto del páncreas
 - D) Aumentar la ingesta de grasas y proteínas
- 98 En la pancreatitis crónica la características generales de la dieta serán:**
- A) Ligeramente hipercalórica, hipograsa e hiperproteica
 - B) Ligeramente hipocalórica, hipograsa e hipoproteica
 - C) Ligeramente elevada en glúcidos y lípidos
 - D) Ligeramente elevada en azucares

99 Las dietas cualitativas están indicadas por ejemplo en:

- A) La diabetes mellitus
- B) En la dieta hipocalórica
- C) En la úlcera gástrica o duodenal
- D) En la dieta hiperproteica

100 Uno de los alimentos permitido en las enfermedades de las vías biliares es:

- A) Legumbres, a ser posible con piel
- B) Yogur descremado
- C) Bebidas refrescantes con gas
- D) Patatas fritas

CASO I:

En el Servicio de Urgencias de Pediatría, se presenta niño de 13 meses. Llega con proceso catarral sin fiebre. La madre hace constar que lleva unas semanas con vómitos, dolor abdominal y deposiciones voluminosas y pálidas. Indagando en su historial se observa, a partir de los 9 meses coincidiendo con la introducción de los cereales, ha padecido síntomas de malnutrición acompañado de un carácter apático. Se procede a realizar pruebas de laboratorio, biopsias, etc. Intuyendo alguna intolerancia alimentaria.

Atendiendo al caso expuesto, elija la respuesta correcta:

101 ¿Qué se considera alergia a los alimentos?

- A) Es cuando el sistema inmunológico de las personas alérgicas crea mecanismos de defensa que se vuelven dañinos,
- B) Es cuando la persona reacciona exageradamente al contacto, ingestión o inhalación de las proteínas de un alimento.
- C) Es cuando se produce una intolerancia a un alimento de cualquier tipo.
- D) Es la reacción en forma de sarpullidos de las personas que no pueden tomar determinados alimentos.

102 ¿Cuál es la lista verdadera de alimentos causantes de las reacciones alérgicas?

- A) Cereales, pescados y crustáceos, almidón de maíz, apio, nitritos y semillas de cascara.
- B) Cereales, leche, gluten, huevos y derivados, crustáceos y soja.
- C) Proteína de la leche, proteína del huevo, Anisakis, legumbres y frutos secos.
- D) Toda la lista de los 14 alérgenos publicada por la unión Europea.

103 ¿Qué es el PRIK-TEST?

- A) Es una prueba para medir la reacción alérgica a un alimento.
- B) Es una prueba cutánea, para medir la reacción alérgica a un alimento.
- C) Es una prueba para medir la reacción alérgica a la proteína de un alimento.
- D) Es una prueba para medir la sensibilidad de la piel al contacto de un alimento.

104 ¿Cuál es el tratamiento preventivo en caso de alergia alimentaria?

- A) Hacer una dieta de eliminación de alimentos.
- B) b. Extremar las precauciones en el manipulado y cocinado de los alimentos.
- C) Eliminación de los alimentos que nos provoquen alergia
- D) Consumir alimentos para comprobar su tolerancia.

105 ¿Qué tipo de reacciones alimentarias existen?

- A) Intolerancias alimentarias metabólicas e intolerancias alimentarias inespecíficas.
- B) Intolerancia a los alimentos e intolerancia a las proteínas de los alimentos.
- C) Intolerancias alimentarias e intolerancias a los alimentos.
- D) Ninguna es correcta.

106 ¿En qué dos puntos se rige la gestión de alérgenos alimentarios en un sector como es la Hostelería Hospitalaria?

- A) En la norma (UE) 1169/20; Real Decreto 126/2016)
- B) En la norma (UE) 1169/2011; Real Decreto 126/2015)
- C) En las necesidades del paciente y en la norma (UE) 1169/2011; Real Decreto 126/2015)
- D) . No hay norma fija de actuación.

107 ¿Cuál es la cronología de una reacción alérgica?

- A) Inmediata, los síntomas aparecen después de los 30 primeros minutos de la ingesta de alimentos.
- B) Inmediatas, diferidas y tardías.
- C) Tardías, aparecen al tercer día después de la ingesta de los alimentos.
- D) Diferidas, los síntomas aparecen en el plazo de dos días después de la ingestas de alimentos.

108 ¿Cuál es el diagnóstico correcto de los pacientes que no responden a una dieta estricta exenta de gluten?

- A) Esprúe Vitamínico
- B) Esprúe Retardado
- C) Esprúe Colagénico
- D) Esprúe Refractario

109 Ha sido relacionada la relación entre enfermedad celiaca y el cáncer. Estos pacientes tienen una incidencia más alta de padecer:

- A) Linfoma No Hodgkin
- B) Linfoma primario el sistema central
- C) Linfoma Hodgkin
- D) Ninguna respuesta es correcta

110 ¿Cual es el crecimiento adecuado para un niño sano en su primer año de vida?

- A) Debe duplicar su peso
- B) Debe aumentar máximo 3 Kg en el primer año.
- C) Debe aumentar el peso progresivamente.
- D) Debe triplicar su peso.

CASO II:

Paciente con Diabetes Mellitus tipo II, edad 70 años, diagnosticado de enfermedad de Crohn desde hace 15 años, con afectación ileal. Ingresado varias veces tras crisis de obstrucción intestinal de repetición. Se realiza resección de la zona estrechada del intestino delgado dejando mas de 100 cm de íleon. En un nuevo ingreso, se interviene debido a plastrón inflamatorio ileocólico practicándole nueva resección ileocólico mas amplia (menos de 100 cm de íleon), dejando ileostomía terminal. A partir de este momentos el paciente presenta síndrome de intestino corto, caracterizado por aumento del débito por ileostomía con síntomas de deshidratación.

Ateniéndonos al caso expuesto, indique la respuesta correcta:

- 111 En cuanto a las proteínas atendiendo solo a su plan de alimentación diabética, le recomendamos:**
- A) Tomar solo proteínas de origen animal, por ser d alto valor biológico
 - B) Solo tomar proteína de origen vegetal, por ser rica en fibras
 - C) Tomar parte de proteínas de origen animal combinadas con proteínas de origen vegetal
 - D) No tomar proteínas de origen animal
- 112 En lo relativo al reparto de las grasas se le recomienda que sea un 35% de las calorías totales, repartidos en un:**
- A) 10% poliinsaturadas, 10% saturadas y 15% monoinsaturados
 - B) 0% monoinsaturados, 10% saturadas y 20% poliinsaturados
 - C) 0% Poliinsaturados, 20% saturadas y 10% monoinsaturados
 - D) Se le recomienda que el aporte diario de colesterol sea superior a 300mg
- 113 Las recomendaciones en cuanto a vitaminas y minerales en su plan de alimentación diabético serían:**
- A) Las mismas que para un sujeto normal
 - B) El sodio debe restringirse
 - C) Siempre deberá tomar suplemento vitamínico
 - D) Nunca deberá tomar suplementos vitamínicos
- 114 Las recomendaciones de fibra en la diabetes se cifran en unos 30-40 gr/día, para alcanzar esta cantidad le aconsejaremos:**
- A) Tomar aportes extras a base de suplementos de fibras
 - B) Hacer una buena elección de cereales y legumbres
 - C) Hacer una buena elección de carnes y pescados
 - D) Nunca tomaremos aportes extras de fibras

- 115 ¿Cómo le recomendaríamos que hiciera el reparto de los Glúcidos diarios en su plan de alimentación diabético?**
- A) Es indiferente el reparto que haga de los glúcidos, siempre que tome suficientes
 - B) Desayuno 10%; media mañana 20%,almuerzo 30%; merienda 10%; cena 20% y colación 10%
 - C) Desayuno 5%; media mañana 10%,almuerzo 40%; merienda 5% y cena 40%
 - D) Desayuno 20%; almuerzo 50% y cena 30%
- 116 En cuanto a los edulcorantes distintos al azúcar común, para su plan de alimentación diabético le aconsejamos:**
- A) Que solo consuma los edulcorantes artificiales como sacarina, el ciclamato y el aspartamo
 - B) Que solo consuma edulcorantes naturales como dextrosas, maltodextrinas, jarabes de glucosa y fructosa
 - C) Que solo consuma fructosa, por su bajo índice glucémico y por no depender de la insulina para metabolizarse
 - D) Si tiene que utilizar edulcorantes, use varios para distribuir los riegos potenciales
- 117 El paciente acude a la consulta con diarrea crónica siendo diagnosticado de enfermedad de Crohn, ¿ que síntomas podrá presentar el paciente?**
- A) Anorexia, pérdida de peso, fiebre y arritmias
 - B) Deshidratación, adelgazamiento y desnutrición
 - C) Desorientación y soriasis
 - D) Ninguna respuesta es correcta
- 118 En la etapa inicial de una dieta para corregirle la diarrea, los lácteos y derivados:**
- A) No se suprimen nunca, por ser importantes en la cantidad y calidad de nutrientes que contienen
 - B) Se toleran mal cuando el tránsito está acelerado y suelen suprimirse
 - C) Se intenta suprimirlos por mucho tiempo, ya que no se consideran alimentos con cantidades significativas de nutrientes
 - D) Son alimentos que se toleran siempre bien y no es necesario suprimirse
- 119 ¿Que alimento debemos suprimirle en la etapa inicial de la dieta para corregirle la diarrea?**
- A) La leche
 - B) Carnes rojas
 - C) Frutas y verduras
 - D) Todas son correctas

120 ¿Qué tipo de grasa le añadiríamos a su dieta para corregir la diarrea?

- A) Mantequilla elaborada con leche de vaca
- B) Aceite, pero no crudos
- C) Aceite, margarinas vegetales sin someter a calentamiento
- D) Aceite, margarinas vegetales siempre que estén cocinados

121 Después de realizarse la primera resección intestinal ¿podrá tener una absorción completa de las sales biliares?

- A) Nunca
- B) si, si tiene un mínimo de 100cm de Íleon
- C) Si, siempre que el colon esté intacto
- D) La absorción de las sales biliares no dependen de la porción de íleon que se tenga

122 Después de la segunda resección intestinal su alimentación debe ser progresiva hacia una dieta normal con:

- A) Contenido graso elevado
- B) Contenido proteico elevado
- C) Bajo contenido proteico
- D) Normo proteico

123 Al practicarle una ileostomía ¿que parte del intestino tiene eliminadas?

- A) Todo el íleon
- B) Solo recto y el ano
- C) Todo el colon, recto y ano
- D) Solo el recto

124 Después de la ileostomía, la tercera fase del plan de alimentación será la rehabilitación de alimentación normal, teniendo en cuenta que debe ser una dieta:

- A) Sin residuos, sin lactosa o sacarosa
- B) Con gran cantidad de gluten
- C) Con ácidos grasos de cadena larga y abundantes grasas libres
- D) Con ácidos orgánicos e irritantes intestinales

125 Que tipo de dieta le aconsejamos a este paciente después de la ileostomía para disminuir las perdidas de calcio y magnesio.

- A) Dieta baja en grasa
- B) Dieta elevada en grasa
- C) Dieta hipocalórica
- D) Ninguna respuesta e correcta

126 ¿Qué le aconsejaríamos para evitar la esteatorrea?

- A) Realizar una dieta de alto contenido en grasa
- B) Realizar una dieta hiperproteica
- C) Realizar una dieta hipercalórica
- D) Realizar una dieta pobre grasas

127 Cuantas tomas diarias sería recomendable para este paciente

- A) Tres tomas al día y abundantes
- B) Dos tomas principales al día y abundantes
- C) De 5 a 6 tomas al día y en pequeñas cantidades cada 3-4 horas
- D) De 4 a 5 tomas al día y en pequeñas cantidades cada 3-4 horas

128 Las recomendaciones generales para este paciente después de la ileostomía serán:

- A) Realizar una dieta variada aunque no tolere bien algunos alimentos
- B) Da igual la temperatura de los alimentos
- C) Es convenientes comer despacio y masticar bien
- D) Hacer ejercicio inmediatamente después de las comidas

129 En cuanto al grupo de los farináceos le aconsejamos tomar:

- A) Arroz, pastas, patatas
- B) Galletas tipo María y cereales de desayuno no azucarados y no integrales
- C) Sémola, tapioca y productos no integrales
- D) Todas son correctas

130 ¿Puede presentar este paciente anemia megaloblástica?

- A) Si, por déficit de vitamina B12
- B) No, por la completa absorción de la vitamina B12
- C) Si, por sobre crecimiento bacteriano
- D) Si, por malabsorción de grasas

CASO III:

Paciente con 85 años. Se nos solicita valoración e intervención nutricional tras haber sufrido un ictus hace 6 meses, en este tiempo ha perdido 10 Kg de peso con un peso actual de 70 Kg (talla 1.75 m). Los familiares refieren que desde el anterior ingreso no es capaz de ingerir líquidos, que se atraganta con frecuencia y que le alimentan con comida triturada y purés.

Indique la respuesta correcta ateniéndonos a este caso:

131 ¿Que valoración inicial daríamos del enfermo?

- A) El enfermo probablemente presenta una desnutrición y es necesaria la intervención nutricional con seguimiento estrecho
- B) El paciente presenta un IMC normal, la pérdida de peso se debe a que el paciente previamente presentaba sobrepeso
- C) No debemos hacer test de disfagia ya que ya presenta síntomas de disfagia
- D) Se deberán indicar suplementos enterales

132 Tras la valoración inicial, ¿cual sería nuestro plan diagnóstico-terapéutico?

- A) La pérdida de peso que presenta es sugestiva de desnutrición
- B) Es necesario una valoración nutricional completa
- C) La valoración de disfagia, incluye una anamnesis completa y realización de test diagnósticos como el MEVV
- D) Todas son correctas

133 El plan terapéutico de nuestro enfermo incluirá:

- A) El paciente no requiere de intervención nutricional
- B) Es muy probable que presente desnutrición, por lo que requerirá de medidas terapéuticas adicionales y vigilancia estrecha
- C) Dado que presenta desnutrición es necesaria la suplementación enteral
- D) Se requeriría colocar una gastrostomía pero dada la edad del paciente, no estaría indicada en ningún caso

134 En el diagnóstico de disfagia son comunes los siguientes síntomas:

- A) Babeo
- B) Persistencia de residuos de comida en la boca
- C) Atragantamientos
- D) Todas las anteriores

135 El test MEVV:

- A) Es un test validado y seguro que nos permite diagnosticar disfagia en un paciente
- B) No permite discriminar sobre si el paciente tolerase algún tipo de textura
- C) Si es patológico, es necesario indicar sonda nasogástrica
- D) Si es patológico, es necesario indicar una gastrostomía

136 En el protocolo del test MEVV

- A) Cualquier alteración de la deglución nos obligaría a parar el test
- B) Disponemos de 3 viscosidades distintas: puding, líquida y néctar
- C) En el test se le da al paciente siempre la misma cantidad de volumen, únicamente se cambia la viscosidad.
- D) Las respuestas b y d son correctas

137 La intervención nutricional en estos pacientes

- A) Tiene con objeto proporcionar todos los nutrientes necesarios en las cantidades correctas de forma segura y eficaz
- B) En pacientes con trastornos de la deglución siempre se tienen que indicar suplementos enterales
- C) La sonda nasogástrica y la gastrostomía son elementos necesarios como soporte nutricional
- D) Ninguna es correcta

138 Tras nuestra intervención terapéutica el paciente se encuentra bien, no ha tenido episodios febriles ni atragantamientos y ha ganado 3 Kg de peso.

- A) Hemos conseguido objetivos terapéuticos, podrá volver a dieta habitual previa
- B) Deberá mantener las estrategias recomendadas sin nueva valoración
- C) Sería adecuado valorar de nuevo la situación clínica del paciente para mantener o modificar las recomendaciones aportadas
- D) El paciente ha ganado peso pero no suficiente, debemos indicar suplementación enteral

139 A pesar de las recomendaciones nuestro paciente es diagnosticado de neumonía aspirativa

- A) Ya hemos realizado test de disfagia, no es necesario realizar modificaciones de tratamiento
- B) Ya que a pesar de las recomendaciones ha presentado un atragantamiento, no es necesario que las siga cumpliendo ya que han sido infructuosas
- C) Es necesaria la indicación de una gastrostomía de alimentación
- D) Es probable que haya habido un empeoramiento clínico que condicione mayor disfagia, es necesario volver a realizar una valoración nutricional del paciente

140 El paciente sigue en proceso de deterioro clínico franco, ha perdido 2 Kg de peso y el test de disfagia es fallado en densidad néctar (5 mL)

- A) Dada la edad del paciente no es necesaria una nueva modificación de las recomendaciones
 - B) Siguiendo el proceso evolutivo de la enfermedad del paciente es muy posible que requiera de una sonda de alimentación enteral
 - C) En ningún caso necesitará una gastrostomía de alimentación
 - D) Ninguna es correcta
-

CASO IV:

Atendemos a una paciente con 65 años con peso actual 55 Kg (IMC 20.2 Kg/m²) con HTA y que ha ingresado para cirugía por adenocarcinoma de colon. La paciente refiere una pérdida de peso de 7 Kg en 4 meses.

Indique la respuesta correcta ateniéndonos al caso:

141 ¿Cuál es la primera intervención a realizar con este paciente?

- A) Realizar una historia dietética y una valoración completa
- B) Indicarle suplementación enteral.
- C) El adenocarcinoma de colon no es una enfermedad que pueda ser factor de riesgo para desnutrición
- D) Referirle que dado que tiene un IMC normal no está desnutrida y no se requiere ninguna intervención

142 Hace 5 meses, con 7 Kg más, como se categorizaría el IMC

- A) Tendría normopeso
- B) Tendría sobrepeso
- C) Tendría obesidad
- D) Ninguna de las anteriores es correcta

143 Realizando la historia nutricional del paciente y valorando su ingesta, ¿qué procedimiento elegiría como más adecuado y fiable?

- A) Un recordatorio de las últimas 24 horas antes de la consulta
- B) Una entrevista en la que estimemos el consumo habitual de alimentos de distintos grupos de forma representativa
- C) Entregaría un formulario de frecuencia de consumo
- D) La b y la c son correctas

144 Para estimar los requerimientos energéticos de nuestra paciente, atendiendo a la fórmula de Harris Benedict, ¿qué necesitaríamos?

- A) Sexo, edad, peso, actividad física, ingesta media
- B) Sexo, edad, peso, talla, actividad física
- C) Edad, peso y talla
- D) Ninguna de las anteriores

145 El aporte dietético recomendado se define por:

- A) Es el aporte recomendado de un nutriente basado en aproximaciones o estimaciones observadas o determinadas experimentalmente, de la ingesta de un grupo de población sana, que se considera adecuada
- B) Nivel de ingesta diaria suficiente para cubrir las necesidades del 97-98% de los individuos sanos de un grupo de edad y sexo determinados
- C) El nivel máximo de ingesta diaria de un nutriente que no presenta riesgo de presentar efectos adversos para la mayor parte de la población sana a largo plazo
- D) Ninguna de las anteriores es correcta

146 Si nuestra paciente presenta un consumo de vitamina A por debajo de los requerimientos medios estimados, ¿qué recomendación le daríamos?

- A) Ninguna, debe mantener su alimentación como la está haciendo
- B) Probablemente debe aumentar la ingesta de alimentos ricos en Vitamina A, debido a que la probabilidad de adecuación es menor del 50%
- C) Debe disminuir la ingesta de alimentos ricos en vitamina A ya que su exceso en una dieta se ha comprobado como perjudicial
- D) Ninguna es correcta

147 El % de pérdida de peso en esta paciente

- A) Es 11.3% en 4 meses y corresponde a una pérdida de peso no significativa
- B) Es 5.65% en 4 meses y corresponde a una pérdida de peso no significativa
- C) Es 5.65% en 4 meses y corresponde a una pérdida de peso grave
- D) Es 11.3% en 4 meses y corresponde a una pérdida de peso grave

148 Dado que estamos haciendo una valoración nutricional, le realizamos los pliegues cutáneos:

- A) El pliegue cutáneo bicipital se mide en brazo dominante
- B) El pliegue cutáneo bicipital se mide en brazo no dominante
- C) La altura del talón-rodilla nos permite estimar la altura
- D) b y c son correctas

149 En cuanto a la valoración analítica nutricional, la albumina:

- A) Es una proteína plasmática cuyos niveles séricos se correlacionan con el estado nutricional
- B) Su vida media es 18-20 días
- C) Su descenso no es específico de desnutrición
- D) Todas son correctas

150 En cuanto al balance nitrogenado, cual es correcta

- A) No nos permite valorar la eficacia de la terapia nutricional
- B) No presenta variaciones en función de la función renal
- C) Se busca un balance nitrogenado negativo en el tratamiento del paciente
- D) Se necesita para su cálculo conocer el aporte proteico y determinar urea en orina de 24 horas

151 Algunos parámetros de calidad de una dieta son:

- A) Calidad proteica
- B) Calidad de grasa
- C) Contenido de fibra, biodisponibilidad de minerales y densidad de nutrientes
- D) Todos son correctas

152 La grasa procedente de la dieta contribuye:

- A) En la absorción de las vitaminas liposolubles
- B) No contribuyen al desarrollo tisular de las membranas celulares
- C) En la absorción de las vitaminas hidrosolubles
- D) Ninguna es correcta

153 La mujer gestante, en la mitad del embarazo es normal:

- A) Un incremento de 7Kg y luego un aumento de 500g por semana hasta el final
- B) Un incremento de 4kg y luego un aumento de 500g por semana hasta al final
- C) Un incremento de 2Kg y luego un aumento de 500g por semana hasta el final
- D) Ninguna es correcta



JUNTA DE ANDALUCIA
CONSEJERÍA DE SALUD

CONSEJERÍA DE SALUD

JUNTA DE ANDALUCIA

