

PRUEBAS SELECTIVAS PARA EL INGRESO EN LA CATEGORÍA DE TÉCNICO/A SUPERIOR DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA, DEL SERVICIO DE SALUD DE CASTILLA Y LEÓN (ORDEN SAN/1830/2022 DE 12 DE DICIEMBRE - BOCYL Nº 245, DE 22 DE DICIEMBRE DE 2022.

EJERCICIO ÚNICO. FASE DE OPOSICIÓN

ADVERTENCIAS

1. NO ABRA ESTE CUESTIONARIO HASTA QUE SE LE INDIQUE.
2. El tiempo total para la realización del ejercicio será de 105 minutos, incluido el correspondiente a las preguntas de reserva.
3. No se permite abandonar el aula en los primeros 10 minutos ni en los 10 últimos minutos del ejercicio. Si se abandona el aula durante la primera meda hora tampoco podrá llevarse el cuestionario con las preguntas del examen.
4. Se prohíbe terminantemente el uso de teléfonos móviles y otros dispositivos electrónicos, que deberán permanecer apagados durante la prueba.
5. Sólo se calificarán las respuestas marcadas en la "HOJA DE RESPUESTAS".
6. Compruebe siempre que el número de respuesta que señala en la "HOJA DE RESPUESTAS" es el que corresponde al número de pregunta del cuestionario.
7. Este cuestionario puede utilizarse como borrador y llevárselo al finalizar el ejercicio.
8. Sólo existe una respuesta correcta por pregunta. Todas las preguntas tienen el mismo valor.
9. ESTE CUESTIONARIO CONSTA DE 88 PREGUNTAS, DE LAS CUALES LAS 8 ÚLTIMAS SON DE RESERVA PARA POSIBLES ANULACIONES. En el caso de anulación de preguntas, las de reserva se irán utilizando por el orden en el que figuran en el cuestionario (de la 81 en adelante).
10. Las contestaciones erróneas se penalizarán con un cuarto del valor de la respuesta correcta. No tendrán la consideración de erróneas las preguntas no contestadas.
11. SOBRE LA FORMA DE CONTESTAR EN LA "HOJA DE RESPUESTAS", LEA MUY ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES QUE FIGURAN AL DORSO DE LA MISMA.
12. AL FINALIZAR EL EJERCICIO ES OBLIGATORIO ENTREGAR LA "HOJA DE RESPUESTAS".

1.- Marque la respuesta correcta respecto a los alérgenos que deben indicarse, según la normativa vigente de etiquetado (Reglamento (UE) N° 1169/2011):

- a) Son 12 e incluyen entre otros: huevos, cereales, leche y patata.
- b) Son 14 e incluyen entre otros: leche, tomate, cereales y pescado.
- c) Son 14 e incluyen entre otros: gluten, apio, soja y altramuces.
- d) No existen unos determinados alérgenos a indicar en el etiquetado.

2.- Respecto a cómo etiquetar un alérgeno, señale la correcta:

- a) En los alimentos envasados en comercio minoritario para venta inmediata, se puede informar por medios alternativos al uso de etiquetas, de forma oral o escrita.
- b) En el caso de frutas, hortalizas, tubérculos o frutos secos que se vean a simple vista no será necesario facilitar la información de alérgenos.
- c) Si no se puede evitar la posibilidad de contaminación cruzada, ésta debe indicarse en el etiquetado.
- d) Todas son correctas.

3.- ¿Cuál de los siguientes no es un objetivo en el soporte nutricional del paciente crítico?:

- a) Aumentar la respuesta metabólica al estrés.
- b) Preservar la masa magra del individuo.
- c) Favorecer y modular la respuesta inmune.
- d) Todas son correctas.

4.- Dentro de los consejos dietéticos generales del tratamiento nutricional del síndrome de malabsorción, no se incluye:

- a) La dieta rica en fibra no fermentable.
- b) La dieta baja en grasa y formas de cocinado sencillas.
- c) Fraccionar la dieta en 5-6 ingestas.
- d) Mantener la fibra fermentable.

5.- Referido al perímetro o circunferencia corporal, ¿cuál de las siguientes es la afirmación falsa?:

- a) Sirve para estimar de forma indirecta la masa muscular.
- b) Utiliza el perímetro muscular del tobillo.
- c) Utiliza el perímetro muscular del brazo.
- d) Mide el perímetro muscular de la pantorrilla.

6.- Las comidas preparadas y sus procesos de elaboración y manipulación cumplirán los siguientes requisitos, señale la falsa:

- a) En la elaboración de comidas preparadas se podrá utilizar cualquier producto alimenticio apto para el consumo humano y que, en su caso, cumpla los requisitos previstos en sus normas específicas correspondientes.
- b) La descongelación se realizará en refrigeración. No obstante, los responsables de los establecimientos podrán establecer otro método siempre y cuando exista evidencia científica y técnica de las garantías de seguridad y salubridad para cada tipo de producto y, en cualquier caso, haya sido verificado por la autoridad competente.
- c) Las comidas preparadas cocinadas, incluidas las que hayan sido previamente descongeladas, se mantendrán en refrigeración hasta su utilización y se recalentarán, en el menor tiempo posible, de tal manera que se alcance en el centro del producto una temperatura entre 30-35 °C.
- d) Las comidas preparadas se elaborarán con la menor antelación posible al tiempo de su consumo, salvo las que vayan a ser congeladas o refrigeradas.

7.- El inicio de un soporte nutricional por vía parenteral agresivo en pacientes con deterioro del estado nutricional implica un mayor riesgo de síndrome de realimentación. Las alteraciones analíticas que se ven con más frecuencia en este síndrome son:

- a) Hipermagnesemia, hipopotasemia, hiperfosfatemia.
- b) Hipomagnesemia, hiperpotasemia, hiperfosfatemia.
- c) Hipomagnesemia, hipopotasemia, hipofosfatemia.
- d) Hipermagnesemia, hiperpotasemia, hiperfosfatemia.

8.- En el etiquetado de los huevos se debe identificar la forma de cría de las gallinas ponedoras. Señale cuál es el código correcto para la producción ecológica:

- a) 0
- b) 1
- c) 2
- d) 3

9.- ¿Qué cambios metabólicos no se observan en personas con enfermedad hepática crónica?:

- a) Cambios en el gasto energético.
- b) Hiperinsulinismo.
- c) Descenso del catabolismo proteico.
- d) Alteraciones del metabolismo lipídico.

10.- ¿Cuál de los siguientes no es un edulcorante natural disacárido?:

- a) Sacarosa.
- b) Maltosa.
- c) Galactosa.
- d) Lactosa.

11.- Entre los distintos aditivos alimentarios antioxidantes de origen natural autorizados en la Unión Europea no se encuentran:

- a) El ácido ascórbico y sus sales solubles en agua.
- b) Los tocoferoles (E-306 a E-309).
- c) El extracto de romero (E-392).
- d) Los galactatos (E-310 a E312).

12.- En la dieta de la Enfermedad Inflamatoria Intestinal en remisión, se recomienda:

- a) Eliminar la leche de la dieta.
- b) Reducir la fruta en todas las ingestas.
- c) Realizar una dieta normal.
- d) Eliminar la legumbre de su alimentación.

13.- De entre los siguientes consejos dietéticos, ¿cuál no le parece apropiado para la madre lactante?:

- a) Consumir alimentos especiados y muy saborizados.
- b) Incluir abundantes frutas frescas, verduras, legumbres, frutos secos, huevos, lácteos y sus derivados.
- c) Consumir abundante agua y evitar la sensación de sed.
- d) Incrementar la ingesta diaria global, preferiblemente aumentando el número de comidas al día.

14.- En relación a la atención especializada, señale la respuesta incorrecta:

- a) La atención especializada se configura como el nivel asistencial que garantizará la continuidad de la atención integral al paciente, una vez superadas las posibilidades de la atención primaria y hasta que aquel pueda reintegrarse en esta última.
- b) La atención especializada comprenderá las actuaciones encaminadas a la promoción de la salud, educación sanitaria, la prevención de la enfermedad, la recuperación de la salud y la rehabilitación, la investigación y la docencia, en coordinación con la atención primaria y la salud pública.
- c) Cada Área de Salud contará, al menos, con dos hospitales o un complejo asistencial que ofrecerá los servicios especializados adecuados a las necesidades de la población.
- d) La atención especializada será prestada en los hospitales o en los complejos asistenciales que podrán disponer de centros de especialidades.

15.- María tiene 15 años y una galactosemia clásica (deficiencia de la gactosa-1-fosfato uridil transferasa), tiene que ir al supermercado, ¿qué alimento no debería comprar?:

- a) Mantequilla de coco.
- b) Cacahuetes.
- c) Huevos.
- d) Garbanzos.

16.- Sobre las tablas de composición de alimentos y las bases de datos nutricionales, señale la opción incorrecta:

- a) Indican el contenido en energía y nutrientes de los alimentos.
- b) La energía se expresa en kilocalorías o en kilojulios.
- c) Los valores nutricionales de los micronutrientes se expresan en gramos por cada 100 g de porción de alimento procesado.
- d) Los datos nutricionales pueden obtenerse mediante análisis químico de los alimentos, en la bibliografía a partir de distintas fuentes o combinando las dos formas anteriores.

17.- ¿Cuáles son los 4 principios de la bioética? (Beauchamp y Childress). Señale la respuesta correcta:

- a) Respeto por las personas, equidad, beneficencia y justicia.
- b) Autonomía, no maleficencia, beneficencia y justicia.
- c) Autonomía, solidaridad, justicia y beneficencia.
- d) Respeto por las personas, no maleficencia, beneficencia y justicia.

18.- En la administración de la nutrición parenteral por vía periférica, para evitar complicaciones locales como flebitis y trombosis, la osmolaridad de la solución no debe superar la cifra de:

- a) 675 mOsm/l.
- b) 800 mOsm/l.
- c) 750 mOsm/l.
- d) 900 mOsm/l.

19.- ¿Cuáles son las indicaciones generales de las dietas progresivas?:

- a) Favorecer la recuperación funcional intestinal del paciente.
- b) Evitar períodos de ayuno prolongado.
- c) Evitar mantener durante varios días dietas insuficientes.
- d) Todas son correctas.

20.- La leche apenas contiene:

- a) Calcio.
- b) Vitamina C.
- c) Proteínas.
- d) Vitaminas grupo B.

21.- Sobre las múltiples enfermedades que se pueden transmitir por medio de los alimentos, a continuación, se exponen los tipos de trastornos y el agente causal. Señale la opción correcta:

- a) Infecciones → tóxicos.
- b) Toxiinfecciones → microorganismos + toxina.
- c) Infestaciones → microorganismos patógenos.
- d) Intoxicaciones → parásitos.

22.- La disolución en agua potable de sal comestible a la que se le ha añadido o no azúcar, vinagre, ácido láctico u otras sustancias autorizadas, con diversas especias y plantas, se conoce como:

- a) Sal de agua.
- b) Vinagreta.
- c) Salmuera.
- d) Encurtido.

23.- Respecto a la Zona Básica de Salud, señale la respuesta correcta:

- a) La Zona Básica de Salud es el marco territorial y poblacional donde se desarrollan las actividades sanitarias de la atención primaria, sin perjuicio de que ésta se pueda desarrollar fuera de la misma cuando existieran servicios o recursos comunes para varias zonas básicas de salud.
- b) Constituye el marco fundamental para el desarrollo de las prestaciones de programas asistenciales, los programas de promoción y protección de la salud y los de prevención de la enfermedad. Su organización asegurará la continuidad de la atención sanitaria en todos los niveles asistenciales y facilitará la coordinación de todos los recursos que le correspondan.
- c) a y b son ciertas.
- d) a y b son falsas.

24.- De los siguientes patrones de alimentación que a continuación se detallan, ¿cuál de ellos no ha demostrado una reducción significativa de la HbA1c en pacientes con diabetes?:

- a) Dieta mediterránea.
- b) Dieta baja y muy baja en carbohidratos.
- c) Dieta vegana o vegetariana.
- d) Dieta baja en grasa (<10% del porcentaje total de calorías).

25.- Señale la afirmación correcta respecto a las legumbres:

- a) Su proteína posee un aminoácido limitante, la isoleucina.
- b) Su concentración en almidón oscila entre un 15 y un 30%.
- c) Su concentración en proteínas oscila entre el 5 y 10%.
- d) Su cubierta fibrosa está formada principalmente por celulosa, hemicelulosa y pectina.

26.- ¿Cuál de estos microorganismos es anaerobio?:

- a) Staphylococcus aureus.
- b) Escherichia coli.
- c) Salmonella enteritidis.
- d) Clostridium botulinum.

27.- El pliegue cutáneo tricipital se mide..., señale la respuesta correcta:

- a) En el punto medio entre el acromion y el olécranon.
- b) Sobre el músculo bíceps.
- c) En el brazo dominante.
- d) Con el brazo flexionado a 45°.

28.- En una mujer embarazada de 8 semanas, ¿qué consejo nutricional de los siguientes no estaría indicado?:

- a) Evitar los productos lácteos no pasteurizados.
- b) Consumir carnes y pescados completamente cocinados.
- c) Incrementar el consumo de hígado y sus derivados, para garantizar un aporte de retinol > 3000 µg diarios.
- d) Disminuir el consumo de cafeína (< 300 mg/diarios).

29.- En la elaboración de una dieta pobre en purinas para un paciente con un episodio de gota, de los siguientes alimentos, ¿cuál tiene un mayor contenido en purinas?:

- a) Pescado blanco.
- b) Sardinas.
- c) Riñones.
- d) Mollejas.

30.- Respecto al paciente oncológico, señale la respuesta correcta:

- a) El deterioro de la calidad de vida está relacionado con la disminución de la masa muscular por la desnutrición.
- b) El objetivo principal del soporte nutricional es evitar la ganancia ponderal del paciente.
- c) El estudio del riesgo de desnutrición se realizará tras completar el tratamiento quirúrgico y oncológico.
- d) No se recomienda actividad física en estos pacientes.

31.- Respecto a las Instrucciones Previas, decisiones sobre la propia salud adoptadas previamente, reguladas por la Ley 41/2002 de 14 de noviembre, y la Ley 8/2003 de 8 de abril, indique qué afirmación o procedimiento de formalización es correcto:

- a) El respeto a las decisiones sobre la propia salud será exigible por los pacientes a los centros sanitarios siempre que estas instrucciones hayan sido manifestadas al menos verbalmente.
- b) Las Instrucciones Previas deberán formalizarse personándose ante notario con la presencia de dos testigos.
- c) Las Instrucciones Previas deberán formalizarse documentalmente ante personal al servicio de la Administración de la Consejería competente, con la presencia de dos testigos.
- d) Las Instrucciones Previas deberán formalizarse documentalmente ante tres testigos mayores de edad, de los cuales dos como mínimo no deberán tener relación de parentesco hasta el segundo grado ni vínculo patrimonial u obligacional.

32.- ¿Qué corresponde a una ración de hidratos de carbono en España?:

- a) 200 ml de leche entera de vaca.
- b) 40 gr de pan de trigo.
- c) 60 gr de arroz blanco cocido.
- d) 300 gr de naranja.

33.- ¿Qué no es verdadero con respecto a los objetivos terapéuticos en los pacientes con Trastorno de la Conducta Alimentaria?:

- a) Revisar los conocimientos nutricionales de los pacientes, recordando que los mitos y errores derivados de fuentes inadecuadas de información no condicionan ni limitan la alimentación.
- b) Alcanzar una mejora en el patrón alimentario cumpliendo con la ingesta recomendada de los grupos básicos de alimentos.
- c) Mejorar la ingesta energética y de micro y macronutrientes.
- d) El objetivo final es la recuperación del estado nutricional.

34.- Sobre la clasificación de los ácidos grasos, en base a la longitud de su cadena, señale la opción más correcta:

- a) Cadena corta: de 7 a 10 átomos de carbono.
- b) Cadena media: de 11 a 16 átomos de carbono.
- c) Cadena larga: 17 o más átomos de carbono.
- d) Cadena larga: 12 o más átomos de carbono.

35.- En general, el remplazo de grasas saturadas por insaturadas, o por carbohidratos influye en el perfil lipídico. De las siguientes opciones, señale la correcta:

- a) El reemplazo por grasas polinsaturadas disminuye los niveles de triglicéridos y no modifica los niveles de colesterol.
- b) El reemplazo por grasas monoinsaturadas de origen vegetal, aceite de oliva y nueces reduce el nivel de triglicéridos e incrementa los niveles de colesterol HDL.
- c) El reemplazo por carbohidratos no influye en los niveles de colesterol total ni en el colesterol LDL.
- d) El reemplazo por carbohidratos disminuye los niveles de triglicéridos e incrementa los niveles de colesterol HDL.

36.- ¿Cuál de las siguientes afirmaciones es correcta?:

- a) La Anorexia Nerviosa se relaciona con el "escaso apetito" durante la infancia.
- b) La Bulimia Nerviosa se relaciona con síntomas compulsivos relacionados con la ingesta en la infancia.
- c) El diagnóstico de Bulimia Nerviosa es habitual antes de la adolescencia.
- d) El diagnóstico de Anorexia Nerviosa es más frecuente en pacientes comedores selectivos durante la infancia.

37.- ¿Qué modelos de dietas se han descrito para conseguir reducir el riesgo cardiovascular?, señale la respuesta incorrecta:

- a) Dieta DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension).
- b) Dieta mediterránea (DietMED).
- c) Dieta cetogénica.
- d) Dieta vegetariana.

38.- En el proceso de la digestión, ¿qué no es verdadero?:

- a) El proceso de digestión tiene 2 fases: fase mecánica y fase química.
- b) La saliva no tiene ningún papel en el proceso de la digestión.
- c) La secreción de jugos gástricos juega un importante papel en la hidrólisis de proteínas.
- d) La lipasa pancreática es necesaria para la digestión de los triglicéridos.

39.- Las enfermedades de transmisión alimentaria tienen en común:

- a) Alimentos poco cocinados y/o crudos.
- b) Alimentos mal conservados, rotura de la cadena de frío.
- c) Aguas y superficies contaminadas.
- d) Todas las anteriores.

40.- Respecto a los hábitos dietéticos en la infancia y juventud y su repercusión en la edad adulta, señale la respuesta falsa:

- a) Una mayor ingesta de frutas y verduras en la infancia y adolescencia se relaciona con una menor prevalencia de aterosclerosis en la edad adulta.
- b) Una dieta rica en grasas saturadas en la infancia se relaciona con una mayor probabilidad de desarrollar aterosclerosis en la edad adulta.
- c) Una dieta rica en frutas y verduras en la infancia y adolescencia se relaciona con un menor riesgo de Ictus en el adulto.
- d) Una mayor ingesta de calcio en la infancia y adolescencia se relaciona con un mayor riesgo de Ictus en el adulto.

41.- El profesional sanitario se verá obligado a romper el secreto profesional..., señale la respuesta incorrecta:

- a) Cuando haya peligro para la Salud Pública.
- b) Cuando declare como testigo en un juicio.
- c) Cuando esté informando a familiares o compañeros directos del sujeto.
- d) Cuando esté en juego la vida de terceras personas.

42.- El Mini Nutritional Assessment (MNA) es un método de cribado nutricional que se caracteriza por..., señale la respuesta incorrecta:

- a) Estar recomendado en los ancianos.
- b) Constar de 18 preguntas.
- c) Estar distribuido en 2 apartados.
- d) Tener que cumplimentar la segunda parte de la valoración cuando el paciente obtiene una puntuación > 11 en las preguntas de cribado.

43.- Dentro de las recomendaciones para el manejo de la diarrea, ¿cuál de las siguientes afirmaciones no es correcta?:

- a) Se suprimirán guisos, fritos, embutido por irritación de la mucosa digestiva.
- b) Evitar estimulantes del peristaltismo como el café o té.
- c) Valorar el uso de fibra fermentable tipo goma guar.
- d) No hay ninguna incorrecta.

44.- Atendiendo a la función desarrollada, el personal estatutario puede clasificarse en:

- a) Personal estatutario sanitario y personal estatutario de gestión y servicios.
- b) Personal estatutario facultativo, personal estatutario sanitario no facultativo y personal estatutario no sanitario.
- c) Personal estatutario fijo y personal estatutario temporal.
- d) Personal estatutario fijo, personal estatutario interino y personal estatutario eventual.

45.- ¿Es recomendable aumentar la ingesta habitual en las personas con fibrosis quística?:

- a) Sí, pero solamente utilizando soporte nutricional enteral.
- b) Sí, se recomienda un aporte entre el 120-200% de las calorías recomendadas para población general.
- c) No es necesario.
- d) No, aunque si se realiza debe ser siempre mediante nutrición parenteral.

46.- Entre las principales características del cuadro clínico de la intoxicación estafilocócica, no se encuentra/n:

- a) Los vómitos y la diarrea.
- b) El dolor abdominal.
- c) La temperatura corporal $> 40^{\circ}\text{C}$.
- d) El comienzo de los síntomas entre 1 a 6 horas.

47.- El proceso de envejecimiento afecta a la alimentación y nutrición, señale la respuesta incorrecta:

- a) La mayoría de las personas comen menos a medida que la edad avanza por lo que las ingestas de nutrientes pueden ser más bajas que las recomendadas.
- b) Con la edad los aportes alimentarios tienen un rendimiento metabólico menor.
- c) El apetito tiende a aumentar.
- d) Hay una disminución de los sentidos del gusto y el olfato.

48.- En el contexto del Trastorno de la Conducta Alimentaria los vómitos pueden provocar, además de deshidratación:

- a) Diarrea.
- b) Hipopotasemia.
- c) Hipercloremia.
- d) Acidosis metabólica.

49.- ¿Qué tipo de alimento priorizaría en las recomendaciones dietéticas a un paciente con enfermedad renal crónica avanzada con cifras plasmáticas persistentemente elevadas de fósforo?:

- a) Alimentos naturales, sin descartar verduras y frutas, con recomendaciones dirigidas al control de potasio si fuera preciso.
- b) Alimentos naturales, sobre todo de fuentes animales, evitando frutas y verduras.
- c) Bebidas carbonatadas para conseguir una adecuada hidratación.
- d) Pizzas congeladas comerciales.

50.- Señale la definición correcta sobre los distintos conceptos de ingestas dietéticas de referencia:

- a) Ingestas adecuadas: es la ingesta diaria de un nutriente que se considera adecuada para cubrir las necesidades de la mitad de los individuos sanos de un grupo de edad y género determinados.
- b) Nivel de ingesta máxima tolerable: es la cantidad diaria de nutrientes recomendada cuando no existen datos suficientes para estimar las recomendaciones con respecto a un nutriente en una población o en un grupo de edad concretos.
- c) Ingestas dietéticas recomendadas: la ingesta dietética diaria suficiente para cubrir las necesidades de un nutriente de casi todos los individuos sanos (97-98%) de un grupo de edad y género determinados.
- d) Requerimiento medio estimado: corresponde a la cantidad de un nutriente que se puede ingerir sin que exista riesgo para la salud, en todos los individuos de la población general, a largo plazo.

51.- La nutrición enteral por sonda no está contraindicada si...:

- a) El paciente se encuentra con ventilación mecánica.
- b) Existen fístulas entéricas de alto débito.
- c) El paciente padece hemorragia digestiva aguda grave activa.
- d) Existe obstrucción completa del intestino delgado o grueso.

52.- ¿Cuáles de los siguientes es un método individual de valoración de la ingesta?:

- a) Hojas de balance alimentario.
- b) Encuestas familiares.
- c) Recordatorio de 24 horas.
- d) Todos son métodos individuales de valoración de ingesta.

53.- Señale la respuesta correcta. Durante la adolescencia se recomienda que la composición calórica del desayuno sea:

- a) El 20-25% de las calorías totales diarias.
- b) El 30-35 % de las calorías totales diarias.
- c) <10 % de las calorías totales diarias.
- d) El 10-15% de las calorías totales diarias.

54.- Para calcular el Gasto Energético Basal (GEB) con la fórmula de Harris-Benedict, necesitamos conocer:

- a) Peso, talla y actividad física.
- b) Peso, sexo, talla y edad.
- c) Peso, talla, pliegue tricípital y sexo.
- d) Peso, edad, sexo y circunferencia braquial.

55.- De las siguientes complicaciones de la disfagia orofaríngea, ¿cuál es la más grave?:

- a) Desnutrición.
- b) Deshidratación.
- c) Empeoramiento de la calidad de vida.
- d) Broncoaspiración.

56.- ¿Qué adaptación de la dieta para disfagia orofaríngea le parece apropiada?:

- a) Adaptar la consistencia de sólidos y la textura de los líquidos.
- b) Ajustar la medicación para asegurar el cumplimiento con seguridad.
- c) Asegurar la postura correcta y el entorno del paciente.
- d) Todas las anteriores.

57.- Según el Real Decreto 271/2014 de 11 de abril, por el que se aprueba la Norma de Calidad para el yogur, las bacterias que principalmente se relacionan con la producción de yogur son:

- a) Lactobacillus helveticus y rhamnosus.
- b) Streptococcus thermophilus y lactobacillus bulgaricus.
- c) Lactobacillus reuteri y rhamnosus.
- d) Lactobacillus acidophilus y helveticus.

58.- Respecto al manejo nutricional del estreñimiento, ¿cuál de las siguientes recomendaciones no considera correcta?:

- a) Aumento de la ingesta hídrica.
- b) Incrementar el consumo de frutas y verduras.
- c) Incrementar el consumo de harinas refinadas.
- d) Aumento de la actividad física.

59.- Conforme a lo establecido en el procedimiento PEA GRS SST 02 *Protección de las trabajadoras durante el embarazo y la lactancia en los centros e instituciones sanitarias de la Gerencia Regional de Salud*, la determinación de la existencia de riesgo será realizada por:

- a) El superior jerárquico del área de trabajo.
- b) El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.
- c) La propia trabajadora.
- d) El delegado de Prevención de Riesgos Laborales.

60.- En relación a los frutos secos, señale la opción incorrecta:

- a) Su contenido glucídico es mayor de un 40%.
- b) Son fuente importante de hierro y calcio.
- c) Las almendras y avellanas contienen ácido oleico.
- d) Los cacahuetes y nueces contienen ácido linoleico.

61.- ¿Qué factores se asocian a la desnutrición en la enfermedad inflamatoria intestinal?:

- a) Malabsorción.
- b) Pérdidas gastrointestinales.
- c) Aumento de los requerimientos nutricionales.
- d) Todas son correctas.

62.- ¿Cuál de estos alimentos no recomendaría a una persona con celiaquía?:

- a) Tortita de maíz.
- b) Pan de trigo.
- c) Arroz blanco con huevo.
- d) Pollo asado con patatas.

63.- El valor calórico de una dieta compuesta por 200 gr de hidratos de carbono, 50 gr de grasas, 70 gr de proteínas, 4 gr de vitaminas y 0.5 gr de minerales es de:

- a) 1000-1200 Kcal.
- b) 1500-1700 Kcal.
- c) 1800-2000 Kcal.
- d) 2100-2300 Kcal.

64.- ¿Por qué se caracterizan los embutidos?:

- a) Por presentar mayor valor vitamínico que la carne de la que procede.
- b) Por tener hierro de baja biodisponibilidad.
- c) Por ser ricos en colesterol y grasa saturada.
- d) Por tener poca cantidad de sal.

65.- Para una correcta planificación de la dieta terapéutica, deberemos tener en cuenta que..., señale la respuesta correcta:

- a) La realización del código de dietas no es un facilitador para la organización de dietas terapéuticas.
- b) Las dietas terapéuticas hay que adaptarlas a la situación clínica del paciente en cada momento.
- c) La dieta basal es una dieta terapéutica.
- d) Las dietas con modificación de texturas no se consideran dietas terapéuticas.

66.- Respecto a las dietas progresivas, ¿cuál de las siguientes no es correcta?:

- a) Grupo de dietas destinado a los pacientes en una etapa de recuperación de funciones digestivas.
- b) La progresión a dietas más complejas será individualizada, teniendo en cuenta la patología del paciente y zona afectada.
- c) Es imprescindible pasar por todas las etapas.
- d) No hay ninguna incorrecta.

67.- ¿A quién compete la convocatoria y resolución de los concursos de provisión de puestos de trabajo del personal estatutario en Castilla y León?:

- a) Al Director/a General de Personal y Desarrollo Profesional de la Gerencia Regional de Salud de Castilla y León.
- b) Al Consejero/a de la Presidencia de Castilla y León.
- c) Al Consejero/a competente en materia de Sanidad en Castilla y León.
- d) Dependiendo del concurso específico de que se trate, pueden ser a) o c).

68.- ¿Cuál de las siguientes afirmaciones no es correcta respecto al estreñimiento?:

- a) La motilidad intestinal juega un papel primordial en el desarrollo del estreñimiento.
- b) El uso de fibras vegetales no solubles disminuye el volumen fecal.
- c) El uso de laxantes debe restringirse a los pacientes con persistencia de estreñimiento tras cambios higiénico-dietéticos.
- d) Una ingesta de agua adecuada es fundamental en el manejo del estreñimiento.

69.- Dentro de la protección de los derechos relativos a la autonomía de decisión de los pacientes, recogido en la Ley 8/2003 de 8 de abril, se encuentra la regulación del consentimiento informado. Se deberá recabar el consentimiento por escrito del paciente en los siguientes casos:

- a) Antes de realizar intervenciones quirúrgicas.
- b) Antes de realizar procedimientos diagnósticos y terapéuticos invasivos.
- c) Antes de realizar procedimientos sanitarios que supongan riesgos e inconvenientes notorios y previsibles.
- d) En los tres casos anteriores.

70.- Respecto a las clases funcionales de los aditivos alimentarios usados en alimentos, señale la definición correcta:

- a) Espesantes: sustancias que aumentan la viscosidad de un alimento.
- b) Estabilizantes: sustancias que posibilitan el mantenimiento del estado fisicoquímico de un producto alimenticio.
- c) Gelificantes: sustancias que aumentan la viscosidad de un alimento.
- d) Espumantes: sustancias que incrementan la acidez de un producto alimenticio.

71.- Referido a la Historia Dietética, señale la respuesta correcta:

- a) La debe realizar una persona con formación al respecto.
- b) Se trata de averiguar hábitos generales de la ingesta, sin tener en cuenta los consumos excepcionales.
- c) Se valora solamente el consumo del día anterior.
- d) Es breve, se invierten entre 5 y 10 minutos en realizarla.

72.- Para realizar una dieta personalizada se tendrán en cuenta:

- a) Los antecedentes personales y familiares del paciente.
- b) La antropometría y el cálculo de los requerimientos nutricionales.
- c) La Historia Dietética.
- d) Todas son ciertas.

73.- En un paciente que ha precisado una resección de íleon terminal, ¿qué déficit es esperable encontrar?:

- a) De Vitamina B12.
- b) De Hierro.
- c) De Hidratos de Carbono.
- d) De Vitamina C.

74.- Señale la respuesta incorrecta respecto a la definición de "comida preparada":

- a) Elaboración culinaria resultado de la preparación en crudo o del cocinado o precocinado de uno o varios productos alimenticios de origen animal o vegetal.
- b) Puede tener o no, adición de otras sustancias autorizadas y, en su caso, estar condimentada.
- c) Siempre ha de presentarse envasada.
- d) Debe estar dispuesta para su consumo, bien directamente, o bien tras un calentamiento o tratamiento culinario adicional.

75.- En un paciente no crítico con enfermedad renal crónica, ingresado por una neumonía grave, que sufre un fracaso renal agudo sin terapia sustitutiva renal, ¿qué recomendaciones sobre el aporte proteico están indicadas?:

- a) Mantener la dieta hipoproteica prescrita antes del ingreso en el contexto de enfermedad renal crónica avanzada.
- b) Indicar el tratamiento con más de 1.3 g de proteínas/kg/día.
- c) Comenzar con 1 g de proteínas/kg/día y aumentar gradualmente hasta 1,3 g de proteínas/kg/día si la tolerancia fuera adecuada.
- d) Recomendar 0,8-1 g de proteínas/kg/día.

76.- El almidón es un carbohidrato del grupo de los polisacáridos. De las características que a continuación se detallan, señale la respuesta incorrecta:

- a) Es la gran reserva glucídica de los cereales, tubérculos y legumbres.
- b) Forma un engrudo en agua caliente.
- c) Es hidrolizado directamente por los jugos gástricos, sin necesidad previa de cocción.
- d) Su grano, suele contener amilosa y amilopectina.

77.- El botulismo se produce por la acción directa de un/a:

- a) Bacteria.
- b) Parásito.
- c) Toxina.
- d) Moho.

78.- Según el artículo 40 de la Ley 17/2011, en relación con las medidas especiales dirigidas al ámbito escolar, qué respuesta no es correcta:

- a) Las autoridades educativas competentes promoverán la enseñanza de la nutrición y alimentación en las escuelas infantiles y centros escolares.
- b) Las autoridades educativas competentes promoverán el conocimiento de los beneficios que, para la salud, tienen la actividad física y el deporte y fomentará su práctica entre el alumnado.
- c) Las autoridades competentes velarán para que las comidas servidas en escuelas infantiles y centros escolares sean variadas, equilibradas y estén adaptadas a las necesidades nutricionales de cada grupo de edad. No precisarán supervisión por profesionales con formación acreditada en nutrición humana y dietética.
- d) Las escuelas infantiles y los centros escolares proporcionarán a las familias, tutores o responsables de todos los comensales, la programación mensual de los menús.

79.- En el caso de las frutas, hortalizas, tubérculos o frutos secos envasados en bolsas o con envases que permitan apreciar claramente el alimento a simple vista, ¿qué información obligatoria deberá aparecer en su etiqueta? Señale la respuesta correcta:

- a) La denominación del alimento, la cantidad neta y la empresa alimentaria.
- b) El modo de empleo, el país de origen y la cantidad neta.
- c) Los ingredientes, los alérgenos y la cantidad neta.
- d) La fecha de envasado, la cantidad neta y el país de origen.

80.- ¿Cuál de las siguientes vitaminas es liposoluble? Señale la respuesta correcta:

- a) Tiamina.
- b) Ácido fólico.
- c) Ácido ascórbico.
- d) Tocoferol.

PREGUNTAS DE RESERVA

81.- En el paciente ingresado en una unidad de quemados, señale cuál es la respuesta correcta:

- a) El soporte nutricional no se comenzará antes de las 72 horas del ingreso aunque el paciente esté hemodinámicamente estable, para prevenir complicaciones gastrointestinales.
- b) La presencia de compromiso hemodinámico contraindica el uso de soporte nutricional enteral.
- c) El uso de fórmulas enterales enriquecidas con inmunomoduladores está contraindicado en el paciente quemado.
- d) En estos pacientes el catabolismo proteico no está aumentado, por tanto, precisan fórmulas enterales hipoproteicas.

82.- Según establece la ORDEN SAN/1037/2014, de 27 de noviembre, por la que se establece el procedimiento para la valoración del puesto de trabajo por causa de salud, una vez evaluados los riesgos del puesto de trabajo y valorado el estado de salud del interesado, el correspondiente informe de valoración del puesto de trabajo deberá realizarse por parte de:

- a) El Gerente del centro de trabajo.
- b) El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.
- c) El Inspector Médico asignado.
- d) La mutua de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

83.- Cual de las siguientes afirmaciones sobre los beneficios de la nutrición enteral es correcta:

- a) Disminuye la translocación bacteriana.
- b) Disminuye las complicaciones sépticas.
- c) Mejora la cicatrización de las heridas.
- d) Todas son correctas.

84.- Respecto al objetivo de consumo de sodio en adultos, las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud proponen como objetivo una ingesta de sal (NaCl):

- a) Menor a 5 g/día.
- b) Menor a 8 g/día.
- c) Menor a 10 g/día.
- d) Menor a 3 g/día.

85.- De los siguientes alimentos de una dieta de fácil digestión, ¿cuál excluiría?:

- a) Puré de verduras no flatulentas.
- b) Postres de fruta modificada.
- c) Carne y pescado a la plancha.
- d) Lentejas estofadas.

86.- En la medida de los pliegues cutáneos, ¿cuál de las siguientes respuestas es falsa?:

- a) Se estima la grasa corporal total.
- b) Se estiman las reservas de energía.
- c) Se utiliza un lipocalibrador.
- d) Es una técnica muy cara de realizar.

87.- Una de las siguientes no es tarea del Técnico Superior de Nutrición y Dietética:

- a) Supervisar que la presentación, temperatura y raciones de los alimentos sean los correctos según el código de dietas hospitalarias.
- b) Comprobar que la dieta cumpla las modificaciones adaptadas a gustos y preferencias del paciente.
- c) Verificar que las características organolépticas sean atractivas para la ingesta del paciente hospitalizado.
- d) Solucionar todos los problemas de alimentación con una dieta estándar.

88.- De las siguientes medidas preventivas para evitar la infección por Salmonella (salmonelosis), ¿cuál no se considera cierta?:

- a) Mantener la cadena de frío.
- b) Evitar contaminación cruzada, separando productos crudos de cocinados.
- c) Lo único que no tenemos que controlar es la temperatura de cocción.
- d) Garantizar la higiene personal de los manipuladores de alimentos.