

2º EXERCICIO: PARTE ESPECIFICA

INSTRUCCIÓN:

1. - Non abra nin lea o interior deste caderno ata que se lle indique.
2. Esta proba consiste nun cuestionario eliminatorio de contido teórico práctico da parte específica do programa, de 100 preguntas tipo test con 10 de reserva (as 10 últimas, da E101 á E110), que deberán ser contestadas entre os números **E1** e **E110**, no corpo principal da "FOLLA DE RESPOSTAS".
3. - O tempo total de realización do exercicio, é de **150 minutos**.
4. - Todas as preguntas teñen catro respostas alternativas, sendo unha a correcta. As respostas correctas sumarán **0,50** puntos, as non contestadas non terán valoración algunha e as contestadas erroneamente restarán **0,125** puntos.
5. - Comprobe sempre que o número de resposta que sinala na "FOLLA DE RESPOSTAS" é o que corresponde ao número da pregunta do cuestionario.
6. - Este cuestionario debe utilizarse na súa totalidade como borrador das respostas elixidas, para non marcar unha resposta ata estar totalmente seguro/a.
- 7.- A resposta correcta marcarase cun **X** ben feito dentro dos límites do recadro. De ter que anular algunha resposta, o recadro da resposta que se marcou incorrectamente ten que encherse por completo.

Unha vez que se anule, xa non poderá recuperarse de novo dita opción de resposta.

8. - Ao rematar o seu exercicio, no suposto de que non teña que realizar o exercicio de lingua galega, advírtao á organización para a súa recollida. Debe entregar a "FOLLA DE RESPOSTAS", no lugar que lle indique a organización, onde lle entregarán a última folla autocopiativa. Ao abandonar o recinto **NON** poderá levar ningún cuestionario de preguntas. O Servizo Galego de Saúde facilitaralle o acceso aos mesmos a través da páxina web: www.sergas.es, logo de finalizados os tempos de exame. Se ten que realizar o exercicio de lingua galega, permaneza no seu lugar. Ao finalizar o exercicio, garde este cuestionario no chan, baixo o seu asento e espere as indicacións para realizar a continuación o outro exame, en unidade de acto.

**LEA DETIDAMENTE AS INSTRUCCIÓNS QUE FIGURAN NO REVERSO
DA FOLLA DE RESPOSTAS PARA O SEU CORRECTO ENCHEMENTO**

EXAME EN GALEGO

1. Respecto ao manexo nutricional en pacientes con pancreatite crónica e evidencia de insuficiencia pancreática exocrina, cal é a intervención nutricional esencial?

- A) Dieta alta en graxas sen acompañamento de encimas.
- B) Xaxún intermitente para “descansar” o páncreas.
- C) Dieta estritamente líquida e baixa en calorías.
- D) Administración de terapia de substitución encimática asociada a unha dieta equilibrada.

2. Os compoñentes que conforman o gasto enerxético total dun individuo son:

- A) O gasto enerxético basal.
- B) O efecto termoxénico dos alimentos.
- C) O gasto enerxético por actividade física.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

3. No manexo postoperatorio de pacientes intervidos de cancro de colon, cal é unha recomendación dietética clave?

- A) Renovar a alimentación oral de forma precoz.
- B) Iniciar inmediatamente nutrición parenteral total.
- C) Manter ao paciente en xaxún absoluto durante polo menos 72 horas.
- D) Iniciar nutrición enteral por xexunostomía de forma precoz (primeiras 24–48 h).

4. No manexo dun paciente con pancreatite aguda, cal é a estratexia nutricional recomendada nas primeiras 48–72 horas para favorecer a recuperación e previr complicacións?

- A) Iniciar alimentación oral temperá.
- B) Manter repouso dixestivo durante toda a estancia.
- C) Administrar unha dieta rica en graxas para estimular a función pancreática.
- D) Comezar con nutrición parenteral.

5. Para asegurar o mantemento correcto da cadea de frío nun centro hospitalario, cal das seguintes medidas é esencial?:

- A) Programar auditorías internas sen controis físicos no almacenamento.
- B) Almacenar os alimentos a temperatura ambiente.
- C) Utilizar produtos de limpeza desinfectantes.
- D) Realizar controis continuos de temperatura mediante sistemas de vixilancia.

6. Con respecto ás medidas antropométricas:

- A) A circunferencia do papo da perna presenta utilidade no cribado de baixa masa muscular.
- B) A altura talón-xeonllo ou a lonxitude do antebrazo son medicións que nos permiten estimar o talle.
- C) Coa medición dos pregamentos cutáneos avaliamos a cantidade de tecido adiposo subcutáneo.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

7. Que propósito fundamental ten a codificación de dietas nunha contorna hospitalaria?

- A) Simplificar a facturación dos servizos de alimentación aos pacientes.
- B) Limitar as opcións de elección de alimentos por parte dos pacientes.
- C) Identificar e clasificar de maneira sistemática os diferentes tipos de dietas dispoñibles para facilitar a súa prescrición e preparación.
- D) Asignar un custo específico a cada tipo de dieta para o control orzamentario do hospital.

8. Sinale a opción correcta en canto á vitamina D:

- A) É unha vitamina liposoluble, polo que pode acumularse no organismo.
- B) A súa principal función é participar no metabolismo enerxético, liberando a enerxía dos hidratos de carbono.
- C) Ten un papel destacado na absorción de calcio e fósforo.
- D) A e C son correctas.

9. Por que é fundamental realizar un control rigoroso na recepción de materias primas nas cociñas hospitalarias?

- A) Para incrementar o tempo de almacenamento sen avaliar a calidade do produto.
- B) Para optimizar unicamente a xestión económica do provedor.
- C) Para garantir que os alimentos recibidos cumpren cos límites críticos e condicións de calidade establecidas.
- D) Para permitir a improvisación no tratamento posterior dos alimentos.

10. Sinale a resposta incorrecta:

- A) Nas persoas con gastrite atrófica debe avaliarse o estado da vitamina B12 xa que se produce unha absorción insuficiente desta vitamina.
- B) *Helicobacter pylori* é unha bacteria gramnegativa responsable de procesos de inflamación crónica da mucosa gástrica, úlcera péptica, gastrite atrófica e cancro gástrico.
- C) A presenza de hernia hiatal non contribúe á aparición de refluxo gastroesofáxico e a esofaxite.
- D) Unha dieta rica en carnes procesadas, graxas e azucres simples asóciase cun maior risco de cancro gástrico.

11. Juana é unha muller de 55 anos, cun IMC de 45 kg/m². Padece hipertensión arterial e diabetes mellitus tipo 2, con tratamento farmacolóxico para ambos desde hai varios anos. No seu historial consta obesidade de inicio na vida adulta e aumento progresivo de peso nos últimos 6 anos ata chegar ao IMC actual. Realizou en varias ocasións tratamentos dietéticos, algúns supervisados por profesionais, e refire ineficacia destes para o mantemento a longo prazo da redución ponderal. Tentou nunha ocasión tratamento farmacolóxico, pero abandonouno por mala tolerancia. Decidiuse pola opción cirúrxica e está incluída na lista de agarda para realizar un bypass gástrico. Entre outras recomendacións, con respecto á dieta poscirurxía bariátrica (CB), debemos informar a Juana de:

- A) As modificacións na anatomía do estómago e do intestino tras a CB obrigan, entre outras, a adaptar a alimentación en canto á cantidade de alimento que se debe consumir en cada toma.
- B) A reintrodución de alimentos tras a cirurxía deberá realizarse de forma progresiva e seguindo as indicacións que se lle facilitasen previamente.
- C) A achega proteica non debe ser inferior a 60 g por día.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

12. Cal das seguintes afirmacións sobre a lactación materna é INCORRECTA?

- A) A lactación materna proporciona anticorpos e outros factores inmunolóxicos que protexen ao bebé das infeccións.
- B) O leite materno ten unha composición dinámica que se adapta ás necesidades do bebé a medida que crece.
- C) Os bebés aleitados tenden a ter un menor risco de desenvolver alerxias en comparación cos bebés alimentados con fórmula.
- D) O leite materno carece de compoñentes inmunolóxicos significativos, o que fai que os bebés aleitados sexan máis susceptibles ás infeccións.

13. Entre as complicacións que poden aparecer despois dunha cirurxía bariátrica (CB), está a síndrome de Dumping. Sinale a resposta incorrecta:

- A) Os síntomas da síndrome de Dumping inclúen, entre outros, náuseas, suor fría, cambras abdominais e diarrea.
- B) Para evitar a síndrome de Dumping está recomendado tomar os líquidos durante as comidas.
- C) Débese evitar o consumo de alimentos doces.
- D) Débense realizar 6 tomas ao día de pequeno volume e comer lentamente mastigando moi ben os alimentos.

14. En canto aos ácidos graxos omega 3 (ω -3), sinale a resposta incorrecta:

- A) Son ácidos graxos omega 3: o ácido eicosapentaenoico (EPA) e o ácido docosahexaenoico (DHA).
- B) Atópanse en peixes como o salmón, o atún ou as sardiñas.
- C) Modifican o perfil lipídico aumentando as concentracións de triglicéridos, polo que non debe recomendarse o seu consumo.
- D) O ácido alfa-linolénico (ALA) é un ácido graxo omega 3 e atópase, entre outros, en aceites vexetais como o de liñaza e o de soia.

15. Cal das seguintes afirmacións é un principio fundamental para unha alimentación saudable en persoas maiores sans?

- A) Débense excluír todos os alimentos procesados para evitar aditivos prexudiciais.
- B) É necesario eliminar por completo o consumo de graxas para previr enfermidades.
- C) A dieta saudable ha de ser variada (incluíndo alimentos de todos os grupos), equilibrada e moderada (sen excluír nin abusar de ningún).
- D) Os suplementos vitamínicos son imprescindibles para cubrir as necesidades nutricionais na vellez.

16. No manexo dietético da litíase por oxalato de calcio, cal das seguintes medidas NON se recomenda?:

- A) Incrementar a inxesta de líquidos para lograr unha diurese adecuada.
- B) Incluír froitas e verduras para aumentar a citratúria.
- C) Reducir drasticamente a achega de calcio.
- D) Limitar o consumo de sal para diminuír a calciúria.

17. Escolla a resposta correcta sobre a Bromatoloxía:

- A) Etimoloxicamente deriva do grego.
- B) Significa ciencia dos alimentos.
- C) Ciencia que se centra no estudo dos alimentos desde todos os puntos de vista posibles, tendo en conta todos os factores involucrados, tanto na produción das materias primas, como na súa manipulación, elaboración, conservación, distribución, comercialización e consumo.
- D) Todas son correctas.

18. Da seguinte listaxe de alimentos, indica cales polas súas características intrínsecas, non permiten o crecemento de *Listeria monocytogenes*:

- A) Salchichas cocidas ou patés.
- B) Peixes afumados.
- C) Ensaladas preparadas.
- D) O azucre, o mel, o sal e conservas.

19. Entre os alimentos permitidos na dieta de fácil deglutición NON se atopan:

- A) Os iogures con anacos de froitas.
- B) Queixo fresco tipo Burgos.
- C) Alimentos brandos e húmidos.
- D) Carnes tenras, zumarentas e acompañadas de salsas que sexan espesas e homoxéneas.

20. A Lei 11/2007, do 27 de xullo, galega para a prevención e o tratamento integral da violencia de xénero, recolle as formas válidas de acreditar a situación de violencia de xénero, entre as que NON se atopa:

- A) Certificación e/ou informe dos servizos sociais e/ou sanitarios da Administración pública autonómica ou local.
- B) Certificación dos servizos de acollida da Administración pública autonómica ou local.
- C) Informe da Inspección de Traballo e da Seguridade Social.
- D) Denuncia presentada ante a Policía Local ou Nacional da situación de violencia.

21. Alberto é un doente de 65 anos portador dunha colostomía. Acode a unha revisión e manifesta a súa preocupación pola forma en que a súa alimentación pode influír no control do cheiro das feces. Cal destes alimentos NON ten que evitar?

- A) Espárragos.
- B) Coles de Bruxelas.
- C) logur.
- D) Allo.

22. Que tipo de información preséntase tipicamente na pirámide alimentaria?

- A) A composición nutricional exacta de cada alimento.
- B) Receitas detalladas para preparar comidas saudables.
- C) Marcas comerciais específicas de produtos alimenticios saudables.
- D) Os grupos de alimentos recomendados e a frecuencia ou proporción de consumo suxerida.

23. Cal das seguintes medidas NON forma parte das obrigas específicas que deben adoptar os operadores dunha empresa alimentaria?:

- A) Asegurar o cumprimento dos criterios microbiolóxicos para os produtos alimenticios.
- B) Mantemento da cadea do frío.
- C) Realizar un estrito control da temperatura en todas as etapas polas que pasan os produtos alimenticios nun establecemento de restauración colectiva ou unha industria alimentaria.
- D) Excluir a realización de mostraxe e análise sempre que se manteña a cadea do frío.

24. Entre as técnicas utilizadas para avaliar a composición e a función corporal atópanse:

- A) A bioimpedancia eléctrica.
- B) A ecografía nutricional.
- C) A dinamometría.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

25. Para obter unha avaliación detallada dos hábitos alimentarios en pacientes con anorexia nerviosa e detectar posibles desequilibrios nutricionais, cal é a estratexia recomendada para documentar o patrón de consumo ao longo do tempo?

- A) Realizar un rexistro da inxesta durante 24 horas.
- B) Levar un rexistro alimentario continuo durante 3 a 7 días.
- C) Aplicar un cuestionario breve de frecuencia de alimentos.
- D) Avaliar de forma seriada a composición corporal mediante bioimpedancia.

26. En que situacións específicas as dietas terapéuticas poden ter como obxectivo probar a tolerancia dixestiva?

- A) En pacientes con enfermidades crónicas estables que requiren dietas de mantemento a longo prazo.
- B) En todos os pacientes ao ingresar ao hospital para identificar posibles alerxias alimentarias.
- C) Na reintrodución da alimentación tras cirurxía ou alteracións gastrointestinais.
- D) En pacientes con obesidade que inician dietas moi restritivas para unha rápida perda de peso.

27. Sinale a resposta incorrecta en canto ao tratamento dietético na obesidade:

- A) É aconsellable axustar a restrición calórica á mínima necesaria para conseguir unha perda entre 400–500 g á semana.
- B) Está indicado, en todos os casos, iniciar o tratamento dietético cunha dieta de moi baixo contido calórico (VLCD).
- C) Pódese recomendar a dieta mediterránea hipocalórica xa que hai estudos que demostran os seus efectos beneficiosos sobre a incidencia da enfermidade cardiovascular, o control da diabetes mellitus tipo 2 e a remisión da síndrome metabólica, entre outros.
- D) A dieta DASH é eficaz na redución de peso e, entre outros, ten efectos positivos sobre o control da presión arterial.

28. Entre as pautas nutricionais para reducir o refluxo gastroesofáxico e a esofaxite atópanse:

- A) Evitar as bebidas alcohólicas.
- B) Evitar comer de 2 a 3 horas antes de deitarse.
- C) Evitar as comidas abundantes, con alto contido en graxa.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

29. Elix a correcta. Se na etiqueta dun alimento figura «SEN GRAXA»:

- A) Non pode conter máis de 3 g de graxa por 100 g de produto se é sólido.
- B) Non pode conter máis de 1,5 g de graxa por cada 100 ml se é líquido.
- C) Non pode conter máis de 0,5 g de graxa por 100 g de produto se é sólido ou por cada 100 ml se é líquido.
- D) Non pode conter máis de 1,5 g de graxa por 100 g de produto se é sólido ou por cada 100 ml se é líquido.

30. Das seguintes opcións, cal se achega máis á inxestión diaria de proteínas recomendada para un adulto san, expresada en gramos por kilogramo de peso corporal?

- A) 0.5 g/kg/día.
- B) 0.8 g/kg/día.
- C) 1.7 g/kg/día.
- D) 1.5 g/kg/día.

31. Que alimentos achegan proteínas denominadas de ALTO VALOR BIOLÓXICO?

- A) Ovos.
- B) Verduras.
- C) Pan.
- D) Cereais.

32. Sinale a resposta incorrecta en canto á dieta de fácil mastigación:

- A) Os alimentos que forman parte desta dieta son sólidos e de textura branda.
- B) O obxectivo desta dieta é adaptar a textura dos alimentos para facilitar a mastigación en doentes con problemas orais.
- C) Admite un gran número de alimentos e coccións, por exemplo, á prancha ou á brasa.
- D) Trátase dunha dieta nutricionalmente completa e equilibrada.

33. Que advertencias se deben incluír na etiquetaxe dos complementos alimenticios, segundo o Real Decreto 1438/2009?

- A) Só a advertencia de non superar a dose diaria expresamente recomendada.
- B) Só a afirmación expresa de que non deben utilizarse como substituto dunha dieta equilibrada.
- C) Só a indicación de que o produto debe manterse fóra do alcance dos nenos máis pequenos.
- D) A advertencia de non superar a dose diaria expresamente recomendada e a afirmación expresa de que non deben utilizarse como substituto dunha dieta equilibrada, entre outras.

34. Cantas porcións de froitas e hortalizas recomenda a Organización Mundial da Saúde tomar diariamente, respecto a unha dieta sa en adultos?

- A) Polo menos 400 g (ou sexa, cinco porcións) de froitas e hortalizas ao día; excepto papas, batatas, mandioca e outros tubérculos feculentos.
- B) Polo menos 100 g (ou sexa, dúas porcións) de froitas e hortalizas ao día; excepto papas, batatas, mandioca e outros tubérculos feculentos.
- C) Polo menos 200 g (ou sexa, tres porcións) de froitas e hortalizas ao día; excepto papas, batatas, mandioca e outros tubérculos feculentos.
- D) Polo menos 300 g (ou sexa, catro porcións) de froitas e hortalizas ao día; excepto papas, batatas, mandioca e outros tubérculos feculentos.

35. Sinale a correcta. O Regulamento da Unión Europea nº 1169/2011, NON considera ingrediente:

- A) Os aromas e os aditivos alimentarios.
- B) As encimas alimentarias.
- C) Calquera substancia ou produto e calquera compoñente dun ingrediente composto, que se utilice na fabricación ou na elaboración dun alimento e siga estando presente no produto acabado, aínda que sexa nunha forma modificada.
- D) Os residuos.

36. Que tipo de espesante é xeralmente mellor tolerado e mantén mellor as calidades organolépticas dos alimentos en pacientes con disfaxia?

- A) Espesantes a base de amidón de millo modificado.
- B) Espesantes a base de gomas como o xantano ou guar.
- C) Mesturas de fariña de millo con auga quente.
- D) Uso de xelatina en frío para mellorar a viscosidade.

37. Sinale a resposta incorrecta:

- A) A actividade física é o compoñente máis variable do gasto enerxético diario.
- B) A actividade física supón entre o 15–30% do gasto enerxético total (GET).
- C) O gasto por actividade física non debe considerarse no cálculo do gasto enerxético total (GET).
- D) As respostas A e B son correctas.

38. Entre as complicacións da disfaxia orofarinxea (DOF) atópanse:

- A) A malnutrición.
- B) A deshidratación.
- C) A pneumonía por aspiración.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

39. No manexo dietético da insuficiencia renal, cal é a recomendación correcta en canto aos requirimentos proteicos nas diferentes fases da enfermidade?

- A) Tanto na fase pre-dialítica como na de diálise recoméndase unha inxesta proteica constante de aproximadamente 1,0 g/kg ao día.
- B) Na fase pre-dialítica aconséllase aumentar a inxesta proteica para evitar a perda de masa muscular, mantendo o mesmo achega en diálise.
- C) Na fase pre-dialítica recoméndase unha dieta baixa en proteínas (0,6–0,8 g/kg), mentres que en pacientes en diálise requírese unha achega proteica incrementada (1,2–1,3 g/kg) debido ás perdas durante o tratamento.
- D) Na fase de diálise débese reducir a inxesta proteica para diminuír a sobrecarga metabólica, mentres que na fase pre-dialítica increméntase a achega.

40. Cal dos seguintes elementos é esencial para o diagnóstico de anorexia nerviosa segundo os criterios actuais (DSM-5)?:

- A) Presenza de atacaduras recorrentes sen condutas compensatorias.
- B) Restrición alimentaria excesiva que conleva un peso significativamente baixo para a idade e talle.
- C) Inxesta excesiva de alimentos en períodos curtos de tempo.
- D) Consumo elevado de alimentos “light” ou baixos en graxa.

41. En canto á enfermidade pulmonar obstrutiva crónica (EPOC):

- A) A desnutrición é un problema frecuentemente asociado á EPOC. O emprego de suplementos orais está, por tanto, indicado.
- B) No tratamento do hipermetabolismo que se produce na EPOC estable debemos previr a perda de peso e a perda da masa corporal magra.
- C) Debemos recomendarlle ao doente que padece EPOC inxestas frecuentes de pequenas cantidades, nutricionalmente densas.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

42. Que ferramenta utiliza o sistema APPCC para identificar os puntos críticos de control nas cociñas hospitalarias?:

- A) Diagrama de fluxo do proceso.
- B) Rexistro de comida preparada.
- C) Manual de boas prácticas hixiénicas.
- D) Árbore de decisión.

43. Dos seguintes minerais, sinal cal ten unha importancia especial durante a adolescencia, debido ao seu papel fundamental no crecemento da masa ósea, onde unha parte significativa fórmase nesta etapa:

- A) Ferro.
- B) Zinc.
- C) Calcio.
- D) Magnesio.

44. Cando un paciente con disfasia ten dificultades con líquidos, a estratexia máis adecuada é:

- A) Prohibir completamente a inxesta de líquidos para evitar aspiracións.
- B) Reducir o volume das tomas sen modificar a consistencia do líquido.
- C) Espesar os líquidos á viscosidade recomendada segundo a avaliación clínica.
- D) Ofrecer líquidos moi fríos para estimular a deglución sen necesidade de espesantes.

45. Que opción cres que describe mellor as características dunha dieta basal hospitalaria?

- A) Unha dieta deseñada para pacientes con necesidades nutricionais específicas debido a unha patoloxía.
- B) Unha dieta que restrinxe certos grupos de alimentos para o tratamento de enfermidades metabólicas.
- C) Unha dieta equilibrada, variada e saudable que non presenta restricións alimentarias.
- D) Unha dieta que consiste principalmente en líquidos e alimentos de fácil dixestión.

46. Dentro dunha Unidade de Nutrición Hospitalaria, o Técnico Superior en Dietética ten entre as súas funcións o control da calidade dos alimentos. Cal das seguintes actividades reflicte mellor este labor?:

- A) Elaborar informes epidemiolóxicos sobre a incidencia de enfermidades relacionadas coa dieta.
- B) Supervisar e verificar as condicións de conservación, manipulación e transporte dos alimentos, asegurando o cumprimento das normativas hixiénico-dietéticas.
- C) Coordinar a distribución de medicamentos e suplementos alimenticios aos pacientes.
- D) Realizar avaliacións de desempeño do persoal de cociña en termos de produtividade.

47. Que é un complemento alimenticio, segundo o Real Decreto 1438/2009?

A) Os produtos alimenticios cuxo fin sexa complementar a dieta normal e consistentes en fontes concentradas de nutrientes ou doutras substancias que teñan un efecto nutricional ou fisiolóxico, en forma simple ou combinada, comercializados en forma dosificada, é dicir cápsulas, pastillas, tabletas, pílulas e outras formas similares, bolsiñas de pos, ampolas de líquido, botellas con contagotas e outras formas similares de líquidos e pos que deben tomarse en pequenas cantidades unitarias.

B) Alimentos nutricionalmente completos cunha formulación en nutrientes normal que, se se consomen de acordo coas instrucións do fabricante, poden constituír a única fonte de alimento para os seus destinatarios.

C) Alimentos nutricionalmente completos cunha formulación en nutrientes específica adaptada para determinadas enfermidades, trastornos ou afeccións que, si se consomen de acordo coas instrucións do fabricante, poden constituír a única fonte de alimento para os seus destinatarios.

D) Alimentos incompletos cunha formulación normal ou unha formulación en nutrientes específica adaptada para determinadas enfermidades, trastornos ou afeccións, que non son adecuados para servir como única fonte de alimento.

48. En pacientes con colestase biliar e malabsorción de graxas, cal das seguintes intervencións dietéticas resulta fundamental para mellorar a absorción de lípidos?:

A) Incrementar a inxesta de fibra soluble.

B) Aumentar o consumo de carbohidratos simples.

C) Incluír na dieta suplementos con ácidos graxos de cadea media (MCT).

D) Reducir a inxesta de graxas máis do 50%.

49. En que ámbitos se pode levar a cabo a educación para a saúde grupal?

A) Exclusivamente en centros de saúde durante consultas programadas.

B) Unicamente en hospitais para pacientes ingresados.

C) Soamente a través de medios de comunicación masiva como a televisión e a radio.

D) En escolas, centros de saúde, comunidades e outras contornas onde se poida reunir a grupos de persoas.

50. Marque a resposta correcta. Se na etiqueta dun produto alimenticio envasado, na lista de ingredientes, ou despois da palabra contén, figura de forma destacada a palabra "leite ou calquera dos seus derivados", debe entenderse que:

A) O produto contén lactosa e proteínas lácteas.

B) O produto non resulta apto para alérxicos ás proteínas do leite.

C) O produto non resulta apto para intolerantes á lactosa.

D) Todas son correctas.

51. Respecto ao tratamento nutricional na anorexia nerviosa, cal é a precaución primordial para previr a síndrome de realimentación?

A) Iniciar a renutrición cunha carga calórica elevada.

B) Monitorizar de forma estrita os electrolitos e o estado hidroelectrolítico.

C) Administrar suplementos proteicos sen modificar a achega calórica.

D) Incrementar a inxesta de líquidos.

52. Debido ás dificultades na deglución e a alteración da función mastigatoria en pacientes con tumores de cabeza e pescozo, cal é unha recomendación concreta para mellorar a súa inxesta nutricional?

- A) Iniciar nutrición parenteral de forma rutineira.
- B) Postergar o soporte nutricional ata a finalización do tratamento oncolóxico.
- C) Incrementar a achega de alimentos sólidos sen alteracións na forma de presentación.
- D) Modificar a textura da dieta (por exemplo, dietas brandas ou trituradas) e complementar con suplementos orais adaptados.

53. Segundo o recollido na Lei 7/2023, do 30 de novembro, para a igualdade efectiva de mulleres e homes de Galicia, a situación na que se atopa unha persoa que sexa, fose ou puidese ser tratada de maneira menos favorable que outra en situación comparable denomínase:

- A) Discriminación directa por razón de sexo.
- B) Violencia vicaria.
- C) Discriminación indirecta por razón de sexo.
- D) Discriminación polo exercicio dos dereitos de conciliación.

54. Das seguintes medidas preventivas para evitar a Salmonella, sinala a incorrecta:

- A) Debe cociñarse como mínimo a 70°C durante 2 minutos, de maneira que se alcance esa temperatura en todo o produto de forma homoxénea.
- B) Tras o cociñado, se non se van a consumir inmediatamente, os alimentos deben conservarse en refrixeración.
- C) Debe cociñarse como mínimo a 60°C durante 1 minuto, de maneira que se alcance esa temperatura en todo o produto de forma homoxénea.
- D) Todas son incorrectas.

55. Sinala o factor ou condición que pode influír na necesidade de aumentar a inxestión de proteínas en adultos maiores por encima da recomendación xeral:

- A) O sedentarismo.
- B) A presenza de sarcopenia ou perda de masa muscular.
- C) Un consumo elevado de fibra dietética.
- D) A diminución da inxestión enerxética total.

56. Cal das seguintes afirmacións reflicte correctamente o deber de confidencialidade no ámbito sanitario?

- A) O profesional sanitario pode compartir información do paciente con calquera membro do equipo, sempre que se utilice para fins formativos.
- B) O profesional sanitario debe acceder á información do paciente unicamente cando sexa estritamente necesaria para proporcionar unha atención adecuada, asegurando que se utilice exclusivamente para ese fin.
- C) A confidencialidade é unha práctica discrecional que o profesional pode aplicar ou non, dependendo da situación clínica.
- D) A información do paciente pode divulgarse a familiares ou achegados sen restricións, dado que forman parte do círculo de apoio.

57. Cal das seguintes opcións describe mellor as características fundamentais dunha dieta equilibrada para un adulto san?

- A) Unha dieta baseada principalmente en alimentos de orixe animal, rica en proteínas e graxas saturadas, e baixa en hidratos de carbono para asegurar un aporte enerxético constante.
- B) Unha dieta que restrinxe severamente o consumo de graxas e azúcares para previr o aumento de peso, priorizando alimentos procesados baixos en calorías.
- C) Unha dieta variada que achegue todos os nutrientes necesarios (proteínas, hidratos de carbono, graxas, vitaminas, minerais e auga) nas cantidades recomendadas, mantendo un equilibrio entre a inxestión e o gasto enerxético, e baseada principalmente en alimentos sen procesar ou minimamente procesados.
- D) Unha dieta que se centra sobre todo no consumo dun único grupo de alimentos, como froitas e verduras, para asegurar a inxestión de micronutrientes e fibra.

58. Cal é o propósito principal da fórmula de Harris–Benedict?

- A) Calcular a enerxía gastada durante a actividade física.
- B) O seu obxectivo principal é estimar a cantidade de enerxía (en kcal/día) que unha persoa necesita para manter as súas funcións vitais básicas en estado de repouso.
- C) Determinar as necesidades de macronutrientes dun individuo.
- D) Avaliar o estado nutricional de pacientes con hepatopatías crónicas.

59. Sinale a opción correcta en canto a alimentos ultraprocesados:

- A) Son produtos que pasaron por mínimas modificacións e conservan a maioría dos seus nutrientes orixinais, como os froitos secos.
- B) Posúen unha alta densidade enerxética, un exceso de azúcares engadidos, graxas trans e aditivos que poden promover enfermidades metabólicas.
- C) Son sempre máis saudables que os alimentos naturais, xa que están deseñados para aportar todos os nutrientes esenciais de forma equilibrada.
- D) Adoitan ser máis caros e difíciles de atopar no mercado, o que limita o seu impacto na dieta da poboación xeral.

60. Indique a resposta incorrecta:

- A) O seitán é un alimento apto nunha dieta sen glute.
- B) Os pistachos e os anacardios son ricos en FODMAP.
- C) En caso de flatulencia nun doente portador de colostomía debemos recomendar evitar, entre outros, alimentos como o repolo, a coliflor ou as bebidas con gas.
- D) Entre os alimentos que poden producir obstrución dunha ostomía atópanse a casca de mazá ou as uvas.

61. Cal é unha característica principal das graxas saturadas?

- A) Son líquidas a temperatura ambiente debido ao seu alto contido en ácidos graxos insaturados.
- B) Atópanse principalmente en aceites de orixe vexetal como o de oliva e xirasol.
- C) Un consumo excesivo pode conlevar un aumento de colesterol e triglicéridos en sangue.
- D) Son consideradas esenciais xa que o corpo non pode producilas.

62. Na prevención da enfermidade cardiovascular (ECV), sinala a resposta incorrecta:

- A) A dieta mediterránea é un dos patróns de alimentación recomendados na prevención da enfermidade cardiovascular (ECV).
- B) Recoméndase reducir o consumo de sal para diminuír a presión arterial e o risco da enfermidade cardiovascular (ECV.)
- C) Recoméndase aumentar o consumo de peixe, incluíndo aqueles ricos en ácidos graxos omega 3 como o atún, o salmón ou a cabala.
- D) Non está recomendado o consumo de legumes polo seu alto contido en hidratos de carbono.

63. Cal das seguintes técnicas considérase fundamental na educación para a saúde nutricional orientada á acción, co obxectivo de facilitar a adopción voluntaria de comportamentos alimentarios saudables?

- A) O desenvolvemento de actividades de aprendizaxe que faciliten a adopción voluntaria de comportamentos alimentarios saudables.
- B) A presentación de datos estatísticos sobre os beneficios dunha dieta equilibrada.
- C) A prescrición detallada de menús e plans de alimentación específicos.
- D) A memorización da composición nutricional dos alimentos.

64. Respecto ás clases funcionais dos aditivos alimentarios usados en alimentos, sinala a definición correcta:

- A) Antioxidantes: substancias que prolongan a vida útil dos alimentos protexéndoos da deterioración causada pola oxidación, como o enranciamiento das graxas e os cambios da cor.
- B) Acidulantes: substancias que alteran ou controlan a acidez ou alcalinidade dun produto alimenticio.
- C) Espumantes: substancias que incrementan a acidez dun produto alimenticio.
- D) Potenciadores do contraste: substancias que realzan o sabor ou o aroma, ou ambos, dun produto alimenticio.

65. Sinala a resposta incorrecta:

- A) A medición dos pregamentos cutáneos serve para estimar a masa graxa.
- B) Para medir os pregamentos cutáneos utilízase un dispositivo denominado lipocalibre.
- C) A medición dos pregamentos cutáneos é unha técnica que non precisa persoal adestrado.
- D) Entre as vantaxes da medición dos pregamentos cutáneos atópase que é un método de baixo custo.

66. Das seguintes opcións, sinala a porcentaxe de cada macronutriente na inxestión calórica total dun adulto san segundo a OMS:

- A) Proteínas: 35–40 %, Graxas: 15–20 %, Hidratos de carbono: 40–45 %.
- B) Proteínas: 5–15 %, Graxas: 40–50 %, Hidratos de carbono: 30–40 %.
- C) Proteínas: 12–15 %, Graxas: 25–30 %, Hidratos de carbono: 50–60 %.
- D) Proteínas: 20–25 %, Graxas: menor ou igual a 25%, Hidratos de carbono: maior a 70 %.

67. No que respecta a a elaboración e seguimento de dietas terapéuticas, cal é a competencia diferenciadora que debe demostrar o Técnico Superior en Dietética nunha contorna hospitalaria?

- A) Diseñar dietas baseadas unicamente en protocolos estandarizados sen considerar as particularidades do paciente.
- B) Supervisar exclusivamente a adquisición e almacenamento dos alimentos necesarios para a elaboración de dietas.
- C) Elaborar e axustar dietas personalizadas mediante a análise de enquisas dietéticas e estudos antropométricos, integrando o seguimento continuo do estado nutricional.
- D) Xestionar a área de nutrición a través da implementación de estratexias informáticas sen intervención directa na prescrición dietética.

68. No manexo dietético da mucosite oral inducida por radioterapia, cal das seguintes recomendacións é máis adecuada para diminuír a irritación e facilitar a inxesta?

- A) Implementar unha dieta exclusiva de líquidos claros ata a resolución da mucosite.
- B) Manter unha dieta sólida con alimentos a temperatura ambiente, salientando o consumo de alimentos acedos para estimular a salivación.
- C) Adoptar unha dieta de textura branda ou triturada, evitando alimentos picantes, ácidos e con texturas crocantes.
- D) Priorizar unha dieta alta en fibra e alimentos crus para promover a saúde dixestiva.

69. Para previr a recidiva de litíase de ácido úrico, cal das seguintes recomendacións dietéticas é esencial?

- A) Aumentar a inxesta de auga para lograr unha diurese superior a 2 litros diarios.
- B) Reducir o consumo de froitas e verduras para diminuír a inxesta de purinas.
- C) Elevar o consumo de sal para favorecer a absorción de nutrientes.
- D) Incrementar a achega proteico para estimular o metabolismo.

70. Cal é un dos obxectivos fundamentais do sistema APPCC aplicado á restauración hospitalaria?

- A) Previr a contaminación cruzada mediante a identificación e control de puntos críticos na manipulación dos alimentos.
- B) Aumentar a variedade de menús sen considerar os riscos sanitarios.
- C) Mellorar o sabor dos pratos mediante axustes na cocción.
- D) Reducir o tempo de almacenamento de alimentos sen aplicar medidas de verificación.

71. Sinale a resposta incorrecta:

- A) A ecuación de Harris–Benedict deseñouse inicialmente para ser aplicada en suxeitos sans.
- B) O gasto por actividade física non considera as actividades que se realizan na vida diaria, como cociñar ou aseo persoal.
- C) As necesidades enerxéticas defínense como: a inxesta de enerxía na dieta, necesaria para o crecemento ou o mantemento dunha persoa dunha idade, sexo, peso, altura e nivel de actividade física definidos.
- D) As necesidades enerxéticas están aumentadas en patoloxías que supoñen estrés metabólico, por exemplo, infeccións ou cirurxía.

72. Cal das seguintes estratexias dietéticas é a máis efectiva para reducir o contido de potasio nos alimentos?:

- A) Cociñar os alimentos ao vapor.
- B) Ferver os alimentos e refugar a auga de cocción.
- C) Consumir os alimentos de forma crúa.
- D) Incrementar o consumo de froitas e verduras.

73. Marque a resposta incorrecta sobre a formación dos manipuladores de alimentos, para que cumpra o establecido no Regulamento nº 852/2004 do Parlamento Europeo e do Consello, do 29 de abril de 2004, relativo á hixiene dos produtos alimenticios.

- A) Deben dispoñer do carné de manipulador, segundo o modelo oficial normalizado.
- B) Os xustificantes por asistir a un curso de formación de manipulación de alimentos, emitidos e entregados polas empresas de formación aos alumnos (asinados e selaxes pola persoa responsable, orixinais e especificando os contidos impartidos), serán un modelo libre.
- C) Os xustificantes por asistir a un curso de formación de manipulación de alimentos, emitidos e entregados polas empresas de formación aos alumnos (asinados e selaxes pola persoa responsable, orixinais e especificando os contidos impartidos), terán validez en todo o territorio nacional.
- D) Os xustificantes por asistir a un curso de formación de manipulación de alimentos, emitidos e entregados polas empresas de formación aos alumnos (asinados e selaxes pola persoa responsable, orixinais e especificando os contidos impartidos), acreditarán que ese alumno recibiu formación como manipulador de alimentos.

74. Marque a resposta incorrecta. Se na etiqueta dun produto alimenticio envasado figura “pode conter leite ou lactosa”, que indica.

- A) Pode figurar en alimentos, en principio libres de leite ou lactosa de forma natural.
- B) Soamente pode figurar en alimentos, que conteñen leite ou lactosa de forma natural.
- C) Advirte ao consumidor dunha posible presenza non intencionada e inevitable de lactosa.
- D) Indica unha posible contaminación cruzada.

75. Cal é a normativa que regula as Unidades de Nutrición e Dietética en España?

- A) A Lei 14/1986, do 25 de abril, Xeneral de Sanidade.
- B) O Real Decreto 1277/2003, do 10 de outubro, polo que se establecen as bases xerais sobre autorización de centros, servizos e establecementos sanitarios.
- C) A Lei 16/2003, do 28 de maio, de cohesión e calidade do Sistema Nacional de Saúde.
- D) A Lei 8/1980, do 13 de decembro, sobre Transparencia e Acceso á Información Pública.

76. Das opcións seguintes, que recomendación nutricional lle darías a unha muller en etapa de lactancia?

- A) Restringir a inxestión de líquidos para non diluír o leite materno.
- B) Evitar unha dieta que aporte menos de 1.800 calorías ao día.
- C) Aumentar significativamente o consumo de café para mellorar a produción de leite.
- D) Suprimir por completo o consumo de sal para evitar problemas no lactante.

77. No ámbito do almacenamento e conservación de alimentos en cociñas hospitalarias, cal é unha medida esencial para manter a cadea de frío?

- A) Incrementar a temperatura das cámaras para axilizar o proceso de desconxelación.
- B) Non levar a cabo rexistros de temperatura para aforrar tempo nos controis.
- C) Almacenar alimentos en contedores sen respectar a separación entre produtos crus e cociñados.
- D) Realizar unha correcta estiba nas cámaras de refrixeración para favorecer a circulación do aire.

78. En pacientes con enfermidades hepáticas, que método se recomenda para a valoración do risco de malnutrición?

- A) Unicamente a medición do IMC.
- B) O uso de ferramentas de cribado validadas, como NRS-2002 ou MUST.
- C) A avaliación exclusiva mediante bioimpedancia eléctrica.
- D) O seguimento baseado só na antropometría (Ex. Peso).

79. Entre as pautas dietéticas que poden axudar a evitar a síndrome de baleirado gástrico rápido atópanse:

- A) Evitar as temperaturas extremas dos alimentos.
- B) Evitar alimentos e líquidos que conteñan azucre.
- C) Comer amodo e mastigar ben os alimentos.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

80. Das seguintes opcións, sinala a que contén unicamente vitaminas liposolubles:

- A) Vitamina B1, Vitamina C, Vitamina D, Vitamina E.
- B) Vitamina A, Vitamina B2, Vitamina E, Vitamina K.
- C) Vitamina A, Vitamina D, Vitamina B12, Vitamina C.
- D) Vitamina A, Vitamina D, Vitamina E, Vitamina K.

81. Cal é o rango de idade recomendado pola Sociedade Europea de Gastroenteroloxía e Nutrición para a introdución da alimentación complementaria en lactantes?

- A) Antes dos 4 meses.
- B) Despois dos 3 meses.
- C) Non antes dos 4 meses nin despois dos 6 meses.
- D) Entre os 7 e 8 meses de idade.

82. Que opción describe mellor o principio fundamental da alimentación complementaria a demanda do bebé (BLW)?

- A) Ofrecer ao bebé purés e papillas de forma exclusiva, utilizando unha culler, controlando a cantidade por parte do coidador.
- B) Iniciar a introdución de alimentos sólidos tan pronto como o bebé cumpra os 4 meses de idade, sen necesidade de esperar a que mostre signos de preparación.
- C) Permitir que o bebé explore e se alimente en por si con alimentos seguros e apropiados para a súa idade, respectando os seus sinais de fame e saciedade.
- D) Substituír progresivamente as tomas de leite materno ou de fórmula por tres comidas sólidas completas ao día a partir dos 6 meses.

83. Con respecto á dieta de fácil mastigación:

- A) Está indicada en doentes con problemas de dentición e/ou próteses dentais mal axustadas.
- B) Admite un amplo número de alimentos e coccións, o que fai máis agradable a súa realización.
- C) Está indicada en doentes con afeccións inflamatorias ou infeccións da cavidade bucal como, por exemplo, en casos de mucosite tras radioterapia ou aftas bucais.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

84. Sinale a resposta incorrecta. Na avaliación inicial dun doente con sobrepeso–obesidade:

- A) Débese incluír a historia ponderal, tratamentos e dietas previas, así como patrón de alimentación.
- B) Non é necesario rexistrar o consumo de tóxicos.
- C) Na exploración física débense rexistrar, entre outros, o peso, a altura, o IMC e o perímetro de cintura.
- D) Débese rexistrar a presenza de comorbilidades asociadas á obesidade como, entre outras, a diabetes mellitus tipo 2, a hipertensión arterial e a dislipemia.

85. Nun paciente con disfaxia severa que non pode garantir unha inxesta oral segura, a mellor opción nutricional é:

- A) Manter a dieta oral con líquidos espesados.
- B) Suplementar a dieta con suplementos nutricionais hiperproteicos e fibra sen modificar a consistencia.
- C) Valorar a necesidade de soporte nutricional enteral a través de sonda nasogástrica ou PEG.
- D) Evitar o uso de soporte nutricional e enfocarse en alimentación adaptada sen restrición por grupo de alimentos.

86. Sinale a resposta incorrecta en canto ao tratamento nutricional da insuficiencia cardíaca:

- A) Débese realizar unha dieta pobre en graxas saturadas e graxas trans.
- B) Adoitan ser mellor toleradas comidas frecuentes varias veces ao día que comidas abundantes en menos tomas.
- C) Está indicado o consumo de extractos de carne ou pastillas de caldo na preparación das comidas.
- D) Está recomendado o consumo de cereais integrais, froitas e verduras.

87. Sobre a normativa que protexe o dereito á confidencialidade en España, cal das seguintes afirmacións é falsa?:

- A) O dereito á intimidade e a confidencialidade está recoñecido como un dereito fundamental na Constitución Española de 1978.
- B) A Lei 41/2002, do 14 de novembro, regula aspectos da autonomía do paciente, incluíndo a xestión da información clínica e a confidencialidade.
- C) A Lei Orgánica 3/2018, que actualiza a normativa de protección de datos persoais, reforza a garantía da intimidade e a confidencialidade.
- D) A Lei 8/1980, do 13 de decembro, sobre Transparencia e Acceso á Información Pública, é a norma principal que establece e garante o dereito á confidencialidade no ámbito sanitario.

88. O leite apenas contén:

- A) Calcio.
- B) Proteínas.
- C) Vitaminas grupo B.
- D) Vitamina C.

89. Nun doente que padece diabetes, sinala a resposta incorrecta:

- A) Debemos recomendar modelos saudables de alimentación.
- B) Hai que abordar as necesidades nutricionais individuais adaptándoas, entre outras, ás preferencias persoais e culturais.
- C) As pautas dietéticas recomendadas deben axudar a lograr os obxectivos de glicosa e tamén a conseguir e manter un peso corporal saudable.
- D) Non se debe recomendar a práctica de actividade física polo risco de sufrir hipoglicemias.

90. Con respecto á enfermidade inflamatoria intestinal (EII):

- A) As dúas formas principais de enfermidade inflamatoria intestinal son a enfermidade de Crohn e a colite ulcerosa.
- B) En períodos de brotes da EII aconséllase restrinxir o contido en lactosa e fibra da dieta.
- C) Se non se conseguen cubrir as necesidades nutricionais por situacións como gravidade do brote, complicacións intraabdominais ou cirurxía, recórrase á alimentación enteral ou parenteral.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

91. Marque a resposta correcta sobre as normas relativas aos manipuladores de alimentos segundo a lexislación vixente:

- A) Deben dispoñer do carné de manipulador, segundo o modelo oficial normalizado.
- B) O carné de manipulador de alimentos ten unha validez de 2 anos en todo o territorio nacional.
- C) Os centros que imparten a formación de hixiene aos manipuladores de alimentos necesitan estar homologados para impartir a devandita formación.
- D) Deberán cumprir os requisitos de formación en hixiene que se establecen no Regulamento 852/2004, do Parlamento Europeo e do Consello, do 29 de abril de 2004, relativo á hixiene dos produtos alimenticios.

92. En canto á dieta baixa en FODMAP, sinala a resposta incorrecta:

- A) Esta dieta divídese en 3 fases: eliminación, reintrodución e personalización.
- B) Os FODMAP son un grupo de carbohidratos de cadea curta que se atopan en certos alimentos e que se absorben mal no intestino, e son fermentados pola flora intestinal provocando distensión abdominal, flatulencias, inchazón ou diarrea.
- C) Pódense consumir alcachofas, allos porros ou allos neste tipo de dieta.
- D) Entre as froitas que se deben evitar atópanse as mazás, as peras, os figos ou as cereixas.

93. Cal dos seguintes cereais NON contén glute de forma natural, pero debe terse en conta na enfermidade celíaca e na información alimentaria da etiqueta do alimento?

- A) Avea.
- B) Centeo.
- C) Cebada.
- D) Trigo.

94. Sinala a afirmación correcta sobre a auga:

- A) A auga clasifícase como un macronutriente esencial.
- B) Aínda que non se considera un nutriente propiamente dito, é necesaria en cantidades adecuadas.
- C) A auga aporta unha cantidade significativa de vitaminas e minerais á dieta.
- D) A auga atópase principalmente en alimentos graxos e aceites.

95. No artigo 4 da Lei 17/2011, do 5 de xullo, o principio polo que se deberán utilizar as medidas que menos prexudiquen, sen menoscabo da protección da saúde, o normal exercicio da liberdade de empresa, denomínase:

- A) Principio de máxima proporcionalidade.
- B) Principio de non discriminación de mercado.
- C) Principio de mínima afección á competencia.
- D) Principio de máxima liberdade de mercado.

96. Cal é a definición principal das dietas progresivas nunha contorna hospitalaria?

- A) Son dietas cun contido crecente de calorías e nutrientes, deseñadas para pacientes con altas necesidades nutricionais.
- B) Son pautas alimentarias indicadas en diferentes fases da enfermidade e/ou da recuperación do paciente, co obxectivo principal de avaliar a súa tolerancia dixestiva.
- C) Son dietas que exclúen progresivamente certos grupos de alimentos para identificar posibles alerxias ou intolerancias.
- D) Son dietas que se adaptan ás preferencias persoais do paciente, ofrecendo unha variedade crecente de opcións ao longo da súa estancia hospitalaria.

97. En relación coas técnicas didácticas para a educación para a saúde nutricional, cal das seguintes afirmacións é máis precisa?

- A) A educación grupal é sempre máis efectiva que a individual para lograr cambios nos hábitos alimentarios, independentemente das características do individuo.
- B) É fundamental utilizar métodos educativos activos e participativos que involucren ao paciente.
- C) A simple transmisión de información nutricional é suficiente para xerar cambios de comportamento duradeiros.
- D) O rol do educador límitase a proporcionar coñecemento experto sobre nutrición.

98. Como se denomina a cantidade máxima dun aditivo alimentario, que pode ser consumida diariamente na dieta, ao longo de toda a vida, sen presentar un risco apreciable para a saúde?

- A) IRA.
- B) IDA.
- C) NOAEL.
- D) Ningunha é correcta.

99. Sinale a incorrecta. As prácticas informativas leais establecidas no artigo 7 do Regulamento da Unión Europea nº 1169/2011.

- A) A información alimentaria será precisa, clara e fácil de comprender para o consumidor.
- B) A información alimentaria non atribuirá a ningún alimento as propiedades de previr, tratar ou curar ningunha enfermidade humana, nin fará referencia a tales propiedades.
- C) A publicidade atribuirá aos alimentos as propiedades de previr, tratar ou curar enfermidades humanas.
- D) Todas son incorrectas.

100. Que opción describe mellor a utilidade da bioimpedancia (IB) na avaliación do estado nutricional ?

- A) A bioimpedancia é o único método permitido, para avaliar a pacientes con obesidade mórbida.
- B) A bioimpedancia é unha proba de laboratorio definitiva para diagnosticar a deshidratación en adultos maiores.
- C) A bioimpedancia é o método máis preciso e económico para avaliar o estado inmunitario en pacientes con transplante de células proxenitoras hematopoéticas.
- D) A bioimpedancia pode ser útil na valoración do contido total de graxa corporal e a masa magra, aínda que a súa exactitude e dispoñibilidade poden variar segundo a sofisticación do método e o contexto clínico.

Preguntas de reserva

1. Elix a correcta, sobre as recomendacións da OMS para os adultos:

- A) Limitar o consumo de graxas trans a menos do 1% da inxesta enerxética total, o que supón menos de 2,2 g ao día para unha dieta de 2000 calorías.
- B) Limitar o consumo de graxas trans a menos do 3% da inxesta enerxética total, o que supón menos de 2,2 g ao día para unha dieta de 2000 calorías.
- C) Limitar o consumo de graxas trans a menos do 5% da inxesta enerxética total, o que supón menos de 2,2 g ao día para unha dieta de 2000 calorías.
- D) Non hai ningunha limitación de consumo para as graxas trans.

2. Entre as recomendacións que lle debemos indicar a un doente que vai iniciar unha dieta de fácil mastigación NON se atopa:

- A) Os alimentos poden cociñarse ao vapor, fervidos, estufados ou guisados.
- B) Os alimentos difíciles de mastigar, como as carnes, pódense ofrecer noutras preparacións, por exemplo, carne picada en forma de albóndegas ou pastel de carne.
- C) Entre os alimentos recomendados estarían os embutidos e queixos secos.
- D) Débense evitar coccións que poidan resecar os alimentos como son á brasa ou á prancha.

3. Respecto ao obxectivo de consumo de sodio en adultos, as recomendacións da Organización Mundial da Saúde propoñen como obxectivo unha inxesta de sal (NaCl):

- A) Menor a 5 gramos ao día.
- B) Entre 15 e 20 gramos ao día.
- C) Menor a 10 gramos ao día.
- D) Menor a 3 gramos ao día.

4. A dieta de fácil deglutición:

- A) Está dirixida a doentes con disfagia de fase oral ou farínxea leve ou moderada, e con capacidade de mastigación adecuada.
- B) Permite formar facilmente o bolo alimenticio.
- C) Débense evitar as dobres texturas, por exemplo, unha sopa de fideos.
- D) Todas as respostas anteriores son correctas.

5. Cales son as principais fontes de vitamina D para o ser humano?

- A) Principalmente verduras de folla verde como espinacas e brócoli.
- B) A síntese cutánea mediada pola radiación ultravioleta do sol.
- C) Alimentos como peixes graxos, xema do ovo, fígado e lácteos.
- D) B e C son correctas.

6. Cal das seguintes funcións NON corresponde ás tarefas propias do/a Técnico/a superior en dietética na Unidade de Nutrición?:

- A) Servir de ligazón na coordinación entre a unidade de Nutrición e o servizo de Alimentación/Hostalería.
- B) Colaborar na elaboración e actualización do manual ou código de dietas hospitalarias.
- C) Desenvolver programas informativos-educacionais dietéticos e preventivos para mellorar a calidade da asistencia nutricional.
- D) Contribuír á interpretación de resultados de análises clínicas para o diagnóstico de alteracións nutricionais.

7. Que afirmación diferencia de maneira principal ás vitaminas hidrosolubles das vitaminas liposolubles?

- A) As vitaminas hidrosolubles almacénanse en grandes cantidades no tecido adiposo, mentres que as liposolubles non se almacenan significativamente.
- B) As vitaminas hidrosolubles disólvense en auga e xeralmente non se acumulan no organismo en grao tóxico, a diferenza dalgunhas vitaminas liposolubles.
- C) As vitaminas liposolubles son esenciais para a produción de enerxía, mentres que as hidrosolubles cumpren funcións estruturais.
- D) As vitaminas hidrosolubles absórbense principalmente no intestino grosso, mentres que as liposolubles absórbense no intestino delgado.

8. No manexo dietético da nefrolitíase asociada a hiperuricemia, cal das seguintes medidas é certa?:

- A) Incrementar o consumo de alimentos ricos en purinas para estimular a excreción renal.
- B) Reducir o consumo de alimentos purinóforos (como vísceras, certos peixes e mariscos) para diminuír a produción de ácido úrico.
- C) Manter unha inxesta proteica moi elevada para compensar a perda de masa muscular.
- D) Limitar a inxesta de líquidos para concentrar o ácido úrico e facilitar a súa excreción.

9. Sinale a resposta incorrecta:

- A) Entre as ecuacións estimativas do gasto enerxético encóntranse a de Harris-Benedict e a de Mifflin-St. Jeor.
- B) A ecuación de Harris-Benedict usa o peso en kg, o talle en cm e a idade en anos.
- C) Para calcular o gasto enerxético basal coa fórmula de Harris-Benedict temos que considerar o factor de actividade física.
- D) Para calcular o gasto enerxético total (GET) temos que considerar, entre outros, o factor de actividade física.

10. No contexto de cirrose hepática avanzada, cal é o obxectivo primordial da intervención nutricional?

- A) Previr e tratar a malnutrición para mellorar o prognóstico.
- B) Incrementar a achega de azucres para achegar enerxía rapidamente.
- C) Reducir drasticamente o consumo proteico para evitar encefalopatía.
- D) Inducir un estado cetoxénico para optimizar o metabolismo hepático.