

**CONVOCATORIA
CONCURSO-OPOSICIÓN
TÉCNICO ESPECIALISTA EN
DIETÉTICA**

(Resolución 742E/2019 de 26 de junio, del Director Gerente del Servicio
Navarro de Salud-Osasunbidea – BON 141 de 22-07-2019)

PRUEBA: CUESTIONARIO DE PREGUNTAS

7 de diciembre de 2019

**NO PASE A LA HOJA SIGUIENTE
MIENTRAS NO SE LE INDIQUE QUE PUEDE COMENZAR**

1.- Respecto a la salud, se reconoce en la Constitución Española de 1978, el derecho a:

- a. La protección
- b. Las prestaciones y servicios necesarios
- c. Las medidas preventivas
- d. La libre elección de centro médico

2.- Según la Disposición Adicional Segunda de la Ley Foral 11/1992, de 20 de octubre, reguladora del Régimen específico del Personal adscrito al Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea, la Dirección del Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea podrá designar temporalmente personal para que realice trabajos encuadrados en otro nivel o grupo, siempre que reúna la titulación o formación exigida para ello y en la forma y condiciones que reglamentariamente se determinen:

- a. Por decisión del Gerente del Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea
- b. Por medio de la libre designación
- c. Por razones especiales de necesidad y urgencia
- d. Previa solicitud de personas interesadas

3.- De conformidad con el artículo 12 de la Ley Foral 10/1990, de 23 de noviembre, de Salud de Navarra, el sistema sanitario público de Navarra estará compuesto por:

- a. Los Consejos de Salud de Navarra
- b. Los centros y servicios de asistencia sanitaria no integrados en el Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea
- c. El personal al servicio de Hospitales
- d. Las Administraciones Públicas

4.- De conformidad con el artículo 18 de la Ley Foral 17/2010, de 8 de noviembre, de derechos y deberes de las personas en materia de salud en la Comunidad Foral de Navarra, ¿cuál de estas afirmaciones es FALSA?

- a. Las personas tendrán derecho a recibir información veraz y permanente sobre la evaluación de la calidad de la asistencia prestada en los centros, servicios y establecimientos sanitarios
- b. No se garantizará a las personas ingresadas el derecho a la planificación del alta
- c. La asistencia sanitaria se prestará en condiciones de la mayor calidad y seguridad posible
- d. Las actuaciones sanitarias deberán ofrecer una atención sanitaria de acuerdo con las pautas y normas de actuación éticas, adecuadas a las condiciones personales y familiares de los usuarios

5.- ¿Cuál es el principio por el que se fundamenta la Ley Foral 12/2018, de 14 de junio, de Accesibilidad Universal?

- a. Diálogo civil
- b. El respeto al desarrollo de la personalidad de las personas con discapacidad y, en especial, de las niñas y los niños con discapacidad y de su derecho a preservar su identidad
- c. La transversalidad de la accesibilidad universal en todas las políticas de la Administración de la Comunidad Foral
- d. Todas son ciertas

6.- Todo Plan de Salud requiere ser aprobado, dentro del año de finalización temporal del plan que está vigente, por parte de:

- a. El Gobierno de Navarra
- b. El Departamento de Salud
- c. La Consejería de Salud
- d. El Parlamento de Navarra

7.- En relación con las personas en procesos terminales, según la Ley Foral 17/2010, de 8 de noviembre, de derechos y deberes de las personas en materia de salud en la Comunidad Foral de Navarra, sus derechos NO incluyen:

- a. Derecho al tratamiento adecuado del dolor y de los cuidados paliativos necesarios
- b. Derecho de acompañamiento de familiares y personas allegadas
- c. Derecho de elección del tratamiento de soporte vital
- d. Derecho a la asistencia religiosa

8.- Según el Artículo 17 de la Ley 41/2002 básica reguladora de la autonomía del paciente y de derechos y obligaciones en materia de información y documentación clínica, los centros sanitarios tienen la obligación de conservar la documentación clínica:

- a. Durante el tiempo adecuado a cada caso y como mínimo, cinco años contados desde la fecha del alta de cada proceso asistencial
- b. Durante el tiempo adecuado a cada caso y como máximo, cinco años contados desde la fecha del alta de cada proceso asistencial
- c. Durante tres años contados desde la fecha del alta de cada proceso asistencial
- d. Durante el tiempo que el paciente considere oportuno

9.- ¿Cuántos gramos aproximadamente de proteínas, lípidos e hidratos de carbono, en este orden, aportan 100 gramos de lentejas en seco?

- a. 24 g, 2 g, 54 g
- b. 32 g, 2 g, 46 g
- c. 24 g, 12 g, 44 g
- d. 10 g, 2 g, 68 g

10.- El sistema de notificación y registro de incidentes y eventos desarrollado por el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social y, que forma parte de la estrategia en seguridad del paciente por parte del Servicio Nacional de Salud, se denomina:

- a. EFSA
- b. INRI
- c. SINASP
- d. Ninguna es correcta

11.- ¿Qué alimento de los que se presentan a continuación, recomendarías eliminar en la dieta de una persona con hipercolesterolemia?

- a. Aceite de oliva virgen
- b. Huevo
- c. Pescado blanco
- d. Ninguno de los tres anteriores

12.- La desnutrición tipo marasmo se caracteriza por:

- a. No ser habitualmente crónica
- b. Presentar edemas
- c. Verse afectada habitualmente la antropometría
- d. Verse afectada habitualmente la bioquímica

13.- La estrategia NAOS, Nutrición, Actividad física y prevención de la Obesidad, editó un material didáctico en 2008, elaborado por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, muy consultado, y que consiste en una infografía de:

- a. Rueda
- b. Semáforo
- c. Rombo
- d. Pirámide

14.- En cuanto a la adaptación a la textura de los líquidos en caso de disfagia orofaríngea, las guías británicas contemplan los siguientes tres grados de viscosidad:

- a. Néctar, miel y pudding
- b. Néctar, miel y puré
- c. Pudding, miel y mermelada
- d. Néctar, pudding y flan

15.- Indica cuál de los siguientes alimentos tiene menor contenido en potasio en 100 g:

- a. Aguacate
- b. Castaña
- c. Fresa
- d. Plátano

16.- La intolerancia a la lactosa está causada por la ausencia o bajo nivel de enzima lactasa presente en la mucosa intestinal y, cuya función es desdoblar la lactosa en:

- a. Glucosa y glucosa
- b. Galactosa y glucosa
- c. Glucosa y lactosa
- d. Fructosa y glucosa

17.- Dentro de los sistemas de restauración colectiva se diferencian funciones de producción y de distribución. Entre las de producción en línea fría se encuentran:

- a. Elaboración de las materias primas, cocción, abatimiento y emplatado de bandejas
- b. Elaboración de las materias primas, cocción, abatimiento y emplatado exclusivamente en comidas y cenas
- c. Ensamblaje de los alimentos elaborados, emplatado, regeneración en carros y reparto
- d. Recepción de materias primas, almacenamiento, elaboraciones, cocción y abatimiento

18.- El valor energético de los alimentos se expresa en Kilocalorías (Kcal) y/o en kilojulios (KJ). Para convertir Kilocalorías en kilojulios se realiza la siguiente conversión:

- a. 1Kcal = 4,184 KJ
- b. 1 KJ = 4,184 Kcal
- c. 1 Kcal = 10 KJ
- d. 1 KJ = 10 Kcal

19.- En materia de Seguridad del paciente es CIERTO que:

- a. En el año 2014, la OMS estimó que 1 de cada 10 pacientes sufre algún daño durante la hospitalización
- b. En la actualidad los sistemas sanitarios son seguros
- c. Solo se deben notificar los incidentes que producen daño grave o la muerte del paciente
- d. El sistema de registro es complejo y solo pueden acceder los profesionales con cargos de responsabilidad

20.- Elige, de entre estas 4 bandejas de dietas, la más adecuada para un paciente diabético con insuficiencia renal crónica, que ingresa por un cuadro de edema agudo de pulmón e hiperpotasemia.

- a. Consomé, jamón cocido y yogur natural
- b. Crema de arroz y calabaza, merluza al horno y compota de pera
- c. Lentejas, pollo asado y zumo de naranja
- d. Sopa de arroz y pescado, tortilla de espinacas y kiwi

21.- En términos generales, indica cómo tiene que ser la dieta a seguir por un paciente afectado por insuficiencia renal crónica y que se encuentra incluido en la lista de trasplante de riñón:

- a. Rica en legumbres, por su contenido en proteínas y hierro
- b. Restrictiva en frutas, verduras y legumbres por su contenido en magnesio
- c. Pobre en proteínas de carne, pescado y huevo para prevenir intoxicación urémica
- d. Todas las anteriores son incorrectas

22.- El uso de datos de una tabla de composición de alimentos depende de que puedan identificarse los componentes de los alimentos con claridad. El identificador internacional de INFOODS utiliza la nomenclatura <FASAT> para el siguiente componente:

- a. Ácidos grasos monoinsaturados
- b. Ácidos grasos poliinsaturados
- c. Ácidos grasos saturados
- d. Grasa total

23.- ¿Entre qué valores aproximadamente se encuentra la longitud del intestino grueso?

- a. 6-7 metros
- b. 1-2 metros
- c. 8-9 metros
- d. 3-4 metros

24.- La notificación de incidentes relacionados con la seguridad del paciente está orientada a:

- a. Penalizar la mala praxis profesional
- b. Identificar y analizar las condiciones latentes de los centros asistenciales
- c. a y b son ciertas
- d. Ninguna es correcta

25.- En cuanto a la enfermedad celíaca es CIERTO que:

- a. No se puede considerar una enfermedad ya que solo se trata de una intolerancia a ciertos alimentos
- b. Se trata de una intolerancia propia de la infancia y puede mejorar con la edad al tratarse de inmadurez de la mucosa intestinal
- c. Se trata de una enfermedad sistémica de raíz inmunológica
- d. Ninguna es correcta

26.- ¿Qué recomendación aparece como objetivo final de consumo de verduras y hortalizas según los objetivos nutricionales, para población española consensuados por la SENC y publicados en 2011?

- a. 3 raciones al día
- b. > 200 g al día
- c. > 300 g al día
- d. > 400 g al día

27.- En el sistema de producción de cocina en línea fría:

- a. Los alimentos elaborados se deben enfriar lentamente para que los jugos aportados durante la cocción se absorban mejor
- b. Los alimentos elaborados se deben enfriar por debajo de 10° C en menos de dos horas tras finalizar la cocción
- c. Los alimentos se deben retermalizar por encima de 80° C en su interior, durante las dos horas previas a su consumo.
- d. b y c son ciertas

28.- ¿Qué recomendación darías a un paciente que, habiendo estado ingresado por una reacción alérgica y habiéndose confirmado este diagnóstico, le dan el alta?

- a. Ninguna recomendación y explicarle que nunca más le va a ocurrir ya que se ha inmunizado para siempre
- b. Que consuma pequeñas cantidades del alimento responsable hasta que el organismo se acostumbre y produzca antígenos
- c. Que no acuda a grandes restaurantes ya que solo se producen en estos las contaminaciones cruzadas
- d. Que lea atentamente todas las etiquetas de los productos envasados y pida información oral sobre los no envasados en el momento de su compra

29.- ¿Cuál de estos nutrientes es el que posee mayor capacidad cetogénica?

- a. Proteínas
- b. Hidratos de carbono
- c. MCT
- d. LCT

30.- Entre los minerales con mayor probabilidad de carencia en personas mayores, NO se encuentra:

- a. Calcio
- b. Sodio
- c. Selenio
- d. Zinc

31.- Durante el control del emplatado de las dietas a los pacientes del hospital, observas que la persona que sirve la ración de "Pescado con guarnición", emplea el mismo utillaje para el pescado empanado y para el pescado al horno de los pacientes celíacos. Indica la acción CORRECTA:

- a. Retirar las raciones ya emplatadas en las dietas sin gluten y sustituirlas por otras libres de gluten
- b. Ninguna, ya que la cantidad de gluten necesaria para producir una contaminación cruzada ha de ser de, al menos, 20 miligramos
- c. Dejarlo pasar e informar de la incorrección
- d. Ninguna es correcta

32.- En referencia al tratamiento dietético de la diarrea aguda, indica la respuesta CORRECTA:

- a. El principal objetivo es la reposición de masa muscular, por lo que se empieza la tolerancia por alimentos proteicos
- b. La ingesta de sustancias osmóticamente activas resulta beneficiosa
- c. Siendo viable, la vía oral es la mejor alternativa frente a la vía parenteral
- d. Ninguna es correcta

33.- ¿Cuál de las siguientes ecuaciones para calcular el gasto calórico no es apta para ser utilizada en edad infantil?

- a. Harris Benedict
- b. Fórmula de la OMS
- c. Fórmula de Schofield referida a peso y talla
- d. Todas son adecuadas para ser utilizadas en edad infantil

34.- El etiquetado del alimento ha de ser la clave que informe al consumidor sobre los alérgenos de un producto alimenticio, para poder excluirlo de su alimentación y minimizar riesgos. Por ello, una persona alérgica al huevo podría incluir en su dieta un alimento cuya etiqueta indique que “puede contener”:

- a. Ovomucoide
- b. Lisozima
- c. Lactoalbúmina
- d. a y b son correctas

35.- Existen factores intrínsecos en los alimentos que determinan la proliferación o no de determinados microorganismos. En el caso de la conservación del jamón curado intervienen:

- a. La actividad de agua y la presión osmótica
- b. Las sustancias inhibidoras de bacterias presentes en la carne
- c. La refrigeración
- d. El aire de la montaña

36.- Respecto a las declaraciones nutricionales del etiquetado, un producto puede indicar “bajo en azúcar”:

- a. Si contiene < 5 g de azúcares por 100 g de alimento sólido o < 2,5 g de azúcares por 100 ml de alimento líquido
- b. Si contiene < 8 g de azúcares por 100 g de alimento sólido o < 4 g de azúcares por 100 ml de alimento líquido
- c. Si contiene < 0,5 g de azúcares por 100 g de alimento sólido o < 0,25 g de azúcares por 100 ml de alimento líquido
- d. Si no se ha añadido ningún monosacárido o disacárido al alimento

37.- La carencia de vitamina D puede provocar:

- a. Hemorragias
- b. Beri-Beri
- c. Ceguera
- d. Raquitismo

38.- Según las guías dietéticas American Dietetic Association y Physical Medicine and Rehabilitation, British Dietetic Association y Royal College of Speech, la dieta triturada para la persona mayor con disfagia orofaríngea, debe cumplir el siguiente requisito:

- a. No requiere masticación
- b. Solo se puede comer con cuchara
- c. No deben mezclarse consistencias
- d. Todos los anteriores

39.- ¿Qué tipo de aditivos alimentarios son los nitritos y nitratos?

- a. Antioxidantes
- b. Conservantes
- c. Colorantes
- d. Edulcorantes

40.- ¿Cuál de los siguientes valores de albúmina sérica, indica una desnutrición moderada?

- a. 2,9 g/dL
- b. 2,5 g/dL
- c. 3,1 g/dL
- d. 2,0 g/dL

41.- ¿Qué le recomendarías a un paciente afectado de enfermedad inflamatoria intestinal?

- a. Una dieta limitada y monótona
- b. No liberalizar su dieta en ningún momento
- c. Una dieta variada y libre en fase de remisión
- d. Nada de lo anterior es cierto

42.- La temperatura que es necesario alcanzar para la esterilización de vegetales de baja acidez, carne y aves se sitúa entre:

- a. 60° C - 73° C
- b. 73° C - 115° C
- c. 100° C - 115° C
- d. 115° C - 121° C

43.- Acudes a una habitación para elaborar el plan dietético de un paciente y, al estar allí, observas que al paciente de la cama de al lado, al tomar un poco de agua, se le desencadena la tos. La cuidadora te dice que le ocurre siempre. ¿Qué acción de las siguientes, sería la más correcta a realizar por tu parte?

- a. Cambiar su dieta a dieta triturada para disfagia a líquidos y sólidos de inmediato
- b. Hablar con la enfermera responsable y aconsejarle que hagan la valoración de disfagia y adaptación del plan dietético
- c. No hacer nada, puesto que le ocurre siempre
- d. Ninguna es correcta

44.- La herramienta dietética más adecuada para establecer el patrón de consumo habitual de una persona es:

- a. Historia dietética
- b. Cuestionario de frecuencia de consumo
- c. Recuerdo de 24 horas
- d. Registro de 48 horas

45.- Según la ESPEN, ¿qué método de cribado nutricional es el más adecuado para utilizar a nivel hospitalario con pacientes ingresados?

- a. MUST
- b. MNA
- c. NRS 2002
- d. VGS

46.- En los pacientes con cáncer de cabeza y/o cuello, un síntoma muy prevalente es la disfagia orofaríngea. En cuanto a las medidas higiénico-dietéticas en este caso, es CIERTO que:

- a. Los cambios de posición de la cabeza respecto al cuerpo permiten obtener beneficios deglutorios
- b. Existen estrategias posturales siendo la flexión cervical anterior la más utilizada y la más segura para mejorar el cierre palatogloso
- c. La modificación dietética de volumen y viscosidad de los alimentos es el pilar del tratamiento dietético a seguir
- d. Todas son correctas

47.- Según el Real Decreto 536/1995, dentro de las capacidades profesionales del Técnico superior en Dietética se incluye:

- a. Identificar las necesidades nutricionales de la población en general y de personas con patologías específicas elaborando dietas adaptadas a los mismos y programar actividades educativas que mejoren los hábitos alimentarios de la población, bajo la supervisión correspondiente
- b. Determinar la calidad alimentaria e higiénico-sanitaria de los alimentos aplicando técnicas analíticas sencillas, interpretar los resultados e informar, elaborando y/o proponiendo medidas correctoras
- c. Prevenir los riesgos laborales asociados a su trabajo, tanto personales como de las instalaciones, aplicando medidas de higiene y protección
- d. Todas son ciertas

48.- ¿Cuál de estas sustancias confiere propiedades astringentes a determinadas frutas?

- a. Clorofila
- b. Flavonoides
- c. Antocianinas
- d. Taninos

49- En España, la suplementación protocolizada durante embarazo e, incluso en periodos previos cuando se desea quedar embarazada, es de:

- a. Hierro
- b. Vitamina C
- c. Ácido fólico
- d. Vitamina E

50.- En cuanto al síndrome malabsortivo del adulto es FALSO que:

- a. Hay un descenso en la secreción de enzimas pancreáticas
- b. Hay malabsorción de grasas por falta de solubilización
- c. Puede ser debida a una disminución de lactasa
- d. No se produce en caso de by-pass intestinal

51.- El objetivo nutricional de la OMS y de FESNAD para el consumo proteico de la población adulta es:

- a. 0,74 g/kg peso/día
- b. 0,83 g/kg peso/día
- c. 1,87 g/kg peso/día
- d. 12% del valor calórico total

52.- En la industria alimentaria, según el tratamiento recibido para su conservación, se consideran productos de 2ª gama:

- a. Alimentos frescos que no han recibido ningún tipo de tratamiento higienizante y que, en general, precisan frío para su conservación
- b. Alimentos frescos que han recibido tratamientos tradicionales: deshidratados, fermentados o en salazón
- c. Alimentos sometidos a tratamiento térmico, generalmente esterilización, que se han envasado en recipientes adecuados. Pueden o no necesitar refrigeración
- d. Alimentos congelados y ultracongelados

53.- El desayuno en la etapa infantil es una ingesta especialmente importante, los grupos de alimentos que no deberían faltar son:

- a. Lácteos, verduras y frutas
- b. Lácteos, verduras y cereales
- c. Lácteos, cereales y grasas
- d. Lácteos, frutas y cereales

54.- El botulismo es causado por:

- a. Neurotoxinas proteicas
- b. Bacterias aerobias
- c. Virus
- d. Parásitos

55.- En la pirámide de la alimentación saludable, publicada por la SENC, Sociedad Española de Nutrición Comunitaria, en el año 2019, las castañas se encuentran en:

- a. Primer piso de la pirámide: grupo de cereales y farináceos
- b. Segundo piso de la pirámide: verduras y hortalizas
- c. Tercer piso de la pirámide: frutos secos
- d. No aparecen ni se nombran específicamente

56.- ¿Qué cantidad de hidratos de carbono supone el 50% del valor energético total en una dieta de 2200 Kcal/día?

- a. 120 g
- b. 250 g
- c. 275 g
- d. 1200 g

57.- En el caso anterior, ¿qué cantidad de aceite de oliva sería necesaria para obtener el 30 % de energía de la dieta?

- a. 33 g
- b. 53 g
- c. 73 g
- d. 93 g

58.- Una mujer gestante necesita un aumento de energía diaria en su dieta para suplir el incremento de necesidades que se traduce en:

- a. 100 kcal/día desde el inicio de la gestación
- b. 300 kcal/día desde el inicio de la gestación
- c. 300 kcal/día desde el segundo trimestre de la gestación
- d. 300 kcal/día desde el tercer trimestre de la gestación

59.- ¿Cuál de las siguientes es una complicación mecánica de la nutrición enteral por sonda?

- a. Diarrea
- b. Obstrucción de la sonda
- c. Hiperpotasemia
- d. Todas son ciertas

60.- El sistema APPCC “Análisis de Peligros y Puntos de Control Críticos” permite identificar, evaluar y controlar los peligros significativos para la inocuidad de los alimentos. El desarrollo completo del sistema APPCC incluye:

- a. Analizar los peligros de cada fase del proceso y establecer los puntos críticos de control
- b. Analizar los peligros de cada fase del proceso, establecer los puntos de control, los límites críticos, desarrollar procedimientos de vigilancia, medidas correctivas y efectuar la verificación del plan
- c. Analizar los peligros de cada fase del proceso y establecer los puntos críticos de control. Rellenar los documentos y registros para presentar a las autoridades sanitarias
- d. Analizar los peligros de cada fase del proceso y hacer controles aleatorios sobre posibles puntos críticos

61.- El pliegue tricípital, una medida antropométrica, posee estas características EXCEPTO:

- a. Se mide en el punto medio entre el acromion y el olécranon
- b. Mide la masa grasa a nivel subcutáneo
- c. Es un reflejo del contenido de grasa total corporal
- d. Se aplica únicamente a personas mayores de 18 años

62.- En las tablas de composición de alimentos y bases de datos nutricionales, la porción de alimento comestible se expresa:

- a. Como el peso bruto del alimento
- b. Como porcentaje del peso bruto del alimento
- c. Como el peso neto del alimento
- d. En gramos/ kg alimento

63.- Un IMC de $35,9 \text{ kg/m}^2$, clasifica a una persona dentro del grupo de:

- a. Obesidad tipo III
- b. Obesidad tipo II
- c. Obesidad tipo I
- d. Sobrepeso tipo II

64.- Las temperaturas de almacenamiento, conservación, transporte y servicio o venta recogidas en el RD 3484/2000 son:

- a. Comidas congeladas $\leq -18^{\circ}\text{C}$ y comidas refrigeradas $\leq 4^{\circ}\text{C}$
- b. Comidas refrigeradas con un periodo de duración inferior a 24 horas $\leq 8^{\circ}\text{C}$
- c. Los responsables de los establecimientos podrán fijar unas temperaturas distintas cumpliendo ciertos requisitos
- d. Todas las anteriores son ciertas

65.- ¿Qué vitamina de las siguientes contiene la carne?

- a. Niacina
- b. Cianocobalamina
- c. Tiamina
- d. Todas son correctas

66.- El sistema de cribado Malnutrition Universal Screenig Tool, establece tres niveles de clasificación de riesgo nutricional en función de la puntuación obtenida. Si un paciente obtiene el máximo de puntuación en todos los apartados, ¿cuál será la puntuación que arrojará este método?

- a. 6 puntos
- b. 5 puntos
- c. 4 puntos
- d. 3 puntos

67.- ¿Cuál de las siguientes vitaminas no toman las personas con una forma de alimentación vegana por ser de naturaleza animal?

- a. Vitamina B1
- b. Vitamina B2
- c. Vitamina D2
- d. Vitamina D3

68.- ¿Cuántos gramos de alcohol contiene un vaso de 300 ml de cerveza de 5 % de graduación alcohólica?

- a. 15 g
- b. 12 g
- c. 10 g
- d. 8 g

69.- De los siguientes alimentos, aptos en su forma natural para dietas veganas, ¿cuál no podría tomar una persona celíaca?

- a. Tempeh
- b. Seitan
- c. Tahini
- d. Tamari

70.- La pérdida de peso en un paciente se considera grave si cumple qué criterio:

- a. Pérdida > 5% del peso habitual en 3 meses
- b. Pérdida > 7,5% del peso habitual en 10 meses
- c. Pérdida > 5% del peso habitual en 6 meses
- d. Pérdida > 5% del peso habitual en 1 mes

71.- De los siguientes alimentos, ¿cuál es más rico en proteínas?

- a. Carne de pollo
- b. Pan integral
- c. Pera
- d. Chocolate

72.- En la población infantil, la obesidad se determina a través de:

- a. La misma manera que en los adultos
- b. IMC superior a $29,9 \text{ kg/m}^2$
- c. Con el percentil de IMC superior a 85
- d. Con el percentil de IMC superior a 97

73.- El Reglamento Europeo 1169/2011 establece que deben figurar obligatoriamente en el etiquetado de los productos alimenticios los siguientes componentes:

- a. Gluten, marisco, huevo, pescado, cacahuetes, ajo, cúrcuma, maíz, sulfitos, moluscos y crustáceos
- b. Gluten, crustáceos, huevo, pescado, cacahuete, soja, leche, frutos de cáscara, apio, mostaza, sésamo, sulfitos, altramuces y moluscos
- c. Gluten, marisco, huevo, pescado, leche, apio, almendra, habas, cebolla, ajo, glutamato, conservantes, mijo y sulfitos
- d. Ninguna de las anteriores

74.- ¿Qué característica debe cumplir la alimentación a seguir por una persona intervenida hace tres semanas de un by pass gástrico?

- a. Ser fraccionada
- b. Estar a temperatura templada
- c. Evitar alimentos picantes
- d. Todas son correctas

75.- En cuanto al riesgo que existe de reacción alérgica alimentaria por contaminación cruzada, es CIERTO que:

- a. Es una fuente importante de presencia de alérgenos en la dieta de pacientes alérgicos
- b. Puede resultar un problema cuando se comparte una misma línea de producción en una cocina hospitalaria
- c. Durante el proceso de producción en una cocina puede existir riesgo si se comparten utensilios para distintas elaboraciones
- d. Todas son ciertas

76.- ¿Cuál es la definición de empatía como habilidad de la comunicación interpersonal?

- a. Seguridad en el desempeño del rol profesional aceptando la incertidumbre del acto asistencial.
- b. Considerar la individualidad y dignidad del paciente
- c. Reconocer nuestros propios errores
- d. Capacidad del profesional sanitario de participar afectiva y emocionalmente en la realidad del paciente, así como lograr expresarle su solidaridad emocional

77.- De entre los siguientes órganos, ¿cuál de ellos produce la bilis?

- a. Vesícula biliar
- b. Páncreas
- c. Hígado
- d. Ninguna es correcta

78.- De entre los siguientes, ¿cuáles son aminoácidos esenciales?

- a. Metionina y fenilalanina
- b. Aspartato y alanina
- c. Glutamina y glutamato
- d. Ninguna es cierta

79.- En el síndrome de colon irritable, los objetivos de la atención nutricional son:

- a. Nutrir al paciente
- b. Normalizar su peso
- c. Aliviar al dolor
- d. Todas son correctas

80.- ¿Qué menú de los que se presentan a continuación, elegirías para un paciente con alergia a la proteína de la leche de vaca, que no ha realizado ninguna dieta de inducción o tolerancia?

- a. Pasta con champiñones, ternera plancha, yogur fresa, pan
- b. Menestra de verduras, gallo horno con limón, bollería comercial, pan
- c. Guisantes con patata, tortilla de atún con pimientos, piña, pan
- d. Borraja con sofrito, pechuga de pollo con bechamel, naranja, pan

81.- Selecciona los tipos de líneas de producción que se pueden encontrar en restauración colectiva:

- a. Caliente o fría
- b. Caliente, fría o mixta
- c. Caliente, fría o templada
- d. Caliente o congelada

82.- ¿Qué religión practican las personas que toman alimentos denominados "Kosher"?

- a. Judaísmo
- b. Islamismo
- c. Hinduismo
- d. Budismo

83.- Elige cuál de las siguientes recomendaciones en un paciente con xerostomía, es CORRECTA:

- a. Tomar pocos líquidos
- b. Tomar alimentos muy calientes
- c. Masticar poco los alimentos
- d. Asegurar una correcta higiene bucodental

84.- El mayor número de casos de enfermedades transmitidas por los alimentos en España, está ocasionado por:

- a. Bacterias
- b. Contaminantes químicos
- c. Hongos y levaduras
- d. Parásitos

85.- Las fichas técnicas de cocina son documentos donde se refleja el nombre del plato, los ingredientes, sus cantidades, la receta de elaboración y los alérgenos o trazas que pueda contener. Además es CIERTO que:

- a. Solo son necesarios cuando el cocinero no tiene experiencia previa
- b. Son documentos imprescindibles para la fabricación de cualquier plato
- c. Son documentos necesarios solo para la fabricación de platos que habitualmente no están en el menú
- d. a y c son ciertas

86.- ¿Qué incidentes relacionados con la seguridad del paciente deben notificarse?

- a. Incidentes que producen daño
- b. Incidentes que no producen daño
- c. Incidentes que no llegan al paciente
- d. Todas son correctas

87.- ¿Cuál de los siguientes es un ácido graso esencial?

- a. Ácido linoleico
- b. Ácido oleico
- c. Ácido úrico
- d. Glicerol

88.- El etiquetado de alimentos debe indicar la fecha de consumo preferente indicando el día, mes y año:

- a. Siempre
- b. Cuando el producto tenga una duración superior a 18 meses
- c. Cuando el producto tenga una duración inferior a 3 meses
- d. Cuando el producto tenga una duración de entre 3 y 18 meses

89.- Con el objetivo de conseguir una comunicación eficaz con el paciente y la familia, se debe:

- a. Animar al paciente a responder siempre
- b. Contarle historias de nuestra vida personal
- c. Respetar la confidencialidad de la información
- d. No darle feedback durante la conversación

90.- En la primera parte o cribaje del cuestionario Mini Nutritional Assessment se valora el IMC del paciente. ¿Cuál de los siguientes parámetros antropométricos se tiene en cuenta, además, en la versión extendida?

- a. Pliegue tricipital
- b. Circunferencia cintura
- c. Perímetro craneal
- d. Circunferencia pantorrilla

91.- ¿Qué disacárido está formado por glucosa y fructosa?

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

92.- El proceso de retermalización de los platos:

- a. Debe realizarse en un tiempo máximo de 1 hora garantizando 65 °C en el interior del alimento caliente y <10°C en el del alimento frío
- b. Debe realizarse lo más suavemente posible, en un tiempo de 2 horas garantizando 80° C en el interior del alimento caliente y 3° C en el del alimento frío
- c. Debe realizarse en menos de media hora, garantizando 100° C en el interior del alimento caliente y <10° C en el frío
- d. Debe realizarse en menos de media hora, garantizando 50° C en el interior del alimento caliente y 3° C en el frío

93.- Entre las funciones del estómago se encuentra:

- a. Servir de reservorio
- b. Segregar jugo gástrico
- c. Segregar factor intrínseco
- d. Todas son ciertas

94.- El contenido en vitaminas se expresa actualmente en mg o μg / 100 g de porción comestible de alimento. Se expresa en μg el contenido de:

- a. Vitamina C, Nicotinamida y Riboflavina
- b. Ácido fólico, vitamina B₁₂, Equivalente del retinol, vitamina D
- c. Vitamina K, Biotina y Tiamina
- d. Todas las anteriores

95.- Uno de los métodos de conservación de alimentos que tiene mayor número de aplicaciones es la conservación por modificación de la atmósfera. Esta incluye los conceptos:

- a. Modificación de los gases que rodean al alimento: oxígeno, anhídrido carbónico y nitrógeno
- b. Envasado al vacío
- c. Utilización de óxido de etileno, óxido de propileno, óxido de azufre y ozono
- d. Todos los anteriores

96.- La dieta de preparación para exploraciones tiroideas:

- a. Limita el aporte de yodo a $< 200 \mu\text{g}$ / día durante los 3 días previos a la realización de la prueba
- b. Incrementa el aporte de yodo por medio de suplementos, durante la semana previa a la realización de la prueba
- c. Limita el aporte de yodo a $< 50 \mu\text{g/día}$ durante las 4 semanas previas a la realización de la prueba
- d. Las exploraciones tiroideas no necesitan preparación dietética

97.- ¿Qué vitamina se corresponde con la piridoxina?

- a. B₁
- b. B₃
- c. B₆
- d. B₈

98.- Se considera objetivo de la dieta del paciente con diabetes mellitus:

- a. Conservar los niveles de glucosa cercanos a valores normales
- b. Prevención y tratamiento de las complicaciones a largo plazo
- c. Alcanzar y mantener el peso saludable
- d. Todas las anteriores son ciertas

99.- Las guías alimentarias destinadas para la población NO son:

- a. Instrumentos educativos que adaptan los conocimientos científicos a mensajes prácticos.
- b. Herramientas que tienen en cuenta factores culturales, educativos, sociales y económicos de la población.
- c. Instrumentos fundamentados en la dieta ideal para la población y difundidos a través de mensajes breves, claros y concretos.
- d. Herramientas formuladas sobre la evidencia científica que relacionan patrones de consumo con factores de riesgo de padecer patologías

100.- En una dieta laxante, ¿qué recomendación de las siguientes consideras que es la CORRECTA?

- a. Tomar poca cantidad de agua
- b. Aumentar el consumo de fruta y verdura
- c. Disminuir el consumo de panes integrales y cereales
- d. Todas las anteriores son ciertas

PREGUNTAS DE RESERVA

1.- En cuanto al estudio del cuadro de malabsorción intestinal, indica cuál sería una técnica diagnóstica adecuada:

- a. Prueba de Van der Kinder
- b. Prueba de D-Xilosa
- c. Prueba de imagen TAC torácico
- d. Prueba de aliento de trioleína

2.- En personas ancianas, la administración prolongada de medicamentos antiácidos pueden ocasionar déficit de:

- a. Vitamina C
- b. Potasio
- c. Ácido fólico
- d. Tiamina

3.- Para la realización de la prueba de determinación de ácido vanilmandélico es necesario seguir una dieta durante los días previos, en la cual se deben evitar entre otros, estos alimentos:

- a. Aguacate, ciruelas, tomate, nueces y setas
- b. Plátano, vainilla, cafeína, chocolate
- c. Mariscos, pescados, yema de huevo, espinacas, cacahuets.
- d. Hidratos de carbono simples (disacáridos y monosacáridos)

4.- ¿Cuál de los siguientes es un catión intracelular?

- a. Sodio
- b. Cloro
- c. Potasio
- d. Fósforo

5.- El valor de los hidratos de carbono totales en la mayoría de las tablas de composición de alimentos, está calculado:

- a. Por el valor obtenido del análisis del alimento
- b. Por el valor obtenido del análisis del alimento descontando el valor de la fibra alimentaria
- c. Por el valor obtenido del análisis del alimento añadiendo el valor de la fibra alimentaria
- d. Restando a 100, el contenido de proteína, grasa, cenizas y humedad del alimento.

6.- Uno de los trastornos del equilibrio ácido-base es la acidosis metabólica, que consiste en:

- a. Incremento o acumulación de ácidos o excesiva pérdida de bicarbonato
- b. Incremento de la ventilación y la eliminación del dióxido de carbono
- c. Acumulación de bicarbonato o pérdida de ácido
- d. Disminución en la ventilación, retención de dióxido de carbono

7.- ¿Cuál de los siguientes alimentos es el adecuado para pertenecer a una dieta líquida progresiva post-quirúrgica?

- a. Leche entera
- b. Zumo de naranja natural
- c. Manzanilla
- d. Todas son correctas

8.- Entre los efectos de la actividad física NO se encuentra:

- a. Menor sensibilización a la insulina
- b. Mayor movilización de reservas grasas
- c. Mayor nivel de hormona de crecimiento
- d. Respuesta glucémica más moderada tras ingesta hidrocarbonada

9.- Según la ESPEN guideline Clinical Nutrition in surgery 2017, para el tratamiento dietético del paciente quirúrgico:

- a. Está permitida la ingesta de sólidos hasta 6 horas antes de la intervención quirúrgica
- b. Si no existe riesgo de aspiración es posible beber líquidos hasta el mismo momento de la intervención
- c. En la mayoría de los casos la ingesta se puede reanudar hasta pasadas las primeras 24h después de la intervención
- d. Ninguna es correcta

10.- ¿Cuál de los siguientes NO se encuentra entre los principios de la acción preventiva según el artículo 15 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales?

- a. Evitar riesgos
- b. No tener en cuenta la evolución de la técnica
- c. Planificar la prevención, buscando un conjunto coherente que integre en ella la técnica, la organización del trabajo, las condiciones de trabajo, las relaciones sociales y la influencia de los factores ambientales en el trabajo
- d. Adaptar el trabajo a la persona, en particular en lo que respecta a la concepción de los puestos de trabajo, así como a la elección de los equipos y métodos de trabajo y de producción, con miras, en particular, a atenuar el trabajo monótono y repetitivo y a reducir los efectos del mismo en la salud

**CONVOCATORIA CONCURSO-OPOSICIÓN TÉCNICO ESPECIALISTA EN
DIETÉTICA**

(Resolución 742E/2019 de 26 de junio, del Director Gerente del Servicio Navarro
de Salud-Osasunbidea – BON 141 de 22-07-2019)

RESPUESTAS CUESTIONARIO DE PREGUNTAS

1	a
2	c
3	a
4	b
5	d
6	d
7	c
8	a
9	a
10	c
11	d
12	c
13	d
14	a
15	c
16	b
17	d
18	a
19	a
20	b
21	d
22	c
23	b
24	b
25	c

26	c
27	b
28	d
29	c
30	b
31	a
32	c
33	a
34	c
35	a
36	a
37	d
38	d
39	b
40	b
41	c
42	d
43	b
44	b
45	c
46	d
47	d
48	d
49	c
50	d

51	b
52	c
53	d
54	a
55	a
56	c
57	c
58	c
59	b
60	b
61	d
62	b
63	b
64	d
65	d
66	a
67	d
68	b
69	b
70	d
71	a
72	d
73	b
74	d
75	d

76	d
77	c
78	a
79	d
80	c
81	b
82	a
83	d
84	a
85	b
86	d
87	a
88	c
89	c
90	d
91	a
92	a
93	d
94	b
95	d
96	c
97	c
98	d
99	c
100	b

RESPUESTAS DE PREGUNTAS DE RESERVA

1	d
2	d
3	b
4	c
5	d

6	a
7	c
8	a
9	a
10	b