



CONVOCATORIA PARA LA PROVISIÓN, MEDIANTE CONCURSO-OPOSICIÓN, DE UNA VACANTE DEL PUESTO DE DIETISTA-NUTRICIONISTA COORDINACIÓN DE COCINAS DEL ORGANISMO AUTÓNOMO DE ESCUELAS INFANTILES MUNICIPALES DE PAMPLONA, APROBADA POR RESOLUCIÓN EL 19 DE DICIEMBRE DE 2023 Y PUBLICADA EN EL BON N^º 8 DE FECHA 11 DE ENERO DE 2024

CONCURSO-OPOSICIÓN DIETISTA-NUTRICIONISTA COORDINACIÓN DE COCINAS

FASE OPOSICIÓN
VALORACIÓN: 70 PUNTOS
TIEMPO: 90 MINUTOS

16/11/2024

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

1. Según el artículo único apartado 3 bis de la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre que modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, en su artículo 5 bis, la educación no formal en el marco de una cultura del aprendizaje a lo largo de la vida, comprenderá:

a) Todas aquellas actividades, medios y ámbitos de educación que se desarrollan fuera de la educación formal y que se dirigen a personas de cualquier edad con especial interés en la infancia y la juventud, que tienen valor educativo en sí mismos y han sido organizados expresamente para satisfacer objetivos educativos en diversos ámbitos de la vida social tales como la capacitación personal, promoción de valores comunitarios, animación sociocultural, participación social, mejora de las condiciones de vida, artística, tecnológica, lúdica o deportiva, entre otros. Se promoverá la articulación y complementariedad de la educación formal y no formal con el propósito de que esta contribuya a la adquisición de competencias para un pleno desarrollo de la personalidad.

b) Todas aquellas actividades, medios y ámbitos de educación que se desarrollan dentro de la educación formal y que se dirigen a personas mayores de edad con especial interés en la infancia y la juventud, que tienen valor educativo en sí mismos y han sido organizados expresamente para satisfacer objetivos educativos en diversos ámbitos de la vida social tales como la capacitación personal, promoción de valores comunitarios, animación sociocultural, participación social, mejora de las condiciones de vida, artística, tecnológica, lúdica o deportiva.

c) Todas aquellas actividades y medios de educación que se desarrollan dentro y fuera de la educación secundaria y que se dirigen a personas mayores de 12 años, con especial interés en la infancia y la juventud, que tienen valor educativo en sí mismos y han sido organizados expresamente para satisfacer objetivos educativos en diversos ámbitos de la vida social.

2. Según el artículo único apartado 2 de la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre que modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, en su artículo 2 bis, se entiende por Sistema Educativo Español:

- a) El conjunto de objetivos, competencias, contenidos, métodos pedagógicos y criterios de evaluación de cada una de las enseñanzas reguladas en la presente Ley.
- b) El conjunto de Administraciones educativas, profesionales de la educación y otros agentes, públicos y privados que desarrollen al máximo sus capacidades, en un marco de calidad y equidad.
- c) El conjunto de Administraciones educativas, profesionales de la educación y otros agentes, públicos y privados, que desarrollan funciones de regulación, de financiación o de prestación de servicios para el ejercicio del derecho a la educación en España, y los titulares de este derecho, así como el conjunto de relaciones, estructuras, medidas y acciones que se desarrollen al efecto.

- 3. Según el artículo único, apartado 8 de la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre que modifica el artículo 14 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, señala la opción incorrecta:**
- a) La etapa de educación infantil se ordena en dos ciclos. El primero comprende hasta los tres años, y el segundo, desde los cuatro a los seis años de edad.
 - b) El carácter educativo de uno y otro ciclo será recogido en una propuesta pedagógica por todos los centros que impartan educación infantil.
 - c) En ambos ciclos de la educación infantil se atenderá progresivamente al desarrollo afectivo, a la gestión emocional, al movimiento y los hábitos de control corporal, a las manifestaciones de la comunicación y del lenguaje, a las pautas elementales de convivencia y relación social, así como al descubrimiento del entorno, de los seres vivos que en él conviven y de las características físicas y sociales del medio en el que viven. También se incluirán la educación en valores, la educación para el consumo responsable y sostenible y la promoción y educación para la salud.
- 4. Según el artículo 3 del Decreto foral 61/2022, de 1 de junio, por el que se establece el currículo de las enseñanzas de la etapa de educación infantil en la comunidad foral de Navarra ¿cuál de las siguientes afirmaciones se corresponde con la definición de métodos pedagógicos?**
- a) Conocimientos, destrezas y actitudes que constituyen los contenidos propios de un área y cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas.
 - b) Conjunto de estrategias, procedimientos, técnicas y acciones organizadas y planificadas por el personal educativo, de manera consciente y reflexiva, que, coordinadas entre sí, tienen el fin de dirigir el aprendizaje del alumnado hacia la consecución de los objetivos y las competencias clave y específicas.
 - c) Situaciones y actividades que implican el despliegue por parte del alumnado de actuaciones asociadas a competencias clave y competencias específicas, y que contribuyen a la adquisición y desarrollo de las mismas.
- 5. Según el anexo I del Decreto foral 61/2022, de 1 de junio, por el que se establece el currículo de las enseñanzas de la etapa de educación infantil en la comunidad foral de Navarra ¿cuál de las siguientes afirmaciones no es competencia clave de la educación infantil?**
- a) Competencia en comunicación lingüística, competencia plurilingüe, competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería, competencia digital.
 - b) Competencia personal, social y de aprender a aprender, competencia ciudadana, competencia emprendedora, competencia en conciencia y expresión culturales.
 - c) Competencia en liderazgo, trabajo en equipo y resolución de problemas.



- 6. Según lo establecido en el artículo 16 del Decreto Foral 28/2007, de 26 de marzo, por el que se regula el primer ciclo de educación infantil en la Comunidad Foral de Navarra y se establecen los requisitos que deben cumplir los centros que lo imparten, así como los contenidos educativos del mismo, los centros deberán contar, entre otros, con los siguientes espacios (señale la incorrecta):**
- a) Una sala por unidad, que tendrá como mínimo 60 metros cuadrados. Las salas para más de una unidad tendrán una superficie mínima de 1,75 metros cuadrados por niño. Las salas para niños mayores de 1 año deberán disponer de áreas diferenciadas para el descanso.
 - b) Un dormitorio para niños menores de 1 años.
 - c) Una sala de usos múltiples de 30 metros cuadrados como mínimo, o 30 metros cuadrados distribuidos en dos o tres espacios. No será necesario cumplir este requisito en centros menores de 3 unidades o en centros de 3 unidades sin servicio de comedor.
- 7. Al amparo del artículo 22 del Decreto Foral 28/2007, de 26 de marzo, por el que se regula el primer ciclo de educación infantil en la Comunidad Foral de Navarra y se establecen los requisitos que deben cumplir los centros que lo imparten, así como los contenidos educativos del mismo, las Escuelas Infantiles creadas mediante convenios se inscribirán en el Registro de Centros del Departamento de Educación haciendo constar los siguientes datos (señale la correcta):**
- a) Código de centro, titular del centro, domicilio o emplazamiento del niño o niña, denominación específica, enseñanzas que se imparten especificando las edades a las que se dirigen y número de unidades excluidas.
 - b) Código del domicilio, director/a del centro, domicilio o emplazamiento del niño o niña, denominación específica, enseñanzas que se imparten especificando las edades a las que se dirigen y número de unidades autorizadas.
 - c) Código de centro, titular del centro, domicilio o emplazamiento del centro, denominación específica, enseñanzas que se imparten especificando las edades a las que se dirigen y número de unidades autorizadas.
- 8. El pacto de Milán fue creado en:**
- a) 2010.
 - b) 2014.
 - c) Ninguna de las dos respuestas anteriores es correcta.
- 9. En la Línea Pedagógica de las escuelas infantiles municipales de Pamplona:**
- a) El bienestar es entendido como físico y emocional.
 - b) La cultura de la infancia consiste en identificar lo que los niños y niñas no poseen para ofrecer un proyecto de enseñanza.
 - c) El enfoque de la complejidad supone ver lo que es distinto y está separado en los ámbitos curriculares para desarrollar en el proyecto educativo de cada escuela infantil.



10. La distribución de menús en restauración social y colectiva se complica especialmente por la cantidad de servicios diferentes que se pueden dar. Una entrega de proximidad o el reparto de menús desde una cocina central a centros satélites requieren operativas que nada tienen que ver entre sí. ¿Cuáles son los diferentes tipos de servicio?

- a) En el servicio en enlace caliente la comida deberá ser entregada a 80º para garantizar la inocuidad de los alimentos.
- b) El servicio individual en línea fría será a temperatura inferior a 8º.
- c) El servicio en línea fría se dejará a temperatura ambiente para que la regeneración sea más rápida y utilizar así menos energía.

11. Las colectividades más frecuentes a la que va dirigido un servicio de alimentación son:

- a) Reuniones de comunidades al aire libre.
- b) Servicio de medio día en comedores escolares y pensión completa en centros hospitalarios y centros asistenciales.
- c) Meriendas para equipos deportivos.

12. En relación con la gestión de compras y aprovisionamiento:

- a) Se tendrán en cuenta solo los proveedores locales y la temporada de las materias primas.
- b) Se realizará una vez por semana para unificar la entrega de todos los proveedores en un solo día.
- c) Se tendrá en cuenta el menú y los días de entrega de cada proveedor para evitar una gestión inadecuada de la materia prima.

13. En relación con el modo en que debe realizarse la gestión de compra y aprovisionamiento en función de línea fría o caliente, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) La gestión de la materia prima para un servicio de línea caliente se realizará para el mismo día de producción evitando así el almacenaje.
- b) El aprovisionamiento de materia prima para un servicio de línea fría se realizará con dos días de antelación al consumo porque hay que tener en cuenta los tiempos de abatimiento.
- c) La gestión de la materia prima para un servicio de línea caliente se realizará teniendo en cuenta el menú y día de elaboración para evitar stocks innecesarios.

14. En relación con la dotación de recursos humanos ajustándose al servicio y teniendo en cuenta las tomas que se van a realizar, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Para calcular el personal necesario para dar servicio en colectividades los factores que influyen son el tipo de menú y los metros cuadrados de las instalaciones.
- b) Se dotará con el mismo número de personas un servicio de comidas en línea de autoservicio que en un servicio a plato.
- c) Para calcular los recursos humanos necesarios para un servicio los factores a tener en cuenta son: número de comensales, número de servicios (pensión completa, media pensión, sólo comida, etc.) y tipo de servicio (a la mesa, autoservicio, etc.).

15. ¿Qué parámetros se valorarán en la elaboración de los menús basales en Restauración Colectiva?

- a) Para la elaboración de los menús se tendrá en cuenta la población a la que van dirigidos y sus necesidades nutricionales.
- b) Para la elaboración de los menús solamente se tendrán en cuenta los precios de las materias primas.
- c) Para la elaboración de los menús de colectividades únicamente se tendrán en cuenta los gustos de los comensales obtenidos mediante encuesta.

16. En relación con la APPCC en Restauración, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) El APPCC es un sistema para controlar y analizar los peligros y puntos críticos de posibles contaminaciones de los alimentos por agentes microbianos, físicos o químicos.
- b) El APPCC no se aplica en Restauración Colectiva a no ser que lo solicite el inspector de sanidad de la zona.
- c) Todos los registros que contiene el APPCC son de obligado cumplimiento diario.

17. En relación con la aplicación de los Objetivos de Seguridad Alimentaria (FSO), indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) La aplicación de los objetivos FSO puede ayudarnos a la gestión de los menús y su valoración nutricional en colectividades.
- b) Los Objetivos de Seguridad Alimentaria (FSO) son los objetivos cuantitativos y cualitativos que se establecen para garantizar que los alimentos sean seguros para el consumo humano.
- c) Los objetivos FSO son totalmente independientes a la aplicación del APPCC, ya que se elige el sistema de control de calidad en función de los recursos.

18. En relación con los procesos de manipulación y registros de temperaturas, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) El control de los procesos de manipulación debe realizarse sólo al finalizar la elaboración de los platos.
- b) El control de las temperaturas de las producciones será necesario cuando los comensales se quejen porque la comida está fría.
- c) El control de los procesos de manipulación y las temperaturas en restauración colectiva serán registradas en el APPCC para que quede constancia.

19. En relación con la trazabilidad y su registro, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Los registros de trazabilidad serán necesarios si tenemos algún alérgico entre los comensales.
- b) Los registros de trazabilidad de los ingredientes serán de obligado cumplimiento por ser parte del APPCC.
- c) No, sólo se acudirá a los registros de trazabilidad para conocer los componentes de los productos de limpieza.

20. ¿Cuál de las siguientes es una buena práctica de manipulación en Restauración Colectiva?

- a) Dentro de las buenas prácticas de manipulación, se encuentra la higiene de manos siempre que se cambie de actividad.
- b) Una práctica de manipulación correcta será descongelar la materia prima a temperatura ambiente justo antes del servicio.
- c) Una práctica correcta en Restauración Colectiva será guardar la materia prima previamente descongelada sin etiqueta en frío positivo para evitar el desperdicio.

21. En la recepción de materia prima, indica cuál de los siguientes criterios es correcto:

- a) Es importante confiar en los proveedores y saber que traen todo correcto por lo que no hay que realizar ninguna acción en la recepción de materia prima.
- b) En la recepción de la materia prima es necesario tener en cuenta los parámetros marcados en el APPCC y dejarlos anotados.
- c) La recepción de la materia prima sólo la puede hacer el responsable de calidad de la cocina para poder dirigir así las reclamaciones a proveedor.

22. En relación con los requisitos higiénicos de zona de trabajo, equipos, utensilios y personal, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Los requisitos higiénico sanitarios recogidos en el APPCC serán de obligado cumplimiento por parte del personal de producción y servicio en un servicio de Restauración Colectiva.
- b) Los requisitos higiénico-sanitarios son únicamente responsabilidad del jefe de cocina y son únicamente mantener las instalaciones en parámetros correctos de higienización.
- c) Los utensilios utilizados en la cocina para elaboración y servicio se podrán dejar a remojo de un día a otro para facilitar su limpieza.

23. En relación con el modo en que debe realizarse la gestión de compras y aprovisionamiento en función de colectivo al que va dirigido el servicio, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) El aprovisionamiento de la materia prima se realizará en función de los menús y del colectivo al que va dirigido.
- b) Para el aprovisionamiento de la materia prima únicamente se tendrá en cuenta las ofertas del proveedor, así se consigue también controlar el coste del menú.
- c) En la gestión de compras para colectividades se tendrán en cuenta el mayor número de referencias posibles para poder tener de todo y satisfacer así a todos los miembros del colectivo.

24. ¿Qué se entiende por sistema de intercambio de alimentos para la confección de dietas y planificación de menús?

- a) Es una herramienta para facilitar el trabajo del dietista-nutricionista y poder cambiar las rotaciones en caso de no gustar algunos alimentos.
- b) Se trata de sistema de confección de dietas basado en una asignación lógica y matemática de unidades de alimentos llamados intercambios, que permite al profesional diseñar dietas personalizadas, así como planificar menús con precisión nutricional, trabajando con un método rápido y sencillo de aplicar.
- c) Se trata de una herramienta que propone platos intercambiables entre sí para las dietas y menús especiales.

25. ¿Qué es una porción de alimento?

- a) Es la cantidad de alimento con la que educamos a la población en una alimentación sana y equilibrada.
- b) Es la cantidad de alimento reportada en encuestas de alimentación y que ofrece información de medidas caseras.
- c) Es la cantidad de alimento que una persona decide tomar en un momento determinado y varía ente cada persona.

26. En relación con la definición de intercambio y equivalente, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Las listas de intercambio y de equivalentes son lo mismo, un grupo de alimentos que aportan la misma cantidad de alguno de los tres macronutrientes o de energía.
- b) El intercambio se define como un conjunto de alimentos unificados a un mismo valor de energía y macronutrientes, manteniendo constantes los valores de energía y macronutrientes, según principios estadísticos de variabilidad y homogeneidad.
- c) El equivalente se define como un conjunto de alimentos unificados a un mismo valor de energía y macronutrientes, manteniendo constantes los valores de energía y macronutrientes, según principios estadísticos de variabilidad y homogeneidad.

27. En relación con la elaboración de menús, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) La elaboración de menús escolares se debe llevar a cabo según las guías alimentarias para una alimentación saludable, teniendo en cuenta la ración dietética y la frecuencia de consumo recomendada.
- b) La planificación de menús en el ámbito escolar contribuye a controlar el gasto de agua y luz en los establecimientos de Restauración colectiva pero no los gastos de materia prima.
- c) Los menús escolares deben elaborarse sólo teniendo en cuenta los gustos y preferencias de los niños para asegurar que se lo comen todo y no generan desperdicios, así como las alergias alimentarias.

28. A la hora de elaborar un menú infantil, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Los menús escolares se deben diseñar usando el 75 % del peso en gramos de la ración dietética y las frecuencias de consumo establecidas para la población adulta.
- b) Los menús escolares se deben diseñar según las frecuencias de consumo recomendadas para una alimentación saludable en la población infantil y adaptar el peso en gramos de cada una de las raciones dietéticas a las diferentes franjas de edad en la infancia.
- c) Los menús escolares se deben diseñar usando el 70 % del peso en gramos de la ración dietética y las frecuencias de consumo establecidas para la población adulta.

29. Para el diseño y la planificación de los menús en la infancia, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Las herramientas con las que cuentan las dietistas-nutricionistas son únicamente las tablas de composición de alimentos.
- b) Las herramientas con las que cuentan las dietistas-nutricionistas son las guías alimentarias infantiles.
- c) Las herramientas con las que cuentan dietistas-nutricionistas son las tablas de composición de alimentos, las guías alimentarias infantiles, la normativa legal autonómica específica, las herramientas de diseño de dietas y planificación de menús, programas informáticos y la cultura gastronómica autóctona.

30. La cocina se distribuye en zonas de trabajo que reciben el nombre de “partidas”. Las más importantes son:

- a) Cuarto frío, zona de hornos, almacenes y zona de pastelería.
- b) Cuarto frío, *entremetier*, cocina caliente o salsero, pastelería u obrador.
- c) Almacén, cuarto caliente, office y salsero.



31. En cuanto al blanqueado de alimento, indica cuál de las siguientes afirmaciones es falsa:

- a) El blanqueado es un término que procede del francés *blanchir* y qué significa poner blanco/lavar.
- b) Actualmente, el término de blanqueado se usa para un tratamiento prolongado de alimentos crudos que se someten a vapor o agua hirviendo y que preservan el contenido en vitaminas, especialmente la vitamina C.
- c) Generalmente, finalizada la técnica de blanqueado se suelen sumergir los alimentos en agua fría con hielo para paralizar la cocción y mantener los alimentos en un estado de fresca hasta su utilización.

32. En cuanto a las maneras de transmitir el calor, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) A través de la expansión se forma una capa coagulando la parte exterior del alimento.
- b) A través de la concentración se sumerge el alimento en agua fría y se somete al calor, provocando así un calentamiento lento que permite el intercambio de jugos.
- c) Existen tres maneras de poder clasificar los métodos de cocinado de alimentos: por expansión, por concentración y mixta.

33. En las cocciones húmedas es indispensable la intervención del agua como medio de cocción. La temperatura máxima que se alcanza en el agua es de:

- a) 100 °C.
- b) 110 °C.
- c) 120 °C.

34. Si se pretende dar un color dorado en una técnica de cocción húmeda se usa el:

- a) Rehogado.
- b) Sofrito.
- c) Salteado.

35. El salteado es una cocción en medio:

- a) Seco.
- b) Húmedo.
- c) Húmedo si se hace con aceite.

36. En relación con el índice y la carga glucémicos de los alimentos, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Dentro de los objetivos de la dieta de control glucémico está el de promover un adecuado comportamiento nutricional, con hábitos saludables, preservando el bienestar social, cultural y psicológico.
- b) Todas las dietas de control glucémico en pediatría deberán llevar una reducción del aporte de hidratos de carbono del 20% respecto a la dieta basal.
- c) Las dietas de control glucémico pediátrico siempre irán acompañadas de un tratamiento de insulina pautada por el facultativo.

37. En relación con la alimentación para pacientes diabéticos, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Las dietas de los niños diabéticos solo podrán estar compuestas de alimentos específicos para diabéticos y nunca coincidirán con los alimentos de la dieta basal.
- b) El menú diabético deberá aportar una adecuada ingesta energética y de nutrientes, para conseguir un crecimiento y desarrollo óptimos, así como un buen Índice de Masa corporal (IMC) y circunferencia de cintura.
- c) El menú diabético no deberá tener en cuenta el balance energético entre ingestas ni requerimientos metabólicos, solo el aporte glucídico.

38. En relación con el tratamiento de las complicaciones asociadas a la diabetes infantil, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) La diabetes infantil no tratada puede conllevar un aumento de la miopía y alteraciones en la movilidad.
- b) El niño que debuta con una diabetes a edades tempranas no es necesario que adapte su alimentación hasta la edad adulta.
- c) El cuidado del niño diabético a través de la alimentación reducirá el riesgo de padecer enfermedad cardiológica en la edad adulta.

39. En relación con los programas de prevención primaria de la obesidad, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) La mejor forma de prevenir la obesidad infantil es garantizar un programa de actividad física moderado y ofrecer menús hipocalóricos a los niños.
- b) Trabajar los hábitos de vida saludables incluyendo la alimentación en edades tempranas reducirá el riesgo de que el niño sea un adulto potencialmente obeso.
- c) A partir de la pauta nutricional donde enseñemos a los niños a contar calorías, se reduce el riesgo de padecer obesidad en la etapa adulta.

40. En relación con el déficit nutricional asociado a un proceso oncológico en la etapa infantil, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Los déficits nutricionales son una oportunidad para mejorar la salud del niño a través de alimentación adaptada a la patología y supervisada por una dietista-nutricionista.
- b) Con el tratamiento nutricional no es posible mejorar las patologías oncológicas de cualquier procedencia.
- c) La dieta que debe ser pautada a un niño con cáncer es una dieta con alimentos muy calóricos procedentes de las grasas saludables, carnes y pescados grasos y alimentos ricos en azúcares de absorción rápida.



41. En relación con el diagnóstico de epilepsia en la etapa infantil, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) La dieta que debe ser pautada a un niño con epilepsia por parte de una dietista-nutricionista es una dieta cetogénica.
- b) La dieta que debe ser pautada a un niño con epilepsia por parte de una dietista-nutricionista es una dieta hiperproteica.
- c) La dieta que debe ser pautada a un niño con epilepsia por parte de una dietista-nutricionista es una dieta muy baja en grasas.

42. En relación con la contaminación abiótica, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Un colorante utilizado en alimentación nunca será considerado contaminación abiótica en un alimento.
- b) Se habla de contaminación abiótica cuando el contaminante es de naturaleza química, como son los aditivos no permitidos, y los residuos y sustancias químicas que proceden del entorno o son generados en el tratamiento tecnológico de los alimentos.
- c) Ante una contaminación abiótica en un alimento se avisará a la autoridad sanitaria para su investigación, pero no se retirará el alimento hasta recibir la notificación.

43. Respecto a los contaminantes naturales que pueden contener los alimentos, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Los contaminantes naturales siempre representan un riesgo de intoxicación grave por parte del comensal.
- b) Los contaminantes naturales de los alimentos son parte de su naturaleza por lo que nunca serán eliminados antes de ser consumidos.
- c) Los alimentos pueden contener contaminantes naturales que serán eliminados antes de su consumo por el personal de producción aplicando buenas prácticas en la elaboración.

44. En relación con la microbiología y toxicología alimentaria y los principales agentes contaminantes, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) La toxicología de los alimentos estudia los agentes químicos presentes en los alimentos y su reacción en el organismo.
- b) Una dietista-nutricionista mediante la elaboración de un procedimiento de buenas prácticas de manipulación en la elaboración no podrá evitar una contaminación alimentaria.
- c) La carga microbiológica con la que llegan los alimentos a la elaboración será la que llegue finalmente al comensal sin ser alterada en producción.

45. ¿Qué es la microbiología alimentaria?

- a) La microbiología alimentaria es ciencia que estudia los microorganismos que habitan, producen o contaminan los alimentos.
- b) La microbiología alimentaria es el estudio de los gérmenes que provocan intolerancias o toxiinfecciones alimentarias.
- c) La microbiología alimentaria es la ciencia que estudia la prevención de los brotes de enfermedades transmitidas por los alimentos.

46. En relación con los parásitos alimentarios que se transmiten por el agua, los vegetales, la carne o el pescado, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) El agua que se utiliza para la elaboración de los alimentos nunca está contaminada por lo que no puede provocar toxiinfecciones.
- b) Se recomienda congelar los pescados frescos a -20°C durante por lo menos 24 horas para evitar toxiinfecciones por parásitos como el Anisakis.
- a) El consumo de carne cruda que contenga *Trinichinella* no es peligroso para el consumo humano.

47. En relación con la toxicidad, causas, origen y su prevención, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) La causa de la toxicidad de los alimentos puede venir de origen o puede deberse a una mala manipulación de estos.
- b) En ningún caso, las buenas prácticas de manipulación pueden evitar una toxiinfección alimentaria si la intoxicación viene de origen.
- c) En Restauración colectiva, se admiten hasta 2 alertas por toxiinfecciones alimentarias al año.

48. ¿Qué es la Bromatología?

- a) La Bromatología es la ciencia que estudia la composición de los alimentos cuantitativa y cualitativamente.
- b) La Bromatología es la ciencia que estudia la reacción que va a tener nuestro organismo al consumir un determinado alimento.
- c) La Bromatología es la ciencia que estudia la composición de alimentos, sus propiedades y los procesos de digestión, absorción y eliminación de los nutrientes presentes en los alimentos.

49. En relación con los alimentos complementarios, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Los alimentos complementarios son parte de nuestra alimentación y ayudarán a integrar en la dieta todos los nutrientes necesarios para tener una alimentación completa.
- b) Los alimentos complementarios en los menús escolares son los alimentos dulces que se toman los niños al salir del centro educativo.
- c) Los alimentos complementarios son aquellos que acompañan la lactancia materna en lactantes al cumplirse las 4 semanas de vida.

50. En relación con los alimentos funcionales, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Una naranja rica en vitamina C y fibra es considerado un alimento funcional.
- b) Para que un alimento pueda ser considerado funcional basta que acredite que su consumo es beneficioso para la salud a través de al menos un estudio científico.
- c) Los alimentos funcionales contienen un nivel significativo de componentes activos biológicamente que proveen beneficios deseables para la salud más allá de la nutrición básica.

51. En relación con las características de la alimentación basada en plantas y nuevos alimentos dirigidos a la población vegana, indica cuál de las siguientes afirmaciones es falsa:

- a) Los alimentos basados en plantas son alimentos mínimamente procesados y son todos saludables.
- b) Las dietas veganas están basadas en plantas, por lo que no se admiten alimentos de origen animal en la composición el menú.
- c) La miel no es un alimento adecuado para los menús de las dietas veganas.

52. En relación con el abordaje dietético de un paciente con patología hepática y biliar, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) En las dietas recomendadas para la enfermedad hepática es correcto incluir embutidos elaborados de forma natural por ser saludables.
- b) Los menús para pacientes con enfermedades hepáticas se elaborarán en zonas aisladas para evitar contaminaciones cruzadas con otros alimentos no recomendados para esta patología.
- c) En el menú para un paciente con enfermedad hepática se reducirá el aporte de alimentos de origen animal que puedan aportar desechos tóxicos.

53. ¿Para quién está recomendada la dieta baja en FODMAP?

- a) La dieta baja en FODMAP está recomendada en pacientes con trastornos gastrointestinales que no sintetizan los carbohidratos de cadena corta fermentables.
- b) La dieta baja en FODMAP es la dieta indicada en la intolerancia a la lactosa.
- c) La dieta baja en FODMAP está recomendada en pacientes que no pueden tomar cereales integrales completos y se les recomienda pan de trigo blanco como acompañamiento de las comidas.

54. En relación con las intolerancias y alergias alimentarias, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Las intolerancias y alergias alimentarias son lo mismo por lo que no hay que diferenciarlas en los procesos de producción en cocina.
- b) Las alergias alimentarias pueden provocar shock anafiláctico, por lo que se tendrá especial cuidado en su elaboración para evitar contaminaciones cruzadas.
- c) La enfermedad celiaca se considera alergia alimentaria al gluten.

55. ¿Cuáles son las pruebas para el diagnóstico de una alergia alimentaria?

- a) El diagnóstico de la alergia alimentaria se realiza mediante un test cutáneo muy sencillo: se aplican sobre la piel del brazo gotas que contienen una cantidad conocida del alérgeno al que podemos ser sensibles y se evalúa la reacción.
- b) El diagnóstico de la alergia alimentaria se realiza mediante un test muy sencillo: se aplican debajo de la lengua unas gotas que contienen una cantidad conocida del alérgeno al que podemos ser sensibles y se evalúa la reacción en sangre.
- c) El diagnóstico de la alergia alimentaria se realiza mediante un test en el que se inyectan unas gotas que contienen una cantidad conocida del alérgeno al que podemos ser sensibles y se evalúa la reacción en sangre.

56. En relación con la terapia nutricional ante un fallo intestinal crónico, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Los niños con fallo intestinal crónico cuentan con una terapia nutricional que requiere de alimentación parenteral que deberá ser suministrada por personal formado en el campo.
- b) Los niños con fallo intestinal crónico cuentan con una terapia nutricional que requiere de una dieta de fácil digestión.
- c) Los niños con fallo intestinal crónico cuentan con una terapia nutricional que requiere de una dieta libre de residuos.

57. En relación con el abordaje de la obesidad en edad infantil, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) El objetivo del tratamiento de la obesidad es la pérdida del peso corporal en los niños.
- b) El objetivo del tratamiento de la obesidad es una reducción selectiva de la masa grasa sin reducir o tratando de preservar la masa muscular.
- c) Con el fin de prevenir los trastornos de la conducta alimentaria, la obesidad no se trata en los niños, sino más bien se lleva a cabo un seguimiento y se espera a que lleguen a la edad adulta para iniciar el tratamiento.

58. En relación con el tratamiento nutricional en niños con cáncer, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Los pacientes con cáncer corren un riesgo especialmente elevado de desnutrición porque tanto la enfermedad como sus tratamientos ponen en peligro su estado nutricional. Se calcula que la muerte del 10-20% de los pacientes con cáncer puede atribuirse a la malnutrición.
- b) Los pacientes con cáncer deben ser inicialmente tratados con quimioterapia y, posteriormente, iniciar la terapia nutricional.
- c) Con el fin de evitar la malnutrición, en los niños con cáncer se recomienda una dieta rica en alimentos procesados y ultra procesados, alimentos dulces y bebidas refrescantes con azúcar para garantizar un aporte rico en energía en la dieta.

59. En relación con las dietas veganas y vegetarianas, indica cuál de las siguientes afirmaciones es falsa:

- a) Las dietas vegetarianas, incluyendo las veganas, requieren de la toma de suplementos de vitamina B12, calcio, fósforo, potasio y vitamina D.
- b) Las dietas vegetarianas, incluyendo las veganas, planificadas de manera adecuada y correctamente suplementadas, son apropiadas para todas las etapas del ciclo vital, incluyendo el embarazo, la lactancia, la infancia, la niñez, la adolescencia, la edad adulta, así como para deportistas.
- c) Las dietas vegetarianas, incluyendo las veganas, planificadas de manera adecuada, son saludables, nutricionalmente adecuadas y pueden proporcionar beneficios para la salud en la prevención y el tratamiento de ciertas enfermedades.

60. El cribado nutricional, ¿puede ser determinante para la valoración del estado de salud de una población?

- a) Sí, ya que el objetivo del cribado nutricional es predecir la probabilidad de un resultado mejor o peor debido a factores nutricionales con el fin de acelerar la recuperación de la enfermedad y acortamiento de la convalecencia.
- b) No, sólo con estudios nutricionales en la comunidad se detectan posibles carencias.
- c) Sí, incluso puede ayudar al tratamiento de numerosas enfermedades.

61. En relación con los modelos de educación nutricional, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Las guías alimentarias más utilizadas actualmente se basan en listas de alimentos permitidos y no permitidos.
- b) La pirámide de alimentación saludable avalada por la OMS incluye, además de las recomendaciones de alimentación, recomendaciones de hidratación y ejercicio físico.
- c) Las guías alimentarias para la población adulta sana son de aplicación a la población adulta con patologías.

62. En relación con la desnutrición e infección (deficiencia alimentaria), indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) La desnutrición es un proceso secundario en un paciente con infección grave.
- b) La desnutrición puede reducir la resistencia del organismo a las infecciones y afectar de modo adverso el sistema inmunológico.
- c) Una adecuada terapia nutricional puede curar todos los casos de infección y su evolución por ser procesos independientes.

63. En relación con las interacciones fármaco-nutriente, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) Las interacciones fármaco-nutriente solo se dan en los fármacos de dispensación oral.
- b) Las interacciones fármacos-nutrientes hacen referencia a las influencias mutuas entre la alimentación y las pautas farmacológicas, que afectan tanto al estado nutritivo del individuo, como a la disponibilidad, seguridad y efecto terapéutico de los medicamentos.
- c) Los alimentos no influyen en la absorción del principio activo farmacológico siempre que se respete un periodo de 30 minutos entre la toma del fármaco y la ingesta de alimentos.

64. La farmacoterapia es el tratamiento con cualquier sustancia, diferente de los alimentos, que se usa para prevenir, diagnosticar, tratar o aliviar los síntomas de una enfermedad o un estado anormal. La relación de la farmacoterapia con la nutrición puede ser:

- a) Interacciones farmacocinéticas.
- b) Interacciones fisicoquímicas.
- c) Interacciones farmacocinéticas, fisicoquímicas o farmacodinámicas.

65. En relación con la regulación del metabolismo de nutrientes, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) La digestión es el proceso que hace posible transformar los alimentos en nutrientes.
- b) La dilución es el proceso por el que los alimentos se transforman en nutrientes.
- c) La síntesis de nutrientes es el proceso de transformación de los alimentos para que puedan ser utilizados por los tejidos.

66. En relación con la posible influencia del clima en el metabolismo basal de los individuos, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) El clima es un factor externo al que el cuerpo humano se adapta utilizando herramientas como puede ser prendas de abrigo.
- b) El clima no influye en el metabolismo basal de las personas, ya que sólo está influenciado por la actividad física que realiza el individuo y sus características corporales.
- c) El metabolismo basal de los individuos puede verse alterado por el clima porque se adapta a la temperatura externa generando más o menos calor.

67. Indica en cuál de las siguientes áreas, ejerce una dietista-nutricionista que se responsabiliza de la gestión integral de la alimentación de pacientes en un centro sanitario:

- a) Dietista-nutricionista de Restauración Colectiva.
- b) Dietista-nutricionista de Salud Pública.
- c) Dietista-nutricionista clínico, de consulta o de atención primaria.



68. El Código Deontológico y Código Ético de la profesión, indica cuál de las siguientes afirmaciones es cierta:

- a) El Código Deontológico son normas inspiradoras para un buen comportamiento y describen los máximos a los que debe aspirar el profesional en el ejercicio profesional.
- b) El Código Deontológico establece las normas mínimas de comportamiento que debe cumplir un profesional y cuyo incumplimiento lleva una sanción pareja.
- c) Los Códigos Éticos de la EFAD o de la ICDA son normas deontológicas de carácter internacional.

69. En relación con la nutrición basada en la evidencia, indica cuál de las siguientes afirmaciones es falsa:

- a) Es un modelo derivado de la Medicina Basada en la Evidencia en el que se propone un método sistemático, explícito, transparente y establecido con anterioridad al inicio de la investigación.
- b) Es un modelo de trabajo que sirve para ayudar a que los profesionales que trabajan en el campo de la Nutrición Humana y Dietética y sus pacientes tomen mejores decisiones con el respaldo de las pruebas más rigurosas.
- c) Es un modelo derivado de la Medicina Basada en la Evidencia en el que se propone que los estudios con mayor número de sujetos son los de mejor calidad para tomar decisiones imparciales.

70. ¿A qué se dedica la metodología de la nutrición basada en la evidencia?

- a) La metodología de la nutrición basada en la evidencia se dedica a impulsar el conocimiento y la aplicación de la metodología de síntesis de evidencia en la nutrición y la salud con el fin de proporcionar guías de recomendaciones alimentarias para diferentes etapas de la vida.
- b) La metodología de la nutrición basada en la evidencia tiene como fin proporcionar folletos informativos para alimentación en edad escolar y promover así una vida saludable.
- c) La metodología de la nutrición basada en la evidencia se dedica a impulsar el conocimiento y la aplicación de la metodología de síntesis de evidencia en la nutrición y la salud con el fin de proporcionar recursos, crear una comunidad de aprendizaje, colaborar con expertos y promover la meta-investigación.

PREGUNTAS DE RESERVA

1. En cuanto al instinto de alimentación en el ser humano, indica cuál de las siguientes afirmaciones es falsa:

- a) Es innato, permanente, específico y estereotipado.
- b) Permanecen en él como orientaciones generales, siempre modificadas o refrendadas por la inteligencia.
- c) Tiende a sistematizarse y especializarse en aquellos objetos en que primeramente se han complacido.

2. La palabra alimento viene de latín:

- a) Alere qué significa nutrir y alimentar.
- b) Alere qué significa nutrir y hacer crecer.
- c) Alimentum qué significa nutrir y hacer crecer.

3. Según el artículo único de la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre que modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo en su artículo 6 bis, corresponde al Gobierno (señala la opción incorrecta):

- a) La regulación de las condiciones de obtención, expedición y homologación de títulos académicos y profesionales y de las normas básicas para el desarrollo del artículo 27 de la Constitución, a fin de garantizar el cumplimiento de las obligaciones de los poderes públicos en esta materia.
- b) La ordenación general del sistema educativo.
- c) Facilitar el intercambio de información y la difusión de buenas prácticas educativas o de gestión de los centros docentes, a fin de contribuir a la mejora de la calidad de la educación.

4. Atendiendo al Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, los elementos a declarar de forma obligatoria en el etiquetado son:

- a) El valor calórico, las grasas mono insaturadas, los hidratos de carbono, las proteínas y la sal.
- b) El valor energético, las grasas, las grasas saturadas, los hidratos de carbono, los azúcares, las proteínas y la sal.
- c) La cantidad de grasas, los hidratos de carbono, las proteínas y la fibra.

5. ¿Cuáles son los alimentos exentos de etiquetado obligatorio?

- a) Las frutas y hortalizas frescas, incluidas las patatas, que no hayan sido peladas, cortadas o sometidas a cualquier otro tratamiento similar.
- b) La leche fresca siempre que sea del mismo día.
- c) La mantequilla si es de producción ecológica.