

[Página Principal](#) ▶ [Mis cursos](#) ▶ [DEP-2](#) ▶

[Módulo I: Patologías crónicas y ejercicio físico: cardiorrespiratorio, insuficiencia renal y osteoporosis](#) ▶

[Cuestionario de autoevaluación asignatura 2](#)

<b>Comenzado el</b>	lunes, 4 de marzo de 2024, 20:23
<b>Estado</b>	Finalizado
<b>Finalizado en</b>	lunes, 4 de marzo de 2024, 20:32
<b>Tiempo empleado</b>	9 minutos 5 segundos
<b>Puntos</b>	20,00/20,00
<b>Calificación</b>	10,00 de 10,00 (100%)
<b>Comentario -</b>	Apto

Pregunta

1

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Cuál de estas afirmaciones es correcta:

Seleccione una:

- a. Que nuestro aparato respiratorio esté en constante movimiento, no quiere decir que nuestra musculatura respiratoria se esté moviendo de forma eficiente.
- b. Con el menor gasto energético se obtiene el máximo rendimiento.
- c. En caso del sistema respiratorio, una correcta ventilación pulmonar.
- d. Todas las anteriores son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las anteriores son correctas.

Pregunta

2

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El test de esfuerzo en paciente con EPOC se utiliza para:

Seleccione una:

- a. Evaluar la severidad, identificar déficits funcionales y valorar la efectividad del tratamiento.
- b. Determinar el nivel de ejercicio en el que el paciente puede no responder apropiadamente.
- c. Determinar la capacidad funcional pico y los posibles factores que pueden limitar esa capacidad.
- d. Todas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas son correctas.

Pregunta

3

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

La estrategia de la rehabilitación se divide en:

Seleccione una:

- a. Actividades aeróbicas y actividades de fuerza. ✓
- b. Entrenamiento de resistencia y actividades aeróbicas.
- c. Entrenamiento de grandes grupos musculares y actividades de fuerza.
- d. La mejor rehabilitación es una vida sedentaria.

La respuesta correcta es: Actividades aeróbicas y actividades de fuerza.

Pregunta

4

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El entrenamiento de las extremidades inferiores en sujetos con alguna enfermedad pulmonar:

Seleccione una:

- a. No están indicados.
- b. Están indicados mientras no se alcance la acidosis láctica.
- c. Se ha demostrado que con ellos también se obtienen importantes mejoras de la capacidad de resistencia aeróbica. ✓
- d. Con caminar es suficiente.

La respuesta correcta es: Se ha demostrado que con ellos también se obtienen importantes mejoras de la capacidad de resistencia aeróbica.

Pregunta

5

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Ejercicio continuo e intenso en ambiente frío:

Seleccione una:

- a. Es el más adecuado para los sujetos con AIE.
- b. Es uno de los que con mayor frecuencia pueden desencadenar AIE. ✓
- c. Con un calentamiento previo no habría riesgo de desencadenar AIE.
- d. Es adecuado siempre que sea outdoor.

La respuesta correcta es: Es uno de los que con mayor frecuencia pueden desencadenar AIE.

Pregunta

6

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Con el test de los 6 minutos:

Seleccione una:

- a. Se puede monitorizar la FC y la saturación arterial del oxígeno.
- b. No existe dicho test.
- c. Mide la distancia recorrido en 6 minutos.
- d. A y c son ciertas. ✓

La respuesta correcta es: A y c son ciertas.

Pregunta

7

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Según la escala de disnea, el grado 3 supone:

Seleccione una:

- a. Incapacidad para mantener el paso de otras personas de la misma edad.
- b. Tener que parar a descansar al andar unos 100 metros o a los pocos minutos de andar en llano. ✓
- c. Aparece con actividades de la vida diaria.
- d. Disnea al andar deprisa o subir una cuenta poco pronunciada.

La respuesta correcta es: Tener que parar a descansar al andar unos 100 metros o a los pocos minutos de andar en llano.

Pregunta

8

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

En aquellas personas que padecen una patología pulmonar obstructiva:

Seleccione una:

- a. El coste energético de la ventilación se incrementa llegando a representar el 40% del consumo de oxígeno necesario para realizar ejercicio.
- b. Disminuye la cantidad de oxígeno disponible para los músculos no respiratorios.
- c. Disminuye considerablemente la capacidad de realizar ejercicio en este tipo de pacientes.
- d. Todas las anteriores son ciertas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las anteriores son ciertas.

Pregunta

9

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

En los enfermos con enfermedad pulmonar obstructiva crónica:

Seleccione una:

- a. La sangre no se oxigena adecuadamente y suele cursar con elevados niveles de dióxido de carbono.
- b. Existe hipoxemia y acidosis respiratoria.
- c. Hipoxemia y alcalosis respiratoria.
- d. A y b significan lo mismo y son correctas. ✓

La respuesta correcta es: A y b significan lo mismo y son correctas.

Pregunta

10

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Una propuesta de entrenamiento de fuerza en pacientes con EPOC podría ser:

Seleccione una:

- a. 4 días/semana, al 90% de 1RM, 1 serie de 15 repeticiones.
- b. 2-3 días/semana, al 50-85% de 1RM, 1-3 series de 6-10 repeticiones y con descansos de 2-3 minutos entre series. ✓
- c. 2 días/semana, al 45% de 1RM, 2 series de 6 repeticiones y con descansos de 1 minuto entre series.
- d. No se recomienda realizar trabajo de fuerza.

La respuesta correcta es: 2-3 días/semana, al 50-85% de 1RM, 1-3 series de 6-10 repeticiones y con descansos de 2-3 minutos entre series.

Pregunta

11

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El patrón de AIE en el ejercicio es el siguiente:

Seleccione una:

- a. Inicialmente se produce una broncodilatación, a continuación una broncoconstricción y finalmente una recuperación espontánea de la función pulmonar que retorna a los niveles basales entre los 30-60 minutos después de finalizar el ejercicio. ✓
- b. Durante toda la sesión de ejercicio se produce una broncoconstricción.
- c. No existe el Asma inducida por el ejercicio.
- d. Durante toda la sesión de ejercicio se produce una broncodilatación.

La respuesta correcta es: Inicialmente se produce una broncodilatación, a continuación una broncoconstricción y finalmente una recuperación espontánea de la función pulmonar que retorna a los niveles basales entre los 30-60 minutos después de finalizar el ejercicio.

Pregunta

12

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El entrenamiento de los músculos de las extremidades inferiores en pacientes con enfermedades respiratorias crónicas:

Seleccione una:

- a. Son intolerantes al entrenamiento.
- b. Es la piedra angular de la rehabilitación pulmonar. ✓
- c. Es lo único que debe entrenarse, pues no deben hacer trabajo aeróbico.
- d. Primero una pierna y luego la otra.

La respuesta correcta es: Es la piedra angular de la rehabilitación pulmonar.

Pregunta

13

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

La exploración funcional útil en los estadios iniciales de la EPOC es:

Seleccione una:

- a. La prueba de esfuerzo.
- b. Espirometría forzada. ✓
- c. Gasometría arterial.
- d. Radiografía de tórax.

La respuesta correcta es: Espirometría forzada.

Pregunta

14

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Tras el test de esfuerzo, un cuadro de AIE se definirá si se produce:

Seleccione una:

- a. Un aumento de FEV1 de un 30 % respecto a la medida de reposo.
- b. Un descenso del FEV1 de un 15% respecto a la medida de reposo.
- c. Un descenso en el pico del flujo de un 20% respecto al reposo.
- d. B y C son ciertas. ✓

La respuesta correcta es: B y C son ciertas.

Pregunta

**15**

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Cuando el FEV1 está entre el 40-59% del valor de referencia se considera que la gravedad de la EPOC es:

Seleccione una:

- a. Leve.
- b. Grave.
- c. Moderada. ✓
- d. Con esos valores no se considera que pueda existir EPOC.

La respuesta correcta es: Moderada.

Pregunta

**16**

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Las siglas FVC significan:

Seleccione una:

- a. Fuerza ventilatoria crónica.
- b. Frecuencia ventilatoria forzada.
- c. Capacidad vital forzada. ✓
- d. Volumen espiratorio forzado.

La respuesta correcta es: Capacidad vital forzada.

Pregunta

**17**

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El test de esfuerzo para detectar AIE debe cumplir:

Seleccione una:

- a. 75% de la Fcmax.
- b. Fase de calentamiento progresivo y la menos 8 minutos al 75% de Fcmax.
- c. 6-8 minutos despues de cesar el ejercicio, medida de la obstrucción al flujo aéreo.
- d. Todas las anteriores son ciertas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las anteriores son ciertas.

Pregunta

18

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El ejercicio físico:

Seleccione una:

- a. Mejora el rendimiento cardiovascular.
- b. La perfusión de los pulmones se intensifica gracias a las adaptaciones inducidas por el ejercicio, facilitando el paso de oxígeno de los alveólos a los capilares.
- c. Estas adaptaciones contrarrestan las modificaciones del sistema respiratorias típicas de las enfermedades respiratorias.
- d. Todas las anteriores y además que el ejercicio desempeña un papel relevante en la prevención de la cardiopatía, son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las anteriores y además que el ejercicio desempeña un papel relevante en la prevención de la cardiopatía, son correctas.

Pregunta

19

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El tiempo estimado para objetivas adaptaciones fisiológicas en pacientes con enfermedad pulmonar restrictiva crónica en un programa inicial debe ser de:

Seleccione una:

- a. Con 3 semanas es suficiente.
- b. 2-3 meses. ✓
- c. Al menos 6 meses.
- d. Desde el primer día.

La respuesta correcta es: 2-3 meses.

Pregunta

20

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El factor principal responsable del desarrollo de la EPOC es:

Seleccione una:

- a. La contaminación.
- b. El consumo de tabaco. ✓
- c. Los catarros frecuentes.
- d. El alcohol.

La respuesta correcta es: El consumo de tabaco.

Actividad previa

◀ Objetivos específicos

Ir a...

Siguiente actividad

Objetivos específicos ▶

Colegio Oficial de Enfermería de Madrid

 <https://www.codem.es>