

EVALUACIÓN MÓDULO 1: EL MÚSCULO: UN NUEVO PARADIGMA EN LA CIENCIA DE LA NUTRICIÓN PARA LA RECUPERACIÓN INTEGRAL DEL PACIENTE DESNUTRIDO**1.- El factor de necrosis tumoral alfa (TNF-a) es:**

- A.- Un marcador inflamatorio que puede indicar miopenia, dlnapenia y mioesteatosis.
- B.- Un marcador inflamatorio que indica miopenia y sarcopenia.
- C.- Un marcador inflamatorio, que indica mioesteatosis e inflamación.
- D.- Una mioquina con capacidades prooxidativas.

2.- ¿Cuál de las siguientes opciones incluye un test de fuerza máxima, fuerza potencia y fuerza resistencia, por ese orden?:

- A.- Contracción máxima voluntaria, YMCA Bench Press test y test de Bosco.
- B.- Test de 1RM, dinamometría manual y contracción máxima voluntaria.
- C.- Test de 1RM, test de Bosco e YMCA Bench Press Test.
- D.- Test con bandas elásticas, 1RM y dinamometría.

3.- Durante los periodos de inmovilización en cama:

- A.- El desuso del músculo, y no la edad biológica, es el responsable de la pérdida de masa muscular.
- B.- Se produce una pérdida de masa muscular de aproximadamente 0,5 por ciento por día de desuso.
- C.- Se producen mayores pérdidas en los primeros días de desuso y en las piernas.
- D.- Todas las respuestas anteriores son correctas.

4.- ¿Cuál es la medida o parámetro más utilizado para medir el riesgo de desnutrición en las herramientas de screening más habituales?:

- A.- IMC.
- B.- Pérdida de peso no intencionada.
- C.- Registro de alimentos.
- D.- Tipo de enfermedad.

5.- En pacientes con cáncer:

- A.- La terapia nutricional consigue mejorar de forma efectiva la calidad de vida o la función inmune.
- B.- La educación nutricional del paciente se asocia a importantes mejoras en la progresión de la enfermedad.
- C.- La propia medicación puede ser un motivo por el cual se acrecienta la desnutrición asociada a la enfermedad.
- D.- Todas las respuestas anteriores son correctas.

6.- Señale cuál de estos métodos podría ser válido para combatir la pérdida de masa muscular asociada a la desnutrición, la edad y la enfermedad:

- A.- Actividad física.
- B.- Modificación de la dieta.
- C.- Suplementación oral (energía, proteínas, HMB, vitamina D, ácidos grasos omega-3 de cadena larga).
- D.- Una combinación de las tres anteriores.

7.- La ingesta de glutamina como inmunonutriente se ha asociado a:

- A.- Menor tiempo de estancia hospitalaria.
- B.- Disminución de complicaciones infecciosas.
- C.- Mayor preservación muscular.
- D.- Todas las respuestas anteriores son correctas.

8.- La leucina y el HMB:

- A.- Suelen producir reacciones adversas al tomarlos de forma continuada.
- B.- Parecen poco efectivos especialmente en adultos mayores.
- C.- Son seguros.
- D.- Cuando se aportan con otros nutrientes se disipa su efectividad.

9.- Un ejercicio isométrico es aquel que:

- A.- Realiza movimientos de flexión y extensión.
- B.- Cuando tiene una contracción concéntrica y otra excéntrica.
- C.- Contracción estática, sin movimiento articular.
- D.- No existe el ejercicio isométrico.

10.- Los beneficios del entrenamiento de fuerza son:

- A.- Aumento de la fuerza muscular en las extremidades.
- B.- Mejora de la disfunción endotelial periférica.
- C.- Reducción de los parámetros inflamatorios sistémicos.
- D.- Todas las respuestas anteriores son correctas.