

Comenzado el lunes, 27 de noviembre de 2017, 13:55

Estado Finalizado

Finalizado en lunes, 27 de noviembre de 2017, 14:26

Tiempo empleado 31 minutos 9 segundos

Puntos 21,00/25,00

Calificación 8,40 de 10,00 (84%)

Comentario - Buen trabajo - Continúe con el curso

Pregunta 1

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

¿Cual de los siguientes no es un oligosacárido?

Seleccione una:

- ☒ a. Acido algínico ✓
- ☐ b. Rafinosa
- ☐ c. Verbascosa
- ☐ d. Inulina

Pregunta 2

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Cúal de los siguientes no es un efecto beneficioso de los ácidos grasos monoinsaturados:

Seleccione una:

- ☐ a. Disminuye la Tensión Arterial.
- ☐ b. Mejora la función gástrica, hepática y biliar.
- ☐ c. Disminuye el colesterol total
- ☒ d. Disminuye el HDL ✓

Pregunta 3

Cuál de estos carbohidratos no puede ser metabolizado por nuestro

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

organismo

Seleccione una:

- ☐ a. Sacarosa
- ☐ b. Almidón
- ☒ c. Celulosa ✓
- ☐ d. Lactosa

Pregunta 4

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Desde el punto de vista nutricional, las proteínas incompletas se caracterizan por...(señala la opción incorrecta):

Seleccione una:

- ☐ a. Carecen de algunos de los aminoácidos esenciales
- ☐ b. Permiten la vida pero no el crecimiento.
- ☐ c. Su complementación con otras proteínas incompletas permiten lograr proteínas de mayor calidad
- ☒ d. Son principalmente de origen animal ✓

Pregunta 5

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Durante que fase de la absorción de los lípidos se forman los quilomicrones

Seleccione una:

- ☐ a. Fase luminal
- ☐ b. Fase de reabsorción
- ☒ c. Fase mucosa ✓
- ☐ d. Fase de transporte

Pregunta 6

Incorrecta

Puntúa 0,00
sobre 1,00

El ácido linoléico se encuentra casi exclusivamente en:

Seleccione una:

- ☒ a. Soja ✗
- ☐ b. Pescado
- ☐ c. Maiz
- ☐ d. Girasol

Pregunta 7

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

El agar-agar pertenece al grupo de:

Seleccione una:

- ☐ a. Almidón
- ☐ b. Celulosas
- ☒ c. Mucílagos ✓
- ☐ d. Pectinas

Pregunta 8

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

El conjunto de transformaciones químicas que sufren los nutrientes en los tejidos con la finalidad de obtener la energía, construir, repara los tejidos y regular los procesos metabólicos se define como:

Seleccione una:

- ☐ a. Anabolismo
- ☐ b. Alimentación
- ☒ c. Metabolismo ✓
- ☐ d. Catabolismo

Pregunta 9

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Es importante tomar frutas, verduras y cereales integrales por:

Seleccione una:

- ☐ a. Aumenta sustancialmente su poder nutritivo
- ☐ b. Mejora la digestión
- ☐ c. Tiene mejor sabor
- ☒ d. Contienen la fibra dietética en su cubierta vegetal ✓

Pregunta 10

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

La absorción de los monosacáridos en el intestino va asociada a un transporte activo de...

Seleccione una:

- ☐ a. Cloro
- ☒ b. Sodio ✓
- ☐ c. Fósforo

☐ d. Potasio

Pregunta 11

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

La degradación de glucógeno para obtener energía se denomina:

Seleccione una:

- ☐ a. Glucogénesis
- ☐ b. Lipolisis
- ☒ c. Glucogenolisis ✓
- ☐ d. Glucolisis

Pregunta 12

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

La fibra dietética tiene una serie de efectos sobre el tránsito gastrointestinal. Señala la respuesta correcta:

Seleccione una:

- ☐ a. La fibra insoluble retrasa el vaciamiento gástrico.
- ☒ b. La fibra insoluble y poco fermentable tiene mayores efectos laxantes ✓
- ☐ c. La fibra fermentable produce ácidos grasos de cadena media (AGCC).
- ☐ d. La fibra soluble aumenta la absorción de nutrientes y vitaminas en el intestino delgado.

Pregunta 13

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

La ingesta media de Nitrógeno (N) para mantener el equilibrio nitrogenado es:

Seleccione una:

- ☐ a. 85 mg/kg/día
- ☐ b. 55 mg/kg/día
- ☒ c. 75 mg/kg/día ✓
- ☐ d. 65 mg/kg/día

Pregunta 14

Incorrecta

Puntúa 0,00
sobre 1,00

La Leucina es un aminoácido:

Seleccione una:

sobre 1,00

- ☒ a. A. Esencial ✖
- ☐ b. B. Ramificado
- ☐ c. A y B son correctas
- ☐ d. C. Aromático

Pregunta 15

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Las principales funciones de la vitamina A (señala la opción incorrecta) son:

Seleccione una:

- ☐ a. Crecimiento óseo
- ☒ b. Coagulación sanguínea ✔
- ☐ c. Protección de epitelios
- ☐ d. Detección de luz en la retina

Pregunta 16

Incorrecta

Puntúa 0,00
sobre 1,00

Los carbohidratos pueden ser almacenados en el organismo en forma de glucógeno hepático y muscular. Cuál es su finalidad:

Seleccione una:

- ☐ a. Mantener la glucemia dentro de valores normales
- ☒ b. Impedir el uso de las proteínas para obtener energía en situaciones de ayuno ✖
- ☐ c. Todas son correctas
- ☐ d. Servir de sustrato energético al músculo

Pregunta 17

Incorrecta

Puntúa 0,00
sobre 1,00

Los fosfolípidos se sintetizan en:

Seleccione una:

- ☐ a. B. No se sintetizan en el organismo
- ☐ b. A y C son correctas
- ☒ c. C. Principalmente (90%) en el hígado ✖
- ☐ d. A. Probablemente en todos los tejidos del organismo

Pregunta 18

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Señala la opción incorrecta sobre las propiedades de la fibra soluble:

Seleccione una:

- ☒ a. Acelera el vaciamiento gástrico ✓
- ☐ b. Disminuye la glucemia postprandial
- ☐ c. Disminuye los niveles de colesterol
- ☐ d. Regula el tránsito intestinal

Pregunta 19

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Sobre la lactosa. Señala la opción falsa:

Seleccione una:

- ☒ a. No se hidroliza en el intestino ✓
- ☐ b. Es el hidrato de carbono de los mamíferos
- ☐ c. Es menos soluble en agua que otros oligosacáridos
- ☐ d. Formada por una molécula de glucosa y otra de galactosa

Pregunta 20

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Sobre la vitamina E (señala la respuesta correcta):

Seleccione una:

- ☐ a. Se halla principalmente en las grasas de origen animal
- ☐ b. Su déficit produce osteomalacia.
- ☒ c. Su principal función es la de actuar como antioxidante. ✓
- ☐ d. No se elimina vía renal

Pregunta 21

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Sobre la vitamina K (señala la opción incorrecta):

Seleccione una:

- ☐ a. El déficit severo produce síndrome hemorrágico
- ☒ b. La filoquinona es hidrosoluble. ✓
- ☐ c. Se almacena en el hígado y se elimina en heces y orina
- ☐ d. Para sintetizarla se requiere la presencia de flora intestinal

Pregunta 22

Sobre las gomas, señale la opción correcta:

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Sobre las gomas, señala la opción correcta.

Seleccione una:

- ☐ a. Son polisacáridos
- ☐ b. No suele ingerirse habitualmente con los alimentos naturales
- ☐ c. Se utilizan como estabilizantes y gelificantes
- ☒ d. Todas son correctas ✓

Pregunta 23

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Sobre los fructooligosacáridos (FOS) señala la opción falsa:

Seleccione una:

- ☒ a. Se hallan en la leche de vaca ✓
- ☐ b. Se compone de dos moléculas: fructosa+sacarosa.
- ☐ c. Favorecen el crecimiento de bifidobacterias
- ☐ d. Son oligosacáridos

Pregunta 24

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Sobre los Trigliceridos (TG). Señala la opción falsa:

Seleccione una:

- ☒ a. Empeorar la palatabilidad de los alimentos ✓
- ☐ b. Mantienen los órganos en su sitio y protege de los traumatismos.
- ☐ c. Sirven de vehículo para las vitaminas liposolubles
- ☐ d. Aíslan del frío.

Pregunta 25

Correcta

Puntúa 1,00
sobre 1,00

Todos estos alimentos son ricos en fibras. Más de 2gr/100 gr alimento, excepto:

Seleccione una:

- ☒ a. Todas son correctas ✓
- ☐ b. Espinaca
- ☐ c. Lentejas
- ☐ d. Judía verde

