

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

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

[Cuestionario de autoevaluación asignatura 4](#)

| | |
|------------------------|----------------------------------|
| Comenzado el | lunes, 4 de marzo de 2024, 20:49 |
| Estado | Finalizado |
| Finalizado en | lunes, 4 de marzo de 2024, 20:59 |
| Tiempo empleado | 9 minutos 52 segundos |
| Puntos | 18,00/20,00 |
| Calificación | 9,00 de 10,00 (90%) |
| Comentario - | Apto |

Pregunta

1

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Que vitamina influye en la obtención del pico máximo de densidad ósea.

Seleccione una:

- a. La vitamina A.
- b. La D. ✓
- c. La C.
- d. La E.

La respuesta correcta es: La D.

Pregunta

2

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El ejercicio físico interviene sobre la osteoporosis

Seleccione una:

- a. Solo durante la vejez.
- b. Durante las tres primeras décadas de la vida.
- c. A partir de la menopausia.
- d. Todas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas son correctas.

Pregunta

3

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Con la Densitometría mineral ósea:

Seleccione una:

- a. Solo se puede valorar los depósitos minerales de hueso.
- b. Solo se puede valorar la microestructura del hueso.
- c. Se pueden valorar la microestructura y los depósitos minerales.
- d. Se pueden valorar los depósitos minerales y el riesgo de fractura. ✓

La respuesta correcta es: Se pueden valorar los depósitos minerales y el riesgo de fractura.

Pregunta

4

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Cuál de los siguientes factores influye en el pico máximo de densidad ósea:

Seleccione una:

- a. Herencia.
- b. Raza
- c. Estilo de vida.
- d. Todas las respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las respuestas son correctas.

Pregunta

5

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Qué significa el valor relativo de la densitometría?

Seleccione una:

- a. La comparación del valor de densidad ósea obtenido con el pico máximo de densidad mineral ósea.
- b. La comparación del valor de densidad ósea obtenido con el valor de densidad mineral ósea con individuos homogéneos en edad.
- c. La comparación del valor de densidad ósea obtenido con el valor de densidad mineral ósea con individuos homogéneos en edad y sexo. ✓
- d. Ninguna de las anteriores es correcta.

La respuesta correcta es: La comparación del valor de densidad ósea obtenido con el valor de densidad mineral ósea con individuos homogéneos en edad y sexo.

Pregunta

6

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

En la osteopenia la desviación estándar del pico de masa ósea es:

Seleccione una:

- a. $T = 1$
- b. T se encuentra entre -1 y -2.5 de la desviación estándar. ✓
- c. $T > 2.5$
- d. $T > -1$

La respuesta correcta es: T se encuentra entre -1 y -2.5 de la desviación estándar.

Pregunta

7

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

La actividad física durante la juventud

Seleccione una:

- a. Hace que el pico de masa ósea disminuya.
- b. Empeora las articulaciones del individuo.
- c. No influye sobre el pico de masa ósea.
- d. Hace que el pico de masa ósea se mayor. ✓

La respuesta correcta es: Hace que el pico de masa ósea se mayor.

Pregunta

8

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Una densitometría en el talón es

Seleccione una:

- a. Una densitometría periférica. ✓
- b. Una densitometría central.
- c. Una densitometría local.
- d. Ninguna de ellas.

La respuesta correcta es: Una densitometría periférica.

Pregunta

9

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El control postural:

Seleccione una:

- a. Solo es importante durante la juventud para prevenir desviaciones en problemas biomecánicos que afecten durante la madurez.
- b. No es relevante durante la sesiones de actividad física.
- c. Es importante tanto en las actividades de la vida diaria como en las sesiones de actividad física. ✓
- d. A y c son ciertas.

La respuesta correcta es: Es importante tanto en las actividades de la vida diaria como en las sesiones de actividad física.

Pregunta

10

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

El medio acuático:

Seleccione una:

- a. No está recomendado para la práctica de ejercicio físico en la osteoporosis.
- b. Está recomendado. ✓
- c. Produce mayor pérdida de masa ósea.
- d. Ninguna es correcta

La respuesta correcta es: Está recomendado.

Pregunta

11

Incorrecta

Se puntúa 0,00 sobre 1,00

Los encargados de reabsorber la matriz ósea desgastada son:

Seleccione una:

- a. Los osteoblastos. ✗
- b. Los mastocitos.
- c. Los osteoclastos.
- d. Ninguno de ellos.

La respuesta correcta es: Los osteoclastos.

Pregunta

12

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

La osteoporosis afecta:

Seleccione una:

- a. A la densidad mineral ósea.
- b. Microestructura esquelética.
- c. Ninguna es correcta.
- d. A y b son correctas. ✓

La respuesta correcta es: A y b son correctas.

Pregunta

13

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Los encargados de transformar el colágeno en hueso son los

Seleccione una:

- a. Osteoblastos. ✓
- b. Osteoclastos.
- c. Osteomas.
- d. A y b son ciertas.

La respuesta correcta es: Osteoblastos.

Pregunta

14

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Las sesiones de actividad física:

Seleccione una:

- a. Deben ser predominantemente aeróbicas. ✓
- b. Su duración ha de ser de 20-30 minutos.
- c. Deben de ser individuales.
- d. Con una frecuencia de 1-2 días por semana.

La respuesta correcta es: Deben ser predominantemente aeróbicas.

Pregunta

15

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

En la piscina profunda:

Seleccione una:

- a. Empezar trabajado en posición vertical. ✓
- b. Empezar trabajado en posición Dorsal.
- c. Empezar trabajado de lado.
- d. Es indiferente.

La respuesta correcta es: Empezar trabajado en posición vertical.

Pregunta

16

Incorrecta

Se puntúa 0,00 sobre 1,00

Antes de comenzar a realizar un programa de actividad física es conveniente:

Seleccione una:

- a. Realizar ejercicio físico por su cuenta antes de comenzar.
- b. Realizar un reconocimiento médico.
- c. Conocer, si existen, cuales son las limitaciones a la hora de realizar ejercicio físico. ✗
- d. A y c son correctas.

La respuesta correcta es: Realizar un reconocimiento médico.

Pregunta

17

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Cual de los siguientes no es un objetivo de control postural a cumplir durante las sesiones de actividad física.

Seleccione una:

- a. Evitar ejercicios que produzcan una hiperflexión de la columna.
- b. Evitar ejercicios donde se fuercen la lordosis lumbar.
- c. Evitar ejercicios donde se fuercen la lordosis cervical.
- d. Fomentar ejercicios donde intervengan rotaciones del tronco. ✓

La respuesta correcta es: Fomentar ejercicios donde intervengan rotaciones del tronco.

Pregunta

18

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

La actividad física influye en la osteoporosis:

Seleccione una:

- a. Aumentando el pico de masa ósea.
- b. Retrasando la pérdida de masa ósea.
- c. Aumentando el nivel de independencia.
- d. Todas son ciertas. ✓

La respuesta correcta es: Todas son ciertas.

Pregunta

19

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Los valores relativos en una densitometría aparecen como

Seleccione una:

- a. T-score.
- b. Z-score.
- c. S-score.
- d. A y b son correctas ✓

La respuesta correcta es: A y b son correctas

Pregunta

20

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

La Densitometría es un método de diagnóstico:

Seleccione una:

- a. Directo.
- b. Indirecto cualitativo.
- c. Indirecto cuantitativo. ✓
- d. Directo semicuantitativo.

La respuesta correcta es: Indirecto cuantitativo.

Actividad previa
◀ Objetivos específicos

Ir a...

Siguiente actividad

Documento de estudio Módulo 2 ►

Colegio Oficial de Enfermería de Madrid

 <https://www.codem.es>