

<b>Comenzado el</b>	martes, 21 de marzo de 2017, 13:47
<b>Estado</b>	Finalizado
<b>Finalizado en</b>	martes, 21 de marzo de 2017, 14:18
<b>Tiempo empleado</b>	31 minutos 1 segundos
<b>Puntos</b>	30,00/30,00
<b>Calificación</b>	<b>10,00</b> de un máximo de 10,00 ( <b>100%</b> )
<b>Comentario -</b>	Apto

### Pregunta 1

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La inulina es una fibra de tipo:

Seleccione una:



a. Insoluble.



b. Soluble. ✓



c. Soluble en alcohol.



d. Soluble pero en grasas.

Retroalimentación

La inulina es una fibra soluble o fermentable como por ejemplo las gomas y mucílagos.

La respuesta correcta es: Soluble.

### Pregunta 2

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La nutrición es un acto:

Seleccione una:



a. Voluntario.



b. Involuntario. ✓



c. Accidental.



d. Natural.

Retroalimentación

La nutrición es un acto involuntario porque es el proceso de transformación de los alimentos y absorción y actuación de los nutrientes que sucede en nuestro organismo tras la ingesta, de tal manera que no lo podemos controlar.

La respuesta correcta es: Involuntario.

### Pregunta 3

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La lactosa es:

Seleccione una:



a. Monosacárido de la leche.



b. Disacárido de la leche. ✓



c. Oligosacárido.



d. El nombre de la sacarosa presente en la leche.

Retroalimentación

La lactosa es un disacárido formado por dos unidades de galactosa y es el hidrato de carbono de la leche.

La respuesta correcta es: Disacárido de la leche.

### Pregunta 4

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

En el proceso de digestión:

Seleccione una:



a. La acetilcolina aumenta las secreciones salival y gástrica y la noradrenalina las disminuye. ✓



b. La noradrenalina aumenta las secreciones salival y gástrica y la acetilcolina las disminuye.



c. Ambas aumentan las secreciones tanto salivales como gástricas.



d. Son los opiáceos como encefalinas los que aumentan las secreciones.

Retroalimentación

La acetilcolina proveniente del Sistema Nervioso Simpático es la que activa las secreciones para la digestión, mientras que la noradrenalina del Sistema Nervioso Parasimpático las reduce.

La respuesta correcta es: La acetilcolina aumenta las secreciones salival y gástrica y la noradrenalina las disminuye.

#### Pregunta 5

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La lignina es una fibra de tipo:

Seleccione una:



a. Insoluble. ✓



b. Soluble.



c. Soluble en alcohol.



d. Soluble pero en grasas.

Retroalimentación

La lignina es parcialmente insoluble por lo que se considera dentro de la fibra insoluble.

La respuesta correcta es: Insoluble.

#### Pregunta 6

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Los hidratos de carbono que son polisacáridos es porque:

Seleccione una:



a. Están formados por cadenas de 2 a 10 monosacáridos.



b. Tienen más de 20 monosacáridos unidos.



c. Tienen más de 20 disacáridos unidos.



d. Tienen más de diez monosacáridos unidos. ✓

Retroalimentación

Están formados por más de 10 monosacáridos. Entre 2 y 10 se consideran oligosacáridos.

La respuesta correcta es: Tienen más de diez monosacáridos unidos.

#### Pregunta 7

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Son nutrientes acalóricos:

Seleccione una:

- ☐ a. Los edulcorantes artificiales.
- ☐ b. Las enzimas.
- ☐ c. El alcohol.
- ☒ d. Vitaminas y minerales. ✓

Retroalimentación

Los micronutrientes que son las vitaminas y minerales son los que no aportan calorías. Los edulcorantes, las enzimas y el alcohol no son nutrientes.

La respuesta correcta es: Vitaminas y minerales.

#### Pregunta 8

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La vitamina A, presente en los alimentos de origen animal, se encuentra como:

Seleccione una:

- ☐ a. Menadiona.
- ☐ b.  $\beta$ -carotenos.
- ☒ c. Retinol. ✓
- ☐ d. Esteroles.

Retroalimentación

La vitamina A o retinol que es la forma activa como tal, se encuentra solamente en los alimentos de origen animal.

La respuesta correcta es: Retinol.

#### Pregunta 9

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Alimentario es:

Seleccione una:

- ☐ a. Todo lo que se come.
- ☐ b. Alimento de origen vegetal.
- ☐ c. Todo aquello que tiene capacidad de nutrir.
- ☒ d. Todo aquello relacionado con el alimento. ✓

Retroalimentación

Alimentario es lo relacionado con el alimento como su producción, transporte y distribución. Difiere de alimenticio en que este último se refiere a la capacidad de nutrir.

La respuesta correcta es: Todo aquello relacionado con el alimento.

#### Pregunta 10

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La tecnología de los alimentos:

Seleccione una:

- ☐ a. No incluye nada referente a la biotecnología de los componentes de los alimentos.
- ☐ b. Se encarga de analizar el valor nutritivo de los alimentos.
- ☒ c. Se encarga de la elaboración, conservación, envasado y demás procesos industriales. ✓
- ☐ d. Se ocupa de las normas de higiene personal en manipuladores de alimentos.

Retroalimentación

Se encarga de los diversos procesos que lleva a cabo la industria alimentaria desde la formación del alimento hasta su distribución y transporte además de la biotecnología de los mismos.

La respuesta correcta es: Se encarga de la elaboración, conservación, envasado y demás procesos industriales.

#### Pregunta 11

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Son ácidos grasos saturados:

Seleccione una:



a. Oleico y palmitoleico.



b. Láurico y mirístico. ✓



c. Linoleico y linolénico.



d. DHA, EPA.

Retroalimentación

Los ácidos grasos saturados no tienen dobles enlaces en su estructura. Serían el láurico, mirístico, palmítico, esteárico, araquídico y lignocérico (alimentos de origen animal, sobre todo).

La respuesta correcta es: Láurico y mirístico.

#### Pregunta 12

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La absorción del hierro no hemo:

Seleccione una:



a. Disminuye en presencia de ácido ascórbico.



b. Aumenta por los oxalatos de las verduras.



c. Aumenta en presencia de Zinc y Cobre.



d. Aumenta en presencia de proteína. ✓

Retroalimentación

El hierro se absorbe mejor con proteína. También se absorbe más en presencia de ácido ascórbico y menos con metales divalentes como el zinc, cobre o magnesio.

La respuesta correcta es: Aumenta en presencia de proteína.

#### Pregunta 13

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

El glucógeno es:

Seleccione una:

- ☒ a. Un polisacárido de origen animal. ✓
- ☐ b. Un oligosacárido de origen animal.
- ☐ c. Un polisacárido de origen vegetal.
- ☐ d. Un polisacárido tanto animal como vegetal.

Retroalimentación

La composición del glucógeno hace que se clasifique como polisacárido y solo se encuentra en alimentos de origen animal aunque en cantidades mínimas, no vegetal.

La respuesta correcta es: Un polisacárido de origen animal.

**Pregunta 14**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Los hidratos de carbono más frecuentes se clasifican en:

Seleccione una:

- ☐ a. Péptidos, monosacáridos y polisacáridos.
- ☐ b. Monosacáridos y polisacáridos.
- ☒ c. Monosacáridos, oligosacáridos, polisacáridos y disacáridos. ✓
- ☐ d. Solo los monosacáridos.

Retroalimentación

Los cuatro tipos de hidratos de carbono son frecuentes en la gran diversidad de alimentos.

La respuesta correcta es: Monosacáridos, oligosacáridos, polisacáridos y disacáridos.

**Pregunta 15**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

El aumento de triglicéridos sanguíneos puede ser por:

Seleccione una:



a. Un exceso en el consumo de lípidos.



b. Por un exceso en el consumo de lípidos y también de azúcares simples. ✓



c. Un exceso de lípidos y de hidratos de carbono complejos.



d. Un exceso en el consumo de grasas de tipo saturadas.

Retroalimentación

El consumo excesivo de grasas y azúcares lleva a un aumento de triglicéridos (TG) en sangre debido a que ambos pueden acumularse en los adipocitos en forma de triacilglicéridos (TAG) que al descomponerse liberan TG a la circulación.

La respuesta correcta es: Por un exceso en el consumo de lípidos y también de azúcares simples.

**Pregunta 16**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La celulosa:

Seleccione una:



a. Está en alimentos de origen animal.



b. Es considerada fibra dietética. ✓



c. No se considera fibra dietética



d. Es un monosacárido de origen vegetal.

Retroalimentación

Además de ser considerada fibra, es un polisacárido de origen vegetal.

La respuesta correcta es: Es considerada fibra dietética.

**Pregunta 17**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00



Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La bromatología es la ciencia que:

Seleccione una:

- ☒ a. Estudia el análisis de los alimentos y sus propiedades. ✓
- ☐ b. Estudia la combinación óptima de los alimentos.
- ☐ c. Estudia el proceso de nutrición en nuestro organismo.
- ☐ d. Estudia el metabolismo de los alimentos.

Retroalimentación

La bromatología es la ciencia que se encarga de estudiar la composición nutricional de los alimentos y las propiedades que poseen para una mejor conservación, prevención de enfermedades y adaptación a la reglamentación entre otros.

La respuesta correcta es: Estudia el análisis de los alimentos y sus propiedades.

#### Pregunta 18

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Macronutrientes son:

Seleccione una:

- ☐ a. Todos los que se ven a simple vista.
- ☒ b. Los que necesita el organismo en grandes cantidades y le proporcionan energía. ✓
- ☐ c. Los que necesitamos en pequeñas cantidades pero son imprescindibles debido a sus funciones fisiológicas.
- ☐ d. Los que se ven al microscopio.

Retroalimentación

Los lípidos, carbohidratos y proteínas necesarios en cantidades altas y que son calóricos.

La respuesta correcta es: Los que necesita el organismo en grandes cantidades y le proporcionan energía.

#### Pregunta 19

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La toxicología alimentaria:

Seleccione una:

- ☐ a. Es lo mismo que la Microbiología.
- ☒ b. Detecta compuestos que puedan producir intoxicaciones. ✓
- ☐ c. Se encarga expresamente de la legislación y reglamentación alimentaria.
- ☐ d. Estudia la higiene de los alimentos y buenas prácticas de higiene por parte del manipulador.

Retroalimentación

La toxicología alimentaria se encarga de estudiar las intoxicaciones alimentarias con la detección y prevención de los agentes causantes. Los demás puntos son llevados por otros ámbitos tales como Microbiología, Legislación alimentaria e Higiene de los alimentos.

La respuesta correcta es: Detecta compuestos que puedan producir intoxicaciones.

**Pregunta 20**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La vitamina A, presente en los alimentos de origen vegetal, se encuentra como:

Seleccione una:

- ☐ a. Menadiona.
- ☒ b.  $\beta$ -carotenos. ✓
- ☐ c. Retinol.
- ☐ d. Esteroles.

Retroalimentación

El retinol está presente como tal en los alimentos de origen animal, mientras que en los vegetales se encuentra como provitamina A, en forma de betacarotenos, que son los pigmentos de color amarillo-rojo de las frutas, hortalizas y vegetales.

La respuesta correcta es:  $\beta$ -carotenos.

**Pregunta 21**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Los eicosanoides:

Seleccione una:

- ☐ a. Se sintetizan exclusivamente a partir de omega 3.
- ☐ b. Son las prostaglandinas, los tromboxanos y los omega-3.
- ☐ c. Proceden de ácidos grasos saturados.
- ☒ d. Se sintetizan a partir de omega-3 y omega-6. ✓

Retroalimentación

Se sintetizan a partir de omega-3 y omega-6, ambos poliinsaturados, y son tres tipos: prostaglandinas, tromboxanos y leucotrienos.

La respuesta correcta es: Se sintetizan a partir de omega-3 y omega-6.

**Pregunta 22**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Un déficit de sodio:

Seleccione una:

- ☒ a. Produce síntomas neurológicos, vómitos y náuseas. ✓
- ☐ b. Produce gastroenteritis e insuficiencia renal.
- ☐ c. Se relaciona con hiperaldosteronismo.
- ☐ d. Se produce por déficit de líquido corporal.

Retroalimentación

Hiponatremia: se produce por un aumento del líquido corporal, por déficit de la aldosterona o por ingesta excesiva de agua. Produce debilidad, náuseas y vómitos, síntomas neurológicos como confusión e irritabilidad, síncope y caídas.

La respuesta correcta es: Produce síntomas neurológicos, vómitos y náuseas.

**Pregunta 23**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Son micronutrientes:

Seleccione una:

- ☐ a. Proteínas, carbohidratos, lípidos.
- ☐ b. Proteínas, carnes, legumbres.
- ☒ c. Vitaminas y minerales. ✓
- ☐ d. Grasas, azúcar y vitaminas.

Retroalimentación

Solo las vitaminas y minerales son micronutrientes, debido a la necesidad de ambos en pequeñas cantidades.

La respuesta correcta es: Vitaminas y minerales.

#### Pregunta 24

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

En las legumbres, el aminoácido limitante es :

Seleccione una:

- ☐ a. Lisina.
- ☐ b. Arginina.
- ☒ c. Metionina. ✓
- ☐ d. Taurina.

Retroalimentación

Es la metionina ya que no se encuentra presente.

La respuesta correcta es: Metionina.

#### Pregunta 25

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Los alimentos plásticos:

Seleccione una:

- ☐ a. Se caracterizan por ser los más ricos en vitaminas.
- ☒ b. Son ricos en proteínas y minerales. ✓
- ☐ c. Este grupo lo forman las verduras y hortalizas entre otros.
- ☐ d. Su función es de regular las funciones metabólicas del organismo.

Retroalimentación

Son los alimentos proteicos de origen animal y vegetal, ricos en minerales, y se consideran de función estructural, no reguladora. Las vitaminas prevalecen en el grupo de los reguladores (frutas, verduras y hortalizas).

La respuesta correcta es: Son ricos en proteínas y minerales.

**Pregunta 26**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

La alimentación es un acto:

Seleccione una:

- ☒ a. Voluntario. ✓
- ☐ b. Involuntario.
- ☐ c. Accidental.
- ☐ d. Natural.

Retroalimentación

La alimentación es un acto voluntario porque es el acto de introducir alimentos en el organismo de una manera consciente.

La respuesta correcta es: Voluntario.

**Pregunta 27**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Los productos finales obtenidos tras el proceso de glucólisis son:

Seleccione una:

- ☐ a. 32 moléculas de ATP y agua.
- ☒ b. 32 moléculas de ATP, agua y CO<sub>2</sub> ✓
- ☐ c. 36 moléculas de ATP, agua y CO<sub>2</sub>
- ☐ d. 2 moléculas de ATP, agua y CO<sub>2</sub>

Retroalimentación

En el final de la glucólisis, los productos obtenidos serán energía en forma de 32 moléculas de ATP junto a CO<sub>2</sub> y agua, puesto que es una reacción catabólica exergónica.

La respuesta correcta es: 32 moléculas de ATP, agua y CO<sub>2</sub>

**Pregunta 28**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

El agua es:

Seleccione una:

- ☐ a. Un líquido como otros.
- ☒ b. Un nutriente. ✓
- ☐ c. Fuente de sales.
- ☐ d. Necesaria para poder comer.

Retroalimentación

El agua es considerado un nutriente más con unas características especiales.

La respuesta correcta es: Un nutriente.

**Pregunta 29**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Son macronutrientes:

Seleccione una:

- ☒ a. Proteínas, carbohidratos, lípidos. ✓
- ☐ b. Proteínas, carnes, legumbres.
- ☐ c. Vitaminas y minerales.
- ☐ d. Grasas, azúcar y vitaminas.

Retroalimentación

Son macronutrientes: carbohidratos, lípidos o grasas y proteínas, necesarios en grandes cantidades diariamente.

La respuesta correcta es: Proteínas, carbohidratos, lípidos.

**Pregunta 30**

Correcta

Puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Texto de la pregunta

Respecto a la motilidad gástrica:

Seleccione una:

- ☐ a. Motilina, gastrina y GIP aumentan la motilidad.
- ☐ b. Gastrina y motilina inhiben la motilidad y secretina, GIP y CCK la aumentan.
- ☐ c. Motilina, gastrina y CCK aumentan la motilidad y GIP y secretina la inhiben.
- ☒ d. La secretina, CCK y el GIP inhiben la motilidad mientras que gastrina y motilina la aumentan. ✓

Retroalimentación

Las hormonas gastrina y motilina ayudan a la motilidad gástrica en el proceso de digestión para que continúe y pasen al intestino los nutrientes, mientras que la GIP, CCK y la secretina la inhiben para reducir la tasa de vaciamiento gástrico.

La respuesta correcta es: La secretina, CCK y el GIP inhiben la motilidad mientras que gastrina y motilina la aumentan.

[Finalizar revisión](#)