

[Evaluación final del curso](#)

Comenzado el	sábado, 22 de abril de 2023, 16:03
Estado	Finalizado
Finalizado en	sábado, 22 de abril de 2023, 16:11
Tiempo empleado	7 minutos 22 segundos
Puntos	20,00/20,00
Calificación	10,00 de 10,00 (100%)
Comentario -	<p>¡Excelente!, ha obtenido la máxima calificación posible.</p> <p>Muchas felicidades</p>

Pregunta

1

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Qué método NO puede usarse para consultar a los trabajadores y recoger datos?

- a. Cuestionarios precodificados.
- b. Grupos de discusión.
- c. Entrevistas.
- d. Folletos publicitarios. ✓

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:
Folletos publicitarios.

Pregunta

2

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cuál NO es una de las propuestas de la guía de buenas prácticas para vivir con menos estrés?

- a. Tener tiempo para el ocio.
- b. Aprender a ser asertivo.
- c. Tener una actitud de evitar afrontar los problemas. ✓
- d. Tomar decisiones.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Tener una actitud de evitar afrontar los problemas.

Pregunta

3

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Qué trastornos NO genera la exposición prolongada a estresores?

- a. Ginecológicos.
- b. Psicológicos.
- c. Neurológicos.
- d. Del habla. ✓

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Del habla.

Pregunta

4

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cuál es una de las técnicas conductuales para prevención del estrés según el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene?

- a. Técnicas de relajación física.
- b. Técnicas de control de respiración.
- c. Técnicas de relajación mental.
- d. Entrenamiento asertivo. ✓

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:
Entrenamiento asertivo.

Pregunta

5

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cuál NO es un grupo de técnicas según el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene para prevención del estrés?

- a. Cognitivas.
- b. Fisiológicas.
- c. Conductuales.
- d. Sociales. ✓

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:
Sociales.

Pregunta

6

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Qué cuestionario se usa para medir el burnout?

- a. Maslach Burnout Inventory. ✓
- b. STAI.
- c. HADS.
- d. GHQ.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Maslach Burnout Inventory.

Pregunta

7

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cuál es una directiva europea sobre promoción de seguridad y salud en el trabajo?

- a. Directiva 89/391 de 12 de junio de 1989. ✓
- b. Directiva 89/391 de 12 de junio de 2019.
- c. Directiva 99/391 de 12 de junio de 1989.
- d. Directiva 99/391 de 12 de junio de 2019.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Directiva 89/391 de 12 de junio de 1989.

Pregunta

8

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Qué aspectos incluye un programa de formación sobre prevención del estrés?

- a. Creencias comunes sobre el estrés.
- b. Fuentes de estrés.
- c. Métodos de afrontamiento.
- d. Todas son correctas. ✓

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:
Todas son correctas.

Pregunta

9

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cómo se llama el programa de evaluación de riesgos psicosociales del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo?

- a. FPSICO. ✓
- b. CISCO.
- c. MBI.
- d. SES.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:
FPSICO.

Pregunta

10

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cuál no es un síntoma individual que puede aparecer como consecuencia del estrés?

- a. Edema. ✓
- b. Ansiedad.
- c. Depresión.
- d. Irritabilidad.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:
Edema.

Pregunta

11

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Qué ocurrió con la prevalencia de estrés en las enfermeras durante la pandemia?

- a. Se redujo.
- b. Aumentó la prevalencia. ✓
- c. Se mantuvo el nivel.
- d. Subió al 100%.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:
Aumentó la prevalencia.

Pregunta

12

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cuál es una fase para identificación del riesgo según Megías-Lizancos y Castro-Molina?

- a. Identificar riesgos y personas en riesgo. ✓
- b. Valorar la personalidad del trabajador.
- c. Tomar decisiones sobre los salarios.
- d. Supervisar las nuevas contrataciones.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Identificar riesgos y personas en riesgo.

Pregunta

13

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Qué medida organizativa se puede utilizar para prevenir el estrés?

- a. Diseño adecuado de los puestos de trabajo. ✓
- b. Organización de la alimentación laboral.
- c. Definición de las personas.
- d. Política que no valore las necesidades.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Diseño adecuado de los puestos de trabajo.

Pregunta

14

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cuál NO es un factor relacionado con el estrés de las enfermeras?

- a. Turnicidad.
- b. Sobrecarga laboral.
- c. Falta de apoyo social.
- d. Tecnología disponible en el puesto de trabajo. ✓

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Tecnología disponible en el puesto de trabajo.

Pregunta

15

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Qué es “una tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos”?

- a. Ansiedad.
- b. Depresión.
- c. Estrés. ✓
- d. Insomnio.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Estrés.

Pregunta

16

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cuál es una de las fases para analizar las condiciones de trabajo como factores de riesgo psicosocial?

- a. Identificación de factores de riesgo. ✓
- b. Elección de los resultados.
- c. Análisis de la planificación.
- d. Elaborar las técnicas de investigación.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Identificación de factores de riesgo.

Pregunta

17

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿En qué otra enfermedad o síndrome relacionado con el trabajo puede desembocar el estrés crónico?

- a. Esquizofrenia.
- b. Burnout o síndrome del quemado. ✓
- c. Diabetes.
- d. Ninguna de las anteriores.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Burnout o síndrome del quemado.

Pregunta

18

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Qué modelo de estrés proponen Karasek y Johnson?

- a. Demanda-control-apoyo social ✓
- b. Demanda-control-sobrecarga.
- c. Apoyo social-sobrecarga.
- d. Liderazgo-demanda-control.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Demanda-control-apoyo social

Pregunta

19

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cuál es una de las técnicas generales para prevención del estrés según el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene?

- a. Distracción y buen humor. ✓
- b. Reorganización cognitiva.
- c. Cambio de pensamientos automáticos.
- d. Detención del pensamiento.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Distracción y buen humor.

Pregunta

20

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

¿Cuál NO es una escala para valorar el estrés o su afrontamiento?

- a. Escala de estrés para enfermeras.
- b. Cuestionario de afrontamiento del estrés.
- c. Escala de estrés percibido.
- d. Escala de amenazas percibidas. ✓

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Escala de amenazas percibidas.

Actividad previa

← Tema único

Ir a...

Siguiente actividad

Encuesta de satisfacción del alumnado al finalizar la formación →

Fundación para el Desarrollo de la Enfermería

 <https://www.fuden.es>

[Cambiar al tema estándar](#)