

Finalizar revisión

**Comenzado el** martes, 9 de mayo de 2017, 16:12

**Completado el** martes, 9 de mayo de 2017, 16:46

**Tiempo empleado** 33 minutos 34 segundos

**Calificación** 13 de un máximo de 16 (81%)

#### Question 1

Puntos: 1

En la alimentación del lactante en el primer año de vida, se puede diferenciar:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Un periodo de alimentación de lactancia exclusiva: en la que prevalece y se fomenta la lactancia materna, sin considerar fórmulas de inicio para lactantes.
- ☒ b. Dos periodos uno de lactancia exclusiva y otro de transición en la que se inicia la introducción de la alimentación complementaria con alimentos diferentes a la leche materna o de fórmula.
- ☐ c. Tres periodos lactancia materna el primer trimestre, lactancia artificial hasta los 6 meses y luego alimentación complementaria
- ☐ d. Ninguna es correcta.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

#### Question 2

Puntos: 1

Cuál de estas afirmaciones es verdadera:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. El cuerpo de la mujer embarazada se modifica desde el inicio de la concepción para adaptarse a las necesidades del feto, al momento del parto, y posteriormente a la lactancia.
- ☐ b. La dieta de la madre es importante desde antes de la concepción ya que déficits en este periodo pueden condicionar la aparición de malformaciones y alteraciones durante el embarazo.
- ☐ c. El desarrollo y crecimiento fetal depende del adecuado funcionamiento y equilibrio entre la madre, la placenta y el feto.
- ☒ d. Todas las anteriores.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

### Question 3

Puntos: 1

De las siguientes afirmaciones respecto a la lactancia materna cuál es falsa:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. La leche materna es el alimento ideal durante los 6 primeros meses de vida.
- ☐ b. Contiene todos los nutrientes necesarios y adaptados a las características fisiológicas del lactante, para cubrir de forma completa su alimentación durante este período.
- ☐ c. El contenido de la leche materna de ácidos grasos poliinsaturados de cadena larga (LC-PUFAS) no depende de la ingesta materna.
- ☐ d. Mejora del metabolismo materno del calcio, ya que disminuye el riesgo de fracturas de cadera o columna durante la menopausia.
- ☒ e. Como personal sanitario debemos conocer los beneficios de la lactancia materna, ser conscientes y transmitir la importancia que tiene tanto para el lactante como para su madre, ya que cuanto más entusiastas somos en fomentar la lactancia materna exclusiva, mayor es la aceptación por parte de las mujeres, y cuando se instaura tiene una mayor duración.

Incorrecto

Puntos para este envío: 0/1.

### Question 4

Puntos: 1

Respecto a la actitud frente a los alimentos en los niños de 1 a 3 años de edad, cuál de las siguientes afirmaciones NO es correcta:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Es muy frecuente la "neofobia" entendida como una resistencia a probar nuevos alimentos.
- ☐ b. Las preferencias y aversiones de los niños por ciertas comidas se desarrollan en gran parte en este periodo de vida.
- ☐ c. Ante el rechazo a alimentos nuevos, no se recomienda ofrecerlo repetidas veces.
- ☒ d. A partir del segundo año de vida, la familia y el niño empiezan tener más protagonismo en el diseño de la dieta, no obstante, se debe asegurar una adecuada nutrición mediante una ingesta rica y variada.

Incorrecto

Puntos para este envío: 0/1.

### Question 5

Puntos: 1

De las siguientes afirmaciones cuál es falsa:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. En nuestro medio no se recomienda el uso de complejos multivitamínicos de forma generalizada.
- ☐ b. Debemos controlar de forma más estrecha a la población de riesgo en la que pudieran existir déficits de micronutrientes (gestantes con dieta de mala calidad, tasa de fertilidad elevada, embarazos muy seguidos, mujeres con aumento de necesidades, adolescentes, situaciones socio-culturales desfavorables).
- ☒ c. Durante el periodo de lactancia los requerimientos nutricionales y de líquidos no aumentan con respecto a los del embarazo.
- ☐ d. El estado nutricional de la madre, en los países desarrollados, influye poco en la composición de la leche, lo que si se modifica en estados de malnutrición es el volumen producido.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

Question 6

Puntos: 1

Con respecto a, beikost o introducción de alimentos en el lactante, cuál de las siguientes afirmaciones NO es correcta:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Los cereales con gluten se incorporarán en pequeñas cantidades y gradualmente, mejor mientras se continúa con lactancia materna y no antes de los 4 meses ni después de los 7 meses.
- ☒ b. Se aconseja la introducción de pescados en niños mayores de 1 año, comenzar por los menos grasos como merluza, gallo, lenguado y más tarde alrededor de los 18-24 meses iniciar pescado azul.
- ☐ c. Se recomienda la introducción de carnes a partir de los 6 meses, en pequeños aportes 15-20 g incorporadas al puré de verduras.
- ☐ d. Se pueden introducir el yogur natural y el queso fresco o semigraso alrededor de los 8 meses, junto con la merienda o como postre.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

Question 7

Puntos: 1

Con respecto al hierro cuál de las siguientes afirmaciones NO es correcta:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Durante la gestación, las necesidades de hierro se ven aumentadas, por lo que es necesario aumentar el consumo de hierro no-hemo presente en lentejas, espinacas, acelgas, etc.
- ☐ b. El hierro es un mineral importante para la formación de los glóbulos rojos y en el transporte de oxígeno a través de la sangre hacia los tejidos corporales.
- ☐ c. El feto necesita el hierro, no solo para la formación de células sanguíneas sino para asegurar el adecuado depósito hepático, que va a ser fundamental en los primeros meses de vida postnatal.
- ☒ d. El hierro de mejor absorción es la forma hemo, y se encuentra en carnes, pescados y huevos.

Incorrecto

Puntos para este envío: 0/1.

Question 8

Puntos: 1

Una alimentación saludable se caracteriza por:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Ser suficiente, equilibrada, variada, segura, adecuada al niño y a su entorno, y además debe ser sensorialmente satisfactoria, para fomentar la salud del niño, asegurar el crecimiento y desarrollo.
- ☐ b. Con un consumo mayoritario de alimentos de origen vegetal (frutas, hortalizas, legumbres, cereales, semillas, frutos secos, aceite de oliva), con bebidas vegetales y sustitutos veganos comerciales, evitando carnes, pescados y huevo.
- ☐ c. Caracterizada por contener alimentos de origen vegetal (frutas, hortalizas, legumbres, cereales, semillas, frutos secos, aceite de oliva), además de un adecuado aporte de lácteos, carnes, pescados y huevos en raciones adecuadas para la edad.
- ☒ d. Son correctas a y c.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

Question 9

Puntos: 1

Cuál de estas afirmaciones es verdadera:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Los requerimientos durante la primera infancia están aumentados con respecto al resto, lo que hace que el niño sea más vulnerable a los déficits de nutrientes.
- ☐ b. Una adecuada alimentación depende del correcto desarrollo y trabajo coordinado del aparato gastrointestinal, sistema urinario, sistema inmunitario y sistema nervioso.
- ☐ c. A partir del 4º-5º mes de vida la ingesta de sólidos es posible debido a la aparición de los movimientos de extrusión de la lengua.
- ☒ d. La a y la b son verdaderas.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

Question 10

Puntos: 1

Las recomendaciones alimentarias durante el embarazo van dirigidas a:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Cubrir solo las necesidades de la madre adolescente, ya que el embarazo en una gestante adulta, no requiere un gasto calórico adicional.
- ☐ b. Cubrir las necesidades de las gestantes y las demandas del crecimiento del feto.
- ☐ c. Preparar a la madre para la futura lactancia materna.
- ☒ d. Son correctas b y c.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

Question 11

Puntos: 1

Un menú equilibrado debe contener mayoritariamente:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Verduras y hortalizas de temporada en el primer plato o como guarnición de la comida principal.
- ☐ b. Legumbres y cereales como arroz, pasta, alternar con cereales integrales
- ☐ c. Aporte de carne, pescados o huevo en raciones adecuadas a la edad
- ☒ d. Todas son correctas.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

Question 12

Puntos: 1

La alimentación complementaria guiada por el bebé (baby-led weaning) se basa en que:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. El propio lactante es quien se alimenta, llevándose la comida a la boca en lugar de ser alimentado con una cuchara por un adulto.
- ☐ b. El lactante se incorpora pronto a la comida familiar y en general, mantiene la lactancia materna.
- ☐ c. El lactante es alimentado con triturados y chafados desde los 8 meses.
- ☒ d. Son correctas a y b.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

#### Question 13

Puntos: 1

Dentro de las características del calostro podemos considerar:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Un alto contenido en inmunoglobulinas, sobre todo IgA, lactoferrina, linfocitos, macrófagos, y otros agentes antimicrobianos.
- ☐ b. Más proteínas (proporción proteínas suero/caseína 80/20), ácido siálico, vitaminas liposolubles E, A, K, carotenos, y minerales que la leche madura
- ☐ c. Menos contenido energético, lípidos (aunque posee más colesterol), glucosa, urea, vitaminas hidrosolubles, PTH y nucleótidos.
- ☒ d. Todas son correctas.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

#### Question 14

Puntos: 1

La energía suplementaria durante el embarazo en los últimos meses está calculada en función de diversos factores:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Formación y mantenimiento de tejidos maternos, crecimiento del feto y de la placenta.
- ☐ b. Formación y mantenimiento del tejido adiposo, el cual es conveniente para asegurar que el tamaño del recién nacido sea óptimo para su mejor condición física.

- ☒ c. Son correctas a y b.
- ☐ d. Ninguna es correcta.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

#### Question 15

Puntos: 1

En la alimentación del niño de 6 a 12 meses:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. No existe un calendario estático para la introducción de la alimentación complementaria del bebé, pero es importante seguir las indicaciones del profesional sanitario.
- ☐ b. La leche continuará siendo la principal fuente de energía, ya sea con lactancia materna o artificial
- ☐ c. No es necesario añadir sal a los triturados ni azúcar a las papillas, yogures, purés de fruta etc. Durante el primer año de vida se evitará la miel.
- ☒ d. Todas son correctas.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

#### Question 16

Puntos: 1

Las fórmulas anticólicos y confort se caracterizan por presentar en su composición nutricional:

Seleccione una respuesta.

- ☐ a. Las proteínas totalmente hidrolizadas y las grasas están reducidas al 10% para favorecer la digestión.
- ☐ b. La proporción de lactosa es menor y es sustituida por péptidos con suficiente cantidad de fructo-oligosacáridos para conseguir efecto prebiótico.
- ☒ c. Las proteínas están parcialmente hidrolizadas, contienen menor cantidad de lactosa que es sustituida por malto dextrinas, además de agregado de fructo-oligosacáridos para conseguir un efecto prebiótico.
- ☐ d. Contienen dextrinomaltosa o polímeros de glucosa como hidrato de carbono, y el resto de la composición es similar a una fórmula adaptada.

Correcto

Puntos para este envío: 1/1.

Finalizar revisión

<div>  </div>

Usted se ha autenticado como JUAN CARLOS GARCÍA VAREA ([Salir](#))

MILDÍAS

- [Validate HTML](#)
- [Section 508 Check](#)
- [WCAG 1 \(2,3\) Check](#)