



☎ Teléfono: +34 983 377 999 ✉ Correo electrónico: dptosoporte@fecyl.com

Página Principal ► Mis cursos ► Nuevos alimentos_ABRIL 2019 ► Prueba de Evaluación ► Evaluación del Curso

Comenzado el domingo, 21 de abril de 2019, 12:16

Estado Finalizado

Finalizado en domingo, 21 de abril de 2019, 12:38

Tiempo empleado 22 minutos 42 segundos

Puntos 40,0/40,0

Calificación 10,0 de 10,0 (100%)

Comentario - Perfecto, evaluación superada

Pregunta **1**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre
1,0

¿Cuáles son las principales fuentes alimentarias de las flavanonas?

Seleccione una:

- ☒ a. Frutas cítricas y sus jugos. ✓
- ☐ b. Vino tinto.
- ☐ c. Té negro.
- ☐ d. Soja.

La respuesta correcta es: Frutas cítricas y sus jugos.

Pregunta **2**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué es un complemento alimenticio?

Seleccione una:

- ☐ a. Un producto sanitario.
- ☐ b. Un medicamento.
- ☒ c. Un producto alimenticio. ✓
- ☐ d. A y B son correctas.

La respuesta correcta es: Un producto alimenticio.

Pregunta **3**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué es la lecitina?

Seleccione una:

- ☐ a. Un hongo microscópico unicelular.
- ☐ b. Parte interna de la semilla.
- ☒ c. Compuesto lipídico. ✓
- ☐ d. Una planta herbácea.

La respuesta correcta es: Compuesto lipídico.

Pregunta **4**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Cuáles son las principales fuentes alimentarias de las flavanonas?

Seleccione una:

- ☒ a. Frutas cítricas y sus jugos. ✓
- ☐ b. Vino tinto.
- ☐ c. Té negro.
- ☐ d. Soja.

La respuesta correcta es: Frutas cítricas y sus jugos.

Pregunta **5**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre
1,0

¿Qué cereales no deben contener los alimentos sin gluten?

Seleccione una:

- ☐ a. Trigo, cebada y sus derivados.
- ☐ b. Trigo, avena y sus derivados.
- ☐ c. Trigo, centeno y sus derivados.
- ☒ d. Todas las respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las respuestas son correctas.

Pregunta **6**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre
1,0

¿Dónde se compran los complementos alimenticios?

Seleccione una:

- ☐ a. En farmacias.
- ☐ b. En tiendas de dietética.
- ☐ c. En grandes superficies comerciales.
- ☒ d. Todas las respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las respuestas son correctas.

Pregunta **7**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre
1,0

¿Qué porcentaje de agua tiene la jalea real en su composición?

Seleccione una:

- ☒ a. 60% ✓
- ☐ b. 40%
- ☐ c. 80%
- ☐ d. 90%

La respuesta correcta es: 60%

Pregunta **8**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

La vitamina E: (señale la respuesta falsa)

Seleccione una:

- ☒ a. Es una sustancia hidrosoluble. ✓
- ☐ b. También llamada α -tocoferol.
- ☐ c. Es un potente antioxidante.
- ☐ d. Es una sustancia liposoluble.

La respuesta correcta es: Es una sustancia hidrosoluble.

Pregunta **9**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Cómo actúa la luteína?

Seleccione una:

- ☐ a. Como probiótico.
- ☐ b. Como prebiótico.
- ☒ c. Como antioxidante. ✓
- ☐ d. Como simbiótico.

La respuesta correcta es: Como antioxidante.

Pregunta **10**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

Característica de un alimento para ser considerado funcional:

Seleccione una:

- ☐ a. Que se demuestre científicamente que aporta un beneficio para el organismo.
- ☐ b. Apropiado para mejorar el estado de salud y bienestar y reducir el riesgo de enfermedad.
- ☐ c. Debe mantener sus efectos nutritivos intrínsecos y formar parte de una dieta normal.
- ☒ d. Todas las respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las respuestas son correctas.

Pregunta **11**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué actividades biológicas de los prebióticos destacan en el organismo?

Seleccione una:

- ☐ a. Cambios en la composición de la flora fecal.
- ☐ b. Efectos laxantes.
- ☒ c. A y B son respuestas correctas. ✓
- ☐ d. Mantiene los lípidos séricos.

La respuesta correcta es: A y B son respuestas correctas.

Pregunta **12**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué alimento contiene más esteroles vegetales (mg/100g porción comestible)?

Seleccione una:

- ☒ a. Aceite de maíz. ✓
- ☐ b. Aceite de oliva.
- ☐ c. Aceite de palma.
- ☐ d. Aceite de girasol.

La respuesta correcta es: Aceite de maíz.

Pregunta **13**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué tipos de fibra alimentaria existen?

Seleccione una:

- ☐ a. Fibra mixta.
- ☐ b. Fibra soluble.
- ☐ c. Fibra insoluble.
- ☒ d. B y C son respuestas correctas. ✓

La respuesta correcta es: B y C son respuestas correctas.

Pregunta **14**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

Entre los síntomas más frecuentes de la enfermedad celiaca, se encuentran: (señale la respuesta incorrecta)

Seleccione una:

- ☐ a. Pérdida de peso.
- ☐ b. Dolor abdominal.
- ☒ c. Aumento del apetito. ✓
- ☐ d. Diarreas.

La respuesta correcta es: Aumento del apetito.

Pregunta **15**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Cuáles son los mecanismos por el que el consumo de fibra mejora el estreñimiento?

Seleccione una:

- ☐ a. Aumenta el peristaltismo facilitando el tránsito intestinal.
- ☐ b. Aumenta el peso facilitando el reflejo defecatorio.
- ☐ c. Ablanda las heces facilitando el reflejo defecatorio.
- ☒ d. Todas las respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las respuestas son correctas.

Pregunta **16**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué alimento contiene más vitamina C? (señale la respuesta falsa)

Seleccione una:

- ☐ a. Perejil.
- ☒ b. Vino. ✓
- ☐ c. Pimiento.
- ☐ d. Papaya.

La respuesta correcta es: Vino.

Pregunta **17**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

Alimentos funcionales modificados: (señale la respuesta falsa)

Seleccione una:

- ☐ a. Leche rica en calcio.
- ☒ b. Brócoli con aceite de oliva. ✓
- ☐ c. Huevos con omega 3.
- ☐ d. Cereales ricos en ácido fólico.

La respuesta correcta es: Brócoli con aceite de oliva.

Pregunta **18**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

Dentro de las vitaminas, cual se podrá utilizarse en la fabricación de los complementos alimenticios:

Seleccione una:

- ☐ a. Vitamina K.
- ☐ b. Biotina.
- ☐ c. Niacina.
- ☒ d. Todas son respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas son respuestas son correctas.

Pregunta **19**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

Entre las propiedades de la jalea real no figura:

Seleccione una:

- ☐ a. Estimula las defensas naturales del organismo.
- ☒ b. Propiedad cicatrizante. ✓
- ☐ c. Propiedad antiséptica y bactericida.
- ☐ d. Aporta energía y reduce la sensación de fatiga.

La respuesta correcta es: Propiedad cicatrizante.

Pregunta **20**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué verdura contiene más cantidad de calcio?

Seleccione una:

- ☐ a. Puerro.
- ☒ b. Berro. ✓
- ☐ c. Espinacas.
- ☐ d. Lechuga.

La respuesta correcta es: Berro.

Pregunta **21**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

Según el Real Decreto 1487/2009, considera que las fuentes concentradas de nutrientes que pueden contener los complementos alimenticios son:

Seleccione una:

- ☐ a. Proteínas y enzimas.
- ☐ b. Ácidos grasos.
- ☒ c. Vitaminas y minerales. ✓
- ☐ d. Fibra.

La respuesta correcta es: Vitaminas y minerales.

Pregunta **22**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué alimentos contienen niveles altos de coenzima Q-10?

Seleccione una:

- ☐ a. Apio.
- ☐ b. Perejil.
- ☒ c. Carne de ternera. ✓
- ☐ d. Tomate natural.

La respuesta correcta es: Carne de ternera.

Pregunta **23**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué son los alimentos funcionales?

Seleccione una:

- ☐ a. Alimentos que ejercen un papel preventivo.
- ☐ b. Alimentos que se ha demostrado científicamente que aportan un beneficio al organismo.
- ☐ c. Alimentos nuevos en el mercado.
- ☒ d. A y B son correctas. ✓

La respuesta correcta es: A y B son correctas.

Pregunta **24**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué beneficio para la salud tiene el Lactobacillus acidophilus La5?

Seleccione una:

- ☒ a. Reduce diarrea asociada a antibióticos. ✓
- ☐ b. Acorta la diarrea causada por rotavirus.
- ☐ c. Alivia el síndrome del intestino irritable.
- ☐ d. Reduce la incidencia de la diarrea del viajero.

La respuesta correcta es: Reduce diarrea asociada a antibióticos.

Pregunta **25**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

Son ácidos grasos omega-3: (señale la respuesta falsa)

Seleccione una:

- ☐ a. Ácido alfa-linolénico.
- ☐ b. Ácido eicosapentaenoico.
- ☒ c. Ácido oleico. ✓
- ☐ d. Ácido docosahexaenoico.

La respuesta correcta es: Ácido oleico.

Pregunta **26**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué compuesto bioactivo tiene el vino tinto?

Seleccione una:

- ☐ a. Polifenol.
- ☐ b. Hidroxitirosol.
- ☒ c. Resveratrol. ✓
- ☐ d. Zeaxantina.

La respuesta correcta es: Resveratrol.

Pregunta **27**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué propiedades tienen el ácido oleico?

Seleccione una:

- ☐ a. ↑ HDL.
- ☐ b. ↓ LDL.
- ☒ c. A y B son correctas. ✓
- ☐ d. Efecto antihistamínico.

La respuesta correcta es: A y B son correctas.

Pregunta **28**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

Dentro de las propiedades del polen estarían:

Seleccione una:

- ☐ a. Aumentar la actividad enzimática.
- ☐ b. Reduce la sensación de fatiga.
- ☐ c. Aumenta el apetito.
- ☒ d. Todas las respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las respuestas son correctas.

Pregunta **29**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

La leche materna se considera:

Seleccione una:

- ☐ a. Probiótico (Bacterias lácticas).
- ☐ b. Prebiótico (Fructoligosacáridos).
- ☒ c. Simbiótico. ✓
- ☐ d. No se considera alimento funcional.

La respuesta correcta es: Simbiótico.

Pregunta **30**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué preparado está destinado para cubrir las necesidades nutricionales de un bebé sano hasta los 4- 6 meses?

Seleccione una:

- ☐ a. Preparado de continuación.
- ☐ b. Preparado especial.
- ☒ c. Leche de inicio. ✓
- ☐ d. Papilla de cereales con gluten.

La respuesta correcta es: Leche de inicio.

Pregunta **31**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué posibles efectos para la salud pueden aportar el comer cereales enriquecidos con hierro y fibra?

Seleccione una:

- ☐ a. Mejoran la calidad de la microfibras intestinal.
- ☐ b. Facilitan el transporte de oxígeno en la sangre.
- ☐ c. Ayuda a reducir el riesgo de cáncer de colon.
- ☒ d. Todas respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas respuestas son correctas.

Pregunta **32**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

Los compuestos antioxidantes que se introducen en el organismo a través de la dieta pueden ser:

Seleccione una:

- ☐ a. Vitaminas antioxidantes.
- ☐ b. Carotenoides (luteína y licopeno).
- ☐ c. Polifenoles (flavonoides).
- ☒ d. Todas respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas respuestas son correctas.

Pregunta **33**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Cuál de estos alimentos funcionales es natural?

Seleccione una:

- ☐ a. Tomate y brócoli.
- ☐ b. Ajo y pescado.
- ☐ c. Zanahoria y salmón.
- ☒ d. Todas las respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las respuestas son correctas.

Pregunta **34**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Cuándo está indicada la jalea real? (señale la respuesta falsa)

Seleccione una:

- ☐ a. Trastornos de memoria.
- ☐ b. Épocas de estrés.
- ☒ c. Solo está indicado para personas sanas. ✓
- ☐ d. Anemia.

La respuesta correcta es: Solo está indicado para personas sanas.

Pregunta **35**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre
1,0

¿Qué beneficios para la salud aportan los simbióticos?

Seleccione una:

- ☐ a. Fortalece el sistema inmune.
- ☐ b. Adecuados para tratar la diarrea crónica.
- ☐ c. A y B son respuestas falsas.
- ☒ d. A y B son respuestas verdaderas. ✓

La respuesta correcta es: A y B son respuestas verdaderas.

Pregunta **36**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre
1,0

Dentro de los minerales cual no se podrá utilizar en la fabricación de los complementos alimenticios:

Seleccione una:

- ☐ a. Azufre.
- ☐ b. Cobalto.
- ☒ c. A y B son correctas. ✓
- ☐ d. Molibdeno.

La respuesta correcta es: A y B son correctas.

Pregunta **37**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre
1,0

¿Qué porcentaje de proteínas tiene el polen en su composición?

Seleccione una:

- ☐ a. 63%
- ☒ b. 18% ✓
- ☐ c. 7%
- ☐ d. 30%

La respuesta correcta es: 18%

Pregunta **38**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Por qué a un celiaco no se le recomienda consumir productos a granel o elaborados artesanalmente?

Seleccione una:

- ☒ a. Porque puede producir contaminación cruzada. ✓
- ☐ b. Porque puede producir contaminación ambiental.
- ☐ c. Porque puede producir contaminación directa.
- ☐ d. Porque puede producir contaminación biológica.

La respuesta correcta es: Porque puede producir contaminación cruzada.

Pregunta **39**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué tipo de grasa son los ácidos grasos omega-9?

Seleccione una:

- ☐ a. Grasa poliinsaturada.
- ☐ b. Grasa saturada.
- ☐ c. Grasa trans.
- ☒ d. Todas las respuestas son falsas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las respuestas son falsas.

Pregunta **40**

Correcta

Puntúa 1,0 sobre 1,0

¿Qué es un alimento ecológico?

Seleccione una:

- ☐ a. Alimento producido de forma natural.
- ☐ b. Alimento no contiene ningún producto que perjudique la salud.
- ☐ c. Alimento que no ha sufrido alteración transgénica.
- ☒ d. Todas las respuestas son correctas. ✓

La respuesta correcta es: Todas las respuestas son correctas.



Fundación de Enfermería en Castilla y León
Organización Colegial de Enfermería de Castilla y León

Info

Info Formacion on-line feCyL

WEB feCyL

WEB Consejo de Enfermería CyL

Secretaria Virtual feCyL

Soporte para el CapusVirtual

Soporte correo

Contacto

C/Alcalleres, 5 - 47001-Valladolid

☎Teléfono : +34 983 377 999

✉Correo electrónico: dptosoporte@fecyl.com

Todos los derechos reservados © 2017 - Fundación Enfermería en Castilla y León