

2019/05/27

KOD.: A216

DIETISTA

LEHEN ARIKETA.

BIGARREN PROBA

Denbora, gehienez: 100 minutu.

Galderak: 100.

EREDUA:	D
---------	----------

- Ez ireki esan arte.
- Markatu, erantzun orrian, egokitu zaizun eredia.
- Proba bukatzean, hartu orri hauek, erantzun-orriaren kopia horia eta jarraibideen orria.
- Gogoan izan:
 - Asmatuak: 1.00
 - Baliogabeak, bikoitzak edo zuriak: ez da punturik kenduko.
- Eredua marka jartzen ez baduzu, edo oker jartzen baduzu, proba baliogabetu egingo da.
- Ez da erantzun-orri berririk emango ariketaren azken 5 minutuetan.
- Bukatzen duzunean, altxa eskua, eta antolakuntzako baten batek jasoko dizu orri zuria.
- Ez da azterketarik jasoko, banaka, azken 3 minutuetan. Bukatu baduzu, geratu zure lekuan, isilik, denak batera bildu arte.

Eskerrik asko zure laguntzagatik

- 1) Giza Nutrizioko eta Dietetikako Diplomadunaren Profil Profesionalari buruzko Kotsentsu Biltzarraren arabera, "dietista-nutrizionista osasunaren arloko profesionala da, unibertsitate-titulua duena, elikadura, nutrizio eta dietetika aditutzat aitortua; gaitasuna dauka pertsonen edo taldeen elikaduran esku hartzeko, jarduera-eremu hauetatik:
 - a) ... nutrizioa osasunean zein gaixotasunean; ikerketa eta irakaskuntza; osasun publikoa, gobernuko erakundeetatik; elikaduraren alorreko enpresak, sukaldaritza kolektiboa".
 - b) ... nutrizioa osasunean zein gaixotasunean; aholku dietetikoa; ikerketa eta irakaskuntza; elikaduraren alorreko enpresak; sukaldaritza kolektiboa eta soziala".
 - c) ... nutrizioa osasunean zein gaixotasunean; aholku dietetikoa; ikerketa eta irakaskuntza; osasun publikoa, gobernuko erakundeetatik; elikaduraren alorreko enpresak, sukaldaritza kolektiboa eta soziala".
 - d) ... nutrizioa osasunean zein gaixotasunean; aholku dietetikoa; ikerketa eta irakaskuntza; osasun publikoa, gobernuko erakundeetatik; elikaduraren alorreko enpresak, sukaldaritza kolektiboa".
- 2) Dietista klinikoaren funtzio hauetatik, hiru espezifikoak dira, eta bat orokorra. Adieraz ezazu zein den orokorra.
 - a) Nutrizio-egoera ebaluatzeko dokumentuak diseinatzea.
 - b) Material eta azpiegitura erosketen kudeaketan esku hartzea.
 - c) Elikadura zerbitzuarekin batera, berezko dituen eskumenen koordinazioan parte hartzea, maila guztietan, elikadura eskaintzaren nutrizio eta gastronomia kalitatea bermatzearen.
 - d) Nutrizio-euskarrien modalitate ezberdinetan esku hartzea.
- 3) Dietistak sukaldaritza kolektiboaren alorrean dituen funtzio hauetatik, hiru espezifikoak dira, eta bat orokorra. Adieraz ezazu zein den orokorra.
 - a) Arriskuen eta kontrol kritikoko puntuen analisi (AKKPA) sistema bat landu, ezarri eta ebaluatzea.
 - b) Elikadurarekin zerikusia duten profesionalekin harremanetan egotea.
 - c) Elikadurarako aurrekontua lantzen parte hartzea.
 - d) Elikadura zerbitzua kudeatzea.
- 4) Giza Nutrizioko eta Dietetikako Diplomadunaren Profil Profesionalari buruzko Kotsentsu Biltzarraren arabera, dietistak ikerketa lanak egiten ditu alor hauetakoren batean:
 - a) Kudeaketa eta marketina.
 - b) Gizartea, kultura eta antropologia.
 - c) Osasun publikoa eta komunitatearen nutrizioa.
 - d) Guztiak zuzenak dira.
- 5) Nutrizionista-dietistaren jarduera profesionalaren printzipio etiko nagusietako bat errespetuarena da. Adieraz ezazu aukera hauen artean zein ez dagoen jasota aipatutako printzipioan:
 - a) Pribatutasuna.
 - b) Justizia.
 - c) Fidagarritasuna.
 - d) Banakotasuna.
- 6) Elikagaien nutrizio-propietateen eta propietate osasungarrien gaineko deklarazioei buruzko (CE) 1924/2006 erregelamenduaren arabera, hauxe da "agintaritza":
 - a) Osasun Ministerioa.
 - b) Elikagaien Segurtasuneko Europako Agintaritza.
 - c) Elikagaien Segurtasuneko Eusko Jaurlaritzako Agintaritza.
 - d) Bere eskumen-esparruan "agintaritza" legez aitortuta duena.

- 7) Elikagaien nutrizio-propietateen eta propietate osasungarrien gaineko deklarazioei buruzko (CE) 1924/2006 erregelamenduaren arabera, hauxe da "osasungarritasun-propietateen deklarazioa":
- Edozein deklarazio, baieztatzen, iradokitzen edo ulertarazten duena erlazio bat dagoela elikagai-kategoria baten, elikagai baten edo haren osagaietariko baten eta osasunaren artean.
 - Propietate osasungarrien gaineko edozein deklarazio, baieztatzen, iradokitzen edo ulertarazten duena elikagai-kategoria bat, elikagai bat edo haren osagaietariko bat kontsumitzeak nabarmen gutxitzen duela giza gaixotasun bat agertzeko arrisku-faktorea.
 - Edozein deklarazio, baieztatzen, iradokitzen edo ulertarazten duena elikagai jakin batek berariazko nutrizio-propietate onuragarriak dituela.
 - Edozein deklarazio, baieztatzen, iradokitzen edo ulertarazten duena elikagai jakin batek nutrienteez bestelako substantziak dituela, eta horiek eragin nutrizional edo fisiologikoa dutela.
- 8) Elikagaien nutrizio-propietateen eta propietate osasungarrien gaineko deklarazioei buruzko (CE) 1924/2006 erregelamenduaren arabera, ezin izango da propietate osasungarrien deklaraziorik agertu hau baino handiagoko graduazioa duten edarrietan, ezta nutrizio-deklaraziorik ere, alkohol edo energia edukia murriztearekin lotutakoak izan ezik:
- % 1eko alkohol-bolumena.
 - % 1,2ko alkohol-bolumena.
 - % 12ko alkohol-bolumena.
 - % 12,2ko alkohol-bolumena.
- 9) Bakarrik deklaratu ahalko da elikagai batek azukre eduki txikia duela, edo kontsumitzailearentzat esanahi bera izan lezakeen beste edozein deklarazio egin...
- ... produktuak 5 g azukre besterik ez badu 100 g-ko, solidoen kasuan, eta 2,5 g azukre 100 ml-ko, likidoen kasuan.
 - ... produktuak 6 g azukre besterik ez badu 100 g-ko, solidoen kasuan, eta 3,5 g azukre 100 ml-ko, likidoen kasuan.
 - ... produktuak 3 g azukre besterik ez badu 100 g-ko, solidoen kasuan, eta 1,5 g azukre 100 ml-ko, likidoen kasuan.
 - ... produktuak 5 g azukre besterik ez badu 100 g-ko, solidoen kasuan, eta 2 g azukre 100 ml-ko, likidoen kasuan.
- 10) Bakarrik deklaratu ahalko da elikagai batek zuntz eduki handia duela, edo kontsumitzailearentzat esanahi bera izan lezakeen beste edozein deklarazio egin...
- ... produktuak gutxienez 5 g zuntz badu 100 g-ko, edo 3 g zuntz 100 kcal-ko.
 - ... produktuak gutxienez 6 g zuntz badu 100 g-ko, edo 2,5 g zuntz 100 kcal-ko.
 - ... produktuak gutxienez 10 g zuntz badu 100 g-ko, edo 5 g zuntz 100 kcal-ko.
 - ... produktuak gutxienez 6 g zuntz badu 100 g-ko, edo 3 g zuntz 100 kcal-ko.
- 11) Elikagaien inguruko informazioak ez du gaizki-ulerturik sortuko...
- Elikagaiaren ezaugarriez eta, bereziki, alderdi hauetaz: izaera, identitatea, kalitateak, osaera, kantitatea, iraupena, jatorrizko herrialdea edo lekua, eta ekoizteko zein lortzeko modua.
 - Elikagaiak ezaugarri bereziak dituela iradokiz antzeko elikagai guztiek berez ezaugarri horiek berak dituztenean, eta zehazkiago, bereziki nabarmentzen denean osagai edo nutriente jakin batzuen presentzia edo absentzia.
 - Itxuraren, deskribapenaren edo irudien bidez iradokiz elikagai edo osagai jakin baten presentzia, hain zuzen ere elikagai horrek naturalki izan ohi duen edo hari jarri ohi zaion osagai bat beste osagai ezberdin batez ordeztu denean.
 - Guztiak zuzenak dira.

- 12) Ez da eskatuko elikagai hauek osagaien zerrenda eraman dezaten (adieraz ezazu erantzun OKERRA):
- Fruta eta barazki freskoak, patatak barne, zuritu edo moztu ez badira, edo antzeko beste tratamenduren bat jasan ez badute.
 - Ur karbonikoak, izendapenean ezaugarri hori ageri delarik.
 - Hartzidura bidezko ozpinak, oinarrizko produktu bakarretik ateratakoak badira eta beste osagairik gehitu ez bazaie.
 - Gazta, gurin, esne eta esnegain hartituak, beste osagairik gehitu ez bazaie horiek ekoizteko behar diren esnekiez, entzima alimentarioez eta mikroorganismo hazkuntzez gain, edo gazta freskoen kasuan, ekoizteko behar den gatzaz gain.
- 13) Elikagai hauek salbuetsita daude nutrizioari buruzko nahitaezko informazioa eramateko betekizunetik (adieraz ezazu erantzun OKERRA):
- Txikleak.
 - Ekoizleak azken kontsumitzaileari kopuru txikietan zuzenean saltzen dizkion elikagaiak, edo azken kontsumitzailea zuzenean hornitzen duten txikizkako tokiko establezimenduei saltzen dizkienak, era artisauan egindakoak barne.
 - Ontzietan bildutako elikagaiak, ontziaren alderik handiena 35 cm^2 -tik beherakoa bada.
 - Belar eta fruta infusioak, tea, te kafeinagabea edo disolbagarria, edo te-aterakina; instanteko tea edo disolbagarria, edo kafeinagabeen aterakina, gehitutako osagai bakarrak tearen nutrizio-balioa aldarazten ez duten aromak direnean.
- 14) Urdail-hustuketa mantsoagoa da adinekoengan. Azido klorhidrikoaren eta pepsinaren jariatzea txikiagoa da, eta horrek eragin negatiboa izan dezake elementu hauen xurgatze eta eskuragarritasunean:
- Folatoa.
 - B12 bitamina.
 - Kaltzioa, burdina eta zinka.
 - Guztiak zuzenak dira.
- 15) Adinekoen kasuan, egunean 15-20 g gari-zahi emanda eta hori hartzearen eraginak nabarmentzeko moduko egun kopurua igarota, motilitatea hobetzen da...
- Kasuen % 60an.
 - Kasuen % 50ean.
 - Kasuen % 45ean.
 - Kasuen % 40an.
- 16) Kalkuluen arabera, 65 urtetik aurrera...
- Muskulu-masak % 40ko galerak izan ditzake; gibelaren bolumenak, % 20koak, eta giltzurrun eta birika egiturek, % 10ekoak.
 - Muskulu-masak % 30eko galerak izan ditzake; gibelaren bolumenak, % 20koak, eta giltzurrun eta birika egiturek, % 15ekoak.
 - Muskulu-masak % 45eko galerak izan ditzake; gibelaren bolumenak, % 15ekoak, eta giltzurrun eta birika egiturek, % 10ekoak.
 - Muskulu-masak % 40ko galerak izan ditzake; gibelaren bolumenak, % 25ekoak, eta giltzurrun eta birika egiturek, % 15ekoak.
- 17) Zein bitamina da ezinbestekoa osteokaltzina haren forma aktibo bihur dadin?
- B12 bitamina.
 - K bitamina.
 - D bitamina
 - B2 bitamina.

- 18) Potasioa funtzio askotan dago inplikatur, esate baterako, estimulu neuromuskularren transmisioan eta miokardioaren uzkurdur. Adinekoen kasuan, eguneko beharrak hauen artekoak direla jotzen da:
- 1.000 – 1.200 mg
 - 1.200 – 1.400 mg
 - 1.400 – 1.600 mg
 - 1.600 – 2.000 mg
- 19) Adieraz ezazu erantzun ZUZENA.
- Lurreko populazio urtetsuenek jan-arina dute komunean (ez dituzte eguneko 2.000 kaloriak gaintzen, eta koipe saturatuen ekarpena txikia da), eta jarduera fisikoaren maila ona izan ohi dute.
 - Zahartze-prozesuak muskulu-masa aktiboaren eta erraien tamaina gutxitzen ditu, eta horrek energia-gastu basala eta jarduerako kaloria-kontsumoa murrizten.
 - Adinekoen % 40k baino gehiagok gehiegizko pisua, obesitatea, hipertentsio arteriala, diabetes mellitusa, hiperlipidemia eta hiperurizemia dituzte.
 - Guztiak zuzenak dira.
- 20) Adinekoengan... (adieraz ezazu erantzun OKERRA):
- eguneko A bitaminaren eskakizunak helduentzat ezarrita dagoena baino txikiagoak dira.
 - eguneko D bitaminaren eskakizunak helduentzat ezarrita dagoena baino handiagoak dira.
 - eguneko tiamina eskakizunak helduentzat ezarrita dagoena baino txikiagoak dira.
 - eguneko niagina eskakizunak helduentzat ezarrita dagoena baino txikiagoak dira.
- 21) Adinekoengan desnutrizioa eragin dezaketen arrisku-faktore nagusiak:
- Bakardadea, kultura maila baxua, instituzionalizazioa.
 - Ahoaren egoera txarra edo irensteko arazoak, gaixotasunak (EPOC, hipertiroidismoa, malabsortzioa, minbizia, artritis erreumatoidea...), alkohola, botikak.
 - Depresioa, alarguntza, narriadura kognitiboa.
 - Guztiak zuzenak dira.
- 22) Disfagiaren kausaren diagnostikoa historia kliniko onaren eta miaketa fisikoaren bidez egiten da, eta inoiz teknika diagnostiko espezifiko batzuen laguntzaz. Adieraz ezazu teknika hauetatik zein EZ den erabiltzen disfagia diagnostikatzeko:
- Endoskopia.
 - Bario igarotzearekiko erradiografia.
 - Laparoskopia.
 - Irenstearen bideofluoroskopia.
- 23) Iktus kasuetako nutrizioarekin lotutako gomendio hauetatik zein da OKERRA?
- Irenstearen ebaluazioa gomendatzen da, baina ez dago datu nahikorik enfoke terapeutiko espezifiko bat gomendatzeko (III. klasea, GPC).
 - Ahozko nutrizio osagarriak disfagiarik ez duten eta malnutrizioa duten iktus pazienteentzat gomendatzen dira bakarrik (II. klasea, B maila).
 - Iktusa duten eta irensteko arazoak dituzten gaixoei SNG bat goiz jartzea (12 ordutan) gomendatzen da (II. klasea, B maila).
 - Iktusa duten gaixoei lehen bi asteetan gastrokopiari ez jartzea gomendatzen da (II. klasea, B maila).
- 24) Dementzian elikadura-portaeraren nahasmenduak ebaluatzen dituen Blandford eskalaren arabera, jan beharrean gaixo bat janaria nahasten eta harekin jolasten aritzen denean, edo hizketan edo etengabe bokalizatzen, edo mahai-tresnak erabili beharrean atzamarrak erabiltzen dituen, zeren aurrean geundeke?
- Oposizio-portaerak.
 - Dispraxia orokorra.
 - Portaera selektiboak.
 - Disfagia orofaringea.

- 25) Medikazioak adinekoen nutrizio-egoeran duten eraginari dagokionez (adieraz ezazu erantzun OKERRA):
- Metforminak B1 bitaminaren malabsortzioa eragin dezake.
 - Tetraziklina eta fluorokinolona batzuek antiazido batzuen aluminioarekin elkarreagiten dute, baita botika horien beste katioi batzuekin ere, edo kaltzio, magnesio edo burdina ugariko elikagaiekin.
 - Behazun-bahitzaileek, esate baterako, kolestiraminak eta kolestipolak, bitamina lipodisolbagarrien malabsortzioa eragiten dute.
 - Fenitoinak erraz elkarreagiten du azido folikoarekin.
- 26) Honelako azterketetan, faktore jakin baten eraginaren pean egon ala ez egotearen arabera identifikatzen dira banakoak. Azterketa egiterakoan, banakoek ez dute aztertu nahi dugun gaixotasuna, eta denbora epe batez jarraipena egiten zaie, interesatzen zaigun fenomenoaren agerpen maiztasuna behatzeko. Behatze-aldia amaitu ondoren gaixotasunaren intzidentzia handiagoa bada eraginaren pean egondakoen taldean, ondorioztatu dezakegu lotura estatistikoa dagoela aldagaiaren eraginpean egotearen eta gaixotasunaren intzidentziaren artean. Adieraz ezazu zein azterketa motaz ari garen:
- Kasu/kontrolen azterketa.
 - Kohorteen azterketa.
 - Azterketa transbersala.
 - Saiakuntza klinikoa.
- 27) Zientzia argitalpen baten analisi kritikoari dagokionez, eta balizko alborapenen ebaluazioaren barruan, esaten badugu "ausazkotze ezegoki batengatik sortzen" dela, "taldeen artean ezberdintasunak eraginez", honetaz ari gara:
- Hautespen alborapena.
 - Esku-hartze alborapena.
 - Baztertze alborapena.
 - Hautemate alborapena.
- 28) Nutrizio-genomikaren printzipio hauetako bat OKERRA da. Adierazi zein.
- Dietaren osagaiek giza genomak egindako ekintza batzuek geneen espresioa edo egitura eraldatu dezakete, zuzenean edo zeharka.
 - Banako batzuek eta zirkunstantzia jakin batzuetan, dieta gaixotasun baten arrisku-faktorea izan daiteke.
 - Dietak erregulatutako gene batzuek (eta horien aldaera arruntek) paperen bat joka dezakete gaixotasun kronikoen hasiera, intzidentzia, progresio eta/edo larritasunean.
 - Dietak osasun-gaixotasun binomioan duen eragin gradua ez dago banakoen osaera genetikoaren mende.
- 29) Disgeusia duten gaixo onkologikoei egiten zaizkien gomendio dietetikoak direla eta, adieraz ezazu gomendio FALTSUA edo OKERRA:
- Jan itzazu arrain eta haragi zuriak, esaterako, oilaskoa edo indioilarra.
 - Erabil itzazu perrexila eta limoia ongailu gisa.
 - Erabil itzazu plastikozko mahai-tresnak.
 - Saihets itzazu usain gogorreko janariak: kafea, azalorea, zainzuriak, tipula...
- 30) Ondorengoetako bat duten gaixo onkologikoei gomendio dietetiko hauek egiten zaizkie: "aho higiegi egokia zaindu, ur ugariz eta aho-elixirrez garbituz; likidoak hartu maiz; ahoan zukuz egindako izotz-puskak urtu; janari lehor eta izpitsuak saihestu, eta saltsa edo salda pixka batez prestatutako janari bigunak jan".
- Disfagia.
 - Idorria.
 - Xerostomia.
 - Disgeusia.

- 31) Nutrizio egoera optimoa berreskuratzea lehentasunezko helburua da anorexia duten pazienteen tratamenduan. Hauek dira berehalako nutrizio helburuak (adieraz ezazu erantzun OKERRA):
- Elikadura jokabide arruntak berrezartzea.
 - Galdutako pisua berreskuratzea.
 - Pisua tailura egokitzea.
 - 2,5 mEq/l-tik beherako hipopotasemia mantentzea.
- 32) Mukositisia duten gaixoentzako aholkuak direla eta, adieraz ezazu erantzun OKERRA:
- Ahoa garbitu uretan urtutako eztiz edo ez kai, kamamila eta salbia infusioz, propietate antiseptiko eta lasaigarriak baitituzte.
 - Mukositisia mTOR inhibitzaileek eragindakoa bada, ahoa kortikoide soluzio batez garbitu, edo ez kai infusioaz.
 - Har itzazu janari bigunak eta leunak, ez azidoak, eta giro-tenperaturan edo hotz, inoiz ez bero.
 - Kopuru txikieta eta maiz jan.
- 33) Minbizia duen eta timioterapia tratamendua hartzen ari den gaixo bat, 3. graduko mukositisia duena, dietetikoki tratatu behar dugunean, hau duela jakingo dugu:
- Eritema, mukosa gorritua, minik gabe.
 - Ultzera zabalak, hortzoi edematosoak; likidoak irensten ditu; listu lodia; hitz egiteko zailtasuna; mina.
 - Ultzera ez oso zabalak; likidoak irensten ditu; min arina du.
 - Ultzera oso zabalak; hortzoi odoltsuak; ez du irensten; ez du listurik; min handia; euskarri enterala edo parenterala.
- 34) FODMAPak direla eta, adieraz ezazu erantzun OKERRA:
- FODMAP gutxiko dieta orekatua da: zerealak, frutak eta barazkiak barne hartzen ditu, zeinek kate luzeko karbohidrato gutxi baitute, eta horrela eguneroko eskakizunak betetzeko behar den bitamina eta mineral kopuruaren ekarpena ahalbidetzen baitute.
 - FODMAP gutxiko dietan baimenduta dago haragia, arraina eta arrautzak hartzea, murrizketarik gabe, baita laktosarik gabeko esnea eta esnearen deribatuak ere.
 - FODMAP akronimoak monosakarido, disakarido, oligosakarido eta poliol hartzigarriak aipatzen ditu; horien artean daude: fruktanoak eta inulina, galakto-oligosakaridoak, fruktosa, eta poliolak (manitol, sorbitol, xilitol, maltitol, besteak beste).
 - FODMAP gutxiko dietan horiek guztiz kentzeko fasea egitea gomendatzen da.
- 35) Elikagai hauen artean identifika ezazu FODMAP eduki handia duena:
- Ziazerba.
 - Kuiatxoa.
 - Porrua.
 - Leka.
- 36) Elikagai hauen artean identifika ezazu FODMAP eduki txikia duena:
- Hurra.
 - Almendra.
 - Pistatxoa.
 - Anakardoa.
- 37) Nutrizio enteraleko formula batean hau agertzen denean, zertaz ari gara?: "proteinak hidrolizatuta daude, peptido gisa edo aminoazido libre gisa".
- Dieta oligomeriko batez.
 - Dieta polimeriko batez.
 - Formula berezi batez.
 - Nutrizio osagarri batez.

38) Adieraz ezazu erantzun OKERRA:

- a) B2 bitamina (erriboflabina).
- b) B9 bitamina (niazina).
- c) B6 bitamina (piridoxal fosfatoa).
- d) B5 bitamina (azido pantotenikoa).

39) Dieta mediterranea deritzona "trilogia mediterraneoan" oinarritu da tradizionalki. Nekazaritza mediterraneoko oinarritzko zein hiru produktuk osatzen zuten?

- a) Gariak, olibondoak eta frutek.
- b) Olibondoak, mahatsondoak eta arrainak.
- c) Gariak, olibondoak eta mahatsondoak.
- d) Olibondoak, frutek eta arrainak.

40) Hainbat alergiatako antigorputz klasikoa da, hala nola belar onduaren sukarra, asma, ekzema eta elikagaiek eragindako anafilaxia, ahoko alergiaren sindromea eta berehalako hipersentiberatasun gastrointestinalerako erreakzioak. Zerikusia du berehalako alergia erreakzioekin:

- a) IgG
- b) IgE
- c) IgD
- d) IgM

41) "Elikagai eraldatu" gisa definitzen da:

- a) Ezagun den beste bat simulatzeko prestatu edo errotulaturako elikagaia, edo haren benetako osaera bat ez datorrenean deklaratu eta komertzialki iragarritakoarekin, edo kontsumitzailea okertzera eraman dezakeen beste edozein zirkunstantzia egokitzen denean.
- b) Lortu, prestatu, manipulatu, biltegitatu edo edukitzean, eta nahita eragindakoak ez diren arrazoiengatik, ezaugarri organoleptikoetan, osaera kimikoan edo balio nutritiboan eraldaketak izan dituen elikagai oro, halako moduan non elikatzeko gaitasuna baliogabetuta edo nabarmen gutxituta geratu baita, kaltegarria ez izan arren.
- c) Germen patogenoak, substantzia kimiko edo erradiaktiboak, toxinak edo parasitoak dituen elikagaia.
- d) Substantziaren bat erantsi edo kendu zaion elikagai oro, osaera, pisua edo bolumena aldatzearen, iruzurrezko helburuetarako, edo kalitate txikiagoak edo kalitate eraldatuak eragindako akatsen bat estali edo zuzentzeko asmoz.

42) Proteina baten balio biologikoa erabakitzen du:

- a) Nitrogeno ekarpena.
- b) Proteinaren digerigarritasuna.
- c) Nahitaezko aminoazidoen edukia eta organismoak asimilatzeko duen erraztasuna.
- d) Hidrogeno eta karbono kopurua.

43) Goloa honen gabeziari zor zaio:

- a) Kaltzioa.
- b) Fosforoa.
- c) Iodoa.
- d) Burdina.

44) Gaixo baten nutrizio-egoeraren balioespenari dagokionez eta, zehazki, desnutrizioaren sailkapen kualitatiboari dagokienez, ondoko aukeretako zein egokitzen zaio deskribapen honi?: "proteina ekarpena gutxitzeagatik edo eskakizunak handitzeagatik gertatzen da, infekzio larrietan, politraumatismoetan eta kirurgia handian. Gantzpanikulua babestuta dago, eta galera nagusia proteikoa da, bereziki erraietakoa".

- a) Marasmoa.
- b) Desnutrizio ezkutua.
- c) Kwashiorkor.
- d) Gabezia egoera.

- 45) Adieraz ezazu hauetako zein den guztizko gorputz-masa ebaluatzen duen adierazleetako bat:
- Pisu-tailu indizea (IPT).
 - Tolesdura subeskapularra (PSe).
 - Gorputz-masaren indizea (IMC).
 - Gerrialdearen zirkunferentzia (CC).
- 46) B12 bitamina jaki hauetan aurki daiteke:
- Lekaleak eta barazkiak.
 - Frutak eta patatak.
 - Arrautzak, erraiak, haragi gorriak eta esnekiak.
 - Zerealak eta ogia.
- 47) Harris-Benedict ekuazioak hau kalkulatzeko ahalbidetzen du:
- Tasa metaboliko basala.
 - Gantzik ez duen masa kopurua.
 - Gorputz-masaren indizea.
 - Elikagaietan dagoen nitrogeno kopurua.
- 48) Aminoazido hauetako zein jotzen da ezinbestekotzat?
- Zisteina.
 - Glutamina.
 - Lisina.
 - Serina.
- 49) Zuntz dietetiko mota hauetako zein da disolbaezina?
- Pektina.
 - Goma.
 - Zelulosa.
 - Muzilagoa.
- 50) Elikagai baten balio energetikoa kalkulatzeko, konbertsio-faktore batzuk baliatzen dira. Adieraz ezazu erantzun okerra:
- Gluzidoak (polialkoholak izan ezik): 4 kcal/g.
 - Proteinak: 4 kcal/g.
 - Lipidoak: 4 kcal/g.
 - Alkohola (etanola): 7 kcal/g.
- 51) Fruta eta barazkiek osatutako elikagai taldeak baditu ezaugarri komunak nutrizio osaerari dagokionez. Adierazi zein den zuzena:
- Zuntz begetala daukate.
 - Pobre samarrak dira bitamina hidrosolubleetan eta gatz mineraletan.
 - Gluzido sinpleak dauzkate.
 - A eta C zuzenak dira.
- 52) Elikagaien konposizio-taulek hau islatzen dute:
- Elikagaien testura.
 - Elikagaien higie-ne-kalitatea.
 - Elikagaien nutrizio-kalitatea.
 - A eta C zuzenak dira.

- 53) Zer da glukogenolisia, eta non gertatzen da?
- Glukogenoaren anabolismoa da, glukosa sorkuntzarekin, eta zirkulazio orokorrean gertatzen da.
 - Glukogenoaren degradazio edo katabolismoa da, glukosa sorkuntzarekin.
 - Gibelean eta giharretan gertatzen da.
 - B eta C zuzenak dira.
- 54) Higiene eta osasun baldintzei dagokienez, zein baieztapen dator bat gehigarrien erabilerari buruzko osasun irizpideekin?
- Kaltegabetasuna IDaren bitartez.
 - Eraginkorra.
 - Beharrezkoa elikagaiaren kalitatea mantendu edo handitzeko.
 - Guztiak zuzenak dira.
- 55) Botulismoa elikadura-intoxikazioa da, eta honi eragiten dio nagusiki:
- Digestio aparatuari baino ez.
 - Nerbio sistemari.
 - Arnas aparatuari.
 - Bihotz eta zirkulazio sistemari.
- 56) Substantzia hauetako zeinek eragiten du proteinetan?
- Antientzimek.
 - Taninoek.
 - Azido oxalikoak.
 - A eta B zuzenak dira.
- 57) Adieraz itzazu dieta progresiboen faseak:
- Dieta basala, digestio errazekoa, erdi-likidoa, likidoa eta biguna.
 - Dieta absolutua, likidoa, erdi-likidoa, biguna, digestio errazekoa eta basala.
 - Dieta likidoa, biguna eta basala.
 - Dieta absolutua, likidoa, erdi-likidoa eta digestio errazekoa.
- 58) Elikadurari buruzko galdeketak ahalbidetzen digu:
- Gaixoak egunean hartzen duen energia eta alkoholaren kontsumoa.
 - Desoreka kuantitatibo eta/edo kualitatiboak eta elikatzeko modua.
 - Bitaminen, gatz mineralen eta uraren ekarpena.
 - Guztiak zuzenak dira.
- 59) Hauetako zein lirateke dieta hipokalorikoen ondorio biologikoak giltzurruneko gutxiegitasun aurreratuan?
- Ahuleriarako joera.
 - Urearen eta kreatininaren gutxitzea.
 - Hiperpotasemia endogenoa.
 - A eta C zuzenak dira.
- 60) "Energia eskakizuna" premia hauek betetzeko behar dugun energia kopurua da:
- Tasa metaboliko basala.
 - Jarduera fisikoa.
 - Jarduera dinamiko espezifikoak.
 - Guztiak zuzenak dira.

61) Kolesterolaren funtzio fisiologikoak:

- a) Hormona esteroideoen aitzindaria.
- b) D bitaminaren aitzindaria.
- c) Zelula-mintzaren zatia izatea.
- d) Guztiak zuzenak dira.

62) Giltzurruneko gutxiegitasunean:

- a) Hartzen diren proteinen kopurua murriztu behar da.
- b) Proteinuria agertzen bada, gernuak galtzen dituen proteinak gehitu behar dira.
- c) Edemak agertuz gero, sodioa murriztu behar dugu.
- d) Guztiak zuzenak dira.

63) Anorexia mentalean:

- a) Dietak gantz-azido asean kopuru handia eskaini behar du, gaixoak ahalik eta denbora laburrenean berreskura dezan bere pisu ideala.
- b) Elikagaiek bolumen handia izan behar dute, sabela berriro distentsiora ohitu dadin.
- c) Elikagaiek beharrezko kilokaloriak izan behar dituzte, bolumen minimoenean.
- d) A eta B zuzenak dira.

64) Zenbat printzipio ditu arriskuen eta kontrol kritikoko puntuen analisi (AKKPA) sistemak?

- a) 7.
- b) 5.
- c) 15.
- d) 9.

65) *Codex Alimentarius*ak zenbait printzipiotan egituratzen du arriskuen eta kontrol kritikoko puntuen analisi (AKKPA) sistema. Adieraz ezazu zein den lehen printzipioa:

- a) Kontrol kritikoko puntuak zaintzeko sistema bat ezartzea.
- b) Arriskuen analisia egitea.
- c) Kontrol kritikoko puntuak zehaztea.
- d) Muga kritikoa(k) zehaztea.

66) Zerk eragiten du hidatosia?

- a) Onddo batek.
- b) Bakterio batek.
- c) Bizkarroi batek.
- d) Birus batek.

67) Zerk eragiten du toxoplasmosia?

- a) Onddo batek.
- b) Bakterio batek.
- c) Bizkarroi batek.
- d) Prioi batek.

68) Zerk eragiten du Creutzfeldt-Jakob-en gaixotasuna?

- a) Onddo batek.
- b) Bakterio batek.
- c) Bizkarroi batek.
- d) Prioi batek.

69) Zein motatako bakterioa da *Staphylococcus aureusa*?

- a) Aerobio Gram-negatiboa.
- b) Anaerobio Gram-negatiboa.
- c) Aerobio Gram-positiboa.
- d) Anaerobio Gram-positiboa.

70) *Clostridium* bakterio-generoa...

- a) Aerobio Gram-negatiboa da.
- b) Anaerobio Gram-negatiboa da.
- c) Aerobio Gram-positiboa da.
- d) Anaerobio Gram-positiboa da.

71) *Bacillus cereus* bakterioa...

- a) Aerobio Gram-negatiboa da.
- b) Anaerobio Gram-negatiboa da.
- c) Aerobio Gram-positiboa da.
- d) Anaerobio Gram-positiboa da.

72) Gram tindaketan, zein kolore hartzen dute bakterio Gram-positiboek?

- a) Morea.
- b) Gorria.
- c) Ez dira tindatzen.
- d) Horia.

73) Gehigarriak izendatzeko letra batek eta hiru zifrak osatutako kode bat erabiltzen da. Lehenengo zifra 2 bada, zein talderi buruz ari gara?

- a) Egonkortzaileak.
- b) Koloratzaileak.
- c) Antioxidatzaileak.
- d) Kontserbagarriak.

74) A kategoriako arrautzek kode batez markatuta egon behar dute. Lehen digituak oilo erruleak hazteko sistemari egiten dio erreferentzia. Digitua 2 bada, hazteko modu hau adierazten du:

- a) Lurrean egindakoa.
- b) Kaioletan egindakoa.
- c) Ekoizpen ekologikoa.
- d) Landakoa.

75) "Banaketa normalaren" ezaugarria:

- a) Kanpai forma du.
- b) Simetrikoa da.
- c) Batezbestekoa, moda eta mediana bat datoz.
- d) Denak dira banaketa normalaren ezaugarriak.

76) "Gaixo kopurua" aldagaia zein motakoa da?

- a) Ordinala.
- b) Jarraitua.
- c) Diskretua.
- d) Nominala.

77) Adieraz ezazu erantzun zuzena. Aldagai diskretu batez ari bagara:

- a) Baliteke batezbestekoaren balioa aldagaiaren balio posibleen multzokoa ez izatea.
- b) Batezbestekoaren balioa ez da aldagaiaren balio posibleen multzokoa.
- c) Batezbestekoaren balioak aldagaiaren balio posibleen multzokoa izan behar du.
- d) Erantzunetako bat ere ez da zuzena.

78) Datu-multzo batean gehien errepikatzen den balioa dela esaten dugunean, zertaz ari gara?

- a) Modaz.
- b) Medianaz.
- c) 50 pertzentilaz.
- d) 75 pertzentilaz.

79) Nolako neurria da odss ratio delakoa?

- a) Sakabanatze neurria.
- b) Elkarketa neurria.
- c) Zentralizatze neurria.
- d) Posizio neurria.

80) Bioestatistikaren alorrean, zeri deritzo "sentikortasuna"?

- a) Probak positibo emateko probabilitatea, baldin eta banakoa gaixo badago.
- b) Probak negatibo emateko probabilitatea, baldin eta banakoa gaixo ez badago.
- c) Probak negatibo emateko probabilitatea, baldin eta banakoa gaixo badago.
- d) Probak positibo emateko probabilitatea, baldin eta banakoa gaixo ez badago.

81) Adierazi protokolo hauetako zein ez dagoen Zaintza Epidemiologikoko Sare Nazionalaren barruan:

- a) Amorrua zaintzeko protokoloa.
- b) Pankrea minbizia zaintzeko protokoloa.
- c) Gaixotasun meningokozikoa zaintzeko protokoloa.
- d) Giza Imunoeskasiaren Birusarengatiko infekzioa zaintzeko protokoloa.

- 82) Zein baheketa tresna gomendatzen du ESPEN-Nutrizio Kliniko eta Metabolismorako Europar Elkarteak ospitaleratutako gaixoentzat? Besteak beste, gaixotasunen larritasunaren arabera puntuazioa ematen du, nutrizio eskakizunen hazkundera islatzeko:
- MNA (Mini Nutritional Assessment).
 - MUST (Malnutrition Universal Screening Tool).
 - NRS 2002 (Nutritional Risk Screening 2002).
 - SNAQ (Short Nutritional Assessment Questionnaire).
- 83) Bizi-ziklo ezberdinetako antropometriari dagokionez, adieraz ezazu zein neurketa antropomorfitiko ez den erabiltzen haur eta nerabeekin:
- Pisua.
 - Larruazal-tolesdurak.
 - Eskuin besoaren erdialdeko zirkunferentzia.
 - Gantz-area eta muskulu-area.
- 84) Zein da pertsonarengan zentratutako arreta gerontologikoaren ezaugarrietako bat?
- Arreta emateko modu berriak bilatzen ditu, erabiltzaileek eguneroko bizitzan eragiten dieten gaiez iritzia eman eta aukerazterik izan dezaten, eta haien gaineko benetako kontrola izan.
 - Pertsonen gaitasunak identifikatu eta ikusarazten ditu, horietatik abiatuz esku hartzeko.
 - Pertsonen biografiak, zaletasunak eta nahiak ezagutzen ditu, arreta planen erreferente nagusi bihurtzeko.
 - Guztiak zuzenak dira.
- 85) Hauetako zein da pertsonarengan zentratutako arreta gerontologikoaren eredu bat?
- Eredu horren arabera, ekimen berriak baliagarriak izateko eskala handian ezartzeko modukoak izan behar dute.
 - Eredu horretan erabakiak profesionalen mende daude.
 - Eredu horren arabera, bizitza aukera kopuru mugatua duten programez osatuta dago.
 - Eredu horrek ahalmen eta trebetasunetan jartzen du fokua.
- 86) Pertsonarengan zentratutako arretan aurrera egiteko faseen artean, zertan datza II. fasea?
- Gure egoera ezagutzean.
 - Sentsibilizatzean.
 - Aldaketaren barne lidergo partekatua lortzean.
 - Hobekuntzarako bide propioa sortzean.
- 87) Zein sindromeri dagokio definizio hau?: "faktore fisiologiko, biokimiko, kliniko eta metabolikoen multzoa da, gaixotasun kardiobaskularra edo 2 motako diabetes mellitusa izateko arriskua dakarrena; faktore hauek dira, laburbildurik: intsulinarekiko erresistentzia, gehiegizko gantz abdominala, dislipidemia aterogenikoa, hipertentsio arteriala, suszeptibilitate genetikoa, endotelio-disfuntzioa, hiperkoagulazio-egoera eta estres kronikoa".
- Reaven-en sindromea.
 - Angelman-en sindromea.
 - Cushing-en sindromea.
 - Edwards-en sindromea.
- 88) Azido 5-hidroxi-indol-azetikoaren probarako dietan, gernua jaso aurreko 5 egunetan, gaixoak hau jan dezake:
- Meloia.
 - Txokolatea.
 - Alberjiniak.
 - Ahabiak.

- 89) Gernuan katekolaminak aurkitzeko probarako dietan, gernua jaso aurreko 5 egunetan, gaixoak hau jan dezake:
- Meloia.
 - Bananak.
 - Gazta.
 - Intxaurrak.
- 90) Gasteizko Udalaren gizarte-zerbitzuetako banako, talde eta komunitate arretarako programa eta baliabideen barruan, hiru programa komunitario bereizten dira, helburuen arabera. Adieraz ezazu hauetako zein ez den programa komunitarioa:
- Herritarren partaidetza eta gizalegea.
 - Informazio eta sentsibilizazio soziala.
 - Gizarte gaitasuna eta hazkuntza pertsonala.
 - Komunitate parte-hartzea eta elkartasunezko laguntza.
- 91) Gasteizko Udalaren gizarte-zerbitzuetako banako, talde eta komunitate arretarako programa eta baliabideen barruan, programa komunitario izenekoak ditugu. Zein da programa horien helburua?
- Pertsonaren gaitasun eta baliabideak garatzen laguntzea, pertsonari, familiari zein komunitateari gertatzen zaizkien halabehar pertsonal edo sozialei aurre egin eta arrakastaz gailendu ahal izan ditzan.
 - Eskubide, betebeharrak eta gizarte baliabideei buruz informatzea.
 - Norbanakoen zein taldeen ekimen, proposamen eta proiektuak garatzen laguntzea, hain zuzen, parte hartze aktiboa bultzatu eta elkarte bizitza sustatzen dutenak.
 - Guztiak zuzenak dira.
- 92) D bitaminaren gabeziak sortzen du:
- Eskorbutoa.
 - Akatsak hodi neuronalean.
 - Osteomalazia.
 - Beriberia.
- 93) Nitrogeno proteikoa eliminatzeko bide nagusia da:
- Urea gorozkietan.
 - Nitrogenoa gorozkietan.
 - Urea gernuan.
 - Urea izerdiaren bidez.
- 94) Adieraz ezazu erantzun OKERRA:
- Badira II. tipoko diabetes mellitusa izateko joera dakarten faktore genetikoak.
 - Badira diabetes mellitusa eragin dezaketen faktore fisiologikoak.
 - Hipertentsioa, kolesterola eta triglizeridoak arrisku-faktoreak dira diabetes mellitusean.
 - Sendabelarrek ez dute baliagarritasunik gluzemiaren tratamendu edo mantentzean.
- 95) Dieta hiperkaloriko samarra, hiperproteikoa (150 g/egun) eta zuntz ekarpen handia duena, zein gaixorentzat litzateke egokia?
- Giltzurrun gutxiegitasun moderatu/larria duenarentzat.
 - Politraumatizatu edo erretakoentzat.
 - Gibel-entzefalopatia fase akutuan duenarentzat.
 - Dislipemia eta obesitatea duenarentzat.

- 96) Zein dieta mota da hau?: dieta ez-osoa; likido, Na eta K eskakizunak baino betetzen ez dituen; 1. fasean elikagaiak likidoak dira, eta 2. fasean, likidoak eta erdi-solidoak.
- a) Dieta basala.
 - b) Trantsizio dieta.
 - c) Dieta likido edo tolerantziakoa.
 - d) Turmix dieta.
- 97) Elikagai hauetako zein dago baztertuta kirurgia bariatrikorako dietan?
- a) Esne eta jogurt gaingabetuak.
 - b) Oilaskoa, legatza eta mihi-arraina.
 - c) Barazkiak eta ogia.
 - d) Patatak eta oliba-olioa.
- 98) Turmix dieta basala, hondakin gabeko dieta eta dieta bigun mekanikoa aipatuz gero, zertaz ari gara?
- a) Dieta progresiboez.
 - b) Testura eraldatutako dietez.
 - c) Dieta disoziatuez.
 - d) Dieta zetogenikoez.
- 99) "Ospitalerako eta sukaldaritza kolektiborako nutrizioaren oinarrizko eskuliburua da: batetik, elikadura askotariko eta osasungarri baten irizpideak eta irizpide medikoak jaso behar ditu —horietan patologia ezartzen da, eta gaixoaren gaixotasunarekin lotutako dietaren zeregina (dietoterapia)—; bestetik, sukaldaritza irizpideak".
- a) Elikagaien konposizio-taula.
 - b) Elikadura eskuliburua.
 - c) Dieten kodea.
 - d) Menuen karta.
- 100) Tratamendu dietetiko hauetako zein da egokia gastrektomiaren osteko hustuketa azkarraren sindromerako (dumping)?
- a) Egunean 3-5 otordu egin behar dira.
 - b) Otorduetan likidoak hartzea komeni da.
 - c) Gaixoei proteina eta gantz ugari elikagaiak eman behar zaizkie; bi nutriente horiek gastrina jariatzea eragiten dute, zeinak sabelaren hustuketa atzeratzen baitu.
 - d) Karbohidrato sinpleak hartzea komeni da, azkar xurgatzen baitira.