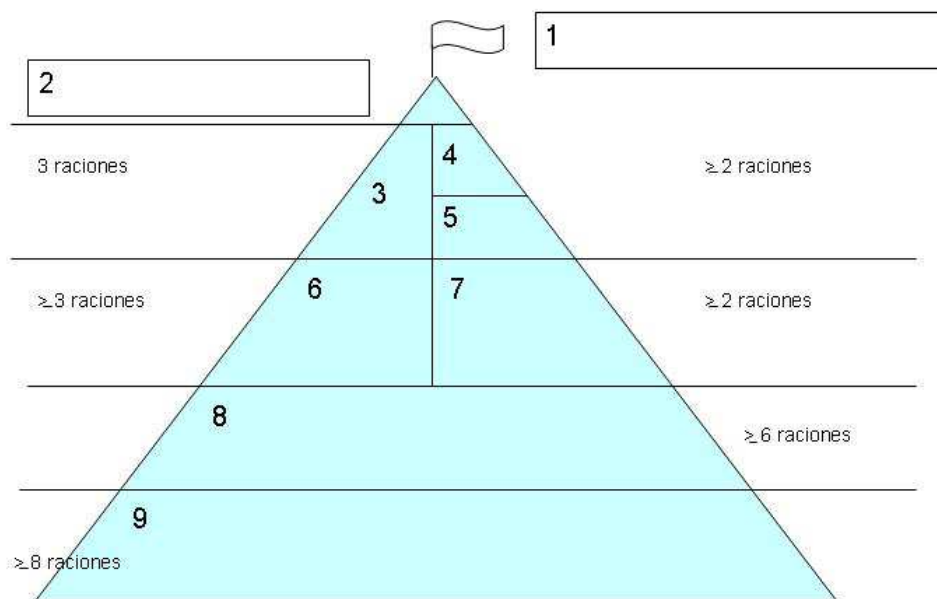


Marcar con X Opción/opciones	COPE KODEA	Puesto/s Lanpostua/k
	C-1490	COCINEROS

Pirámide de la dieta saludable para personas mayores de 70 años.  
Cumplimente todos los espacios marcados con NÚMERO



Nº	Leyenda
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	

**Supuesto 1.- La cocina en la que usted esta trabajando sigue una metodología APPCC.**

**Pregunta 10. APPCC. Definición**

**Pregunta 11. APPCC. Principio 1.-**

**Pregunta 12. APPCC. Principio 2.-**

**Pregunta 13. APPCC. Principio 3.-**

**Pregunta 14. APPCC. Principio 4.-**

**Pregunta 15. APPCC. Principio 5.-**

**Pregunta 16. APPCC. Principio 6.-**

**Pregunta 17. APPCC. Principio 7.-**

**Supuesto 2.- Existen distintas técnicas culinarias. La elección de las mismas está condicionada por sus aspectos positivos y negativos. Señale los correspondientes a cada una de estas técnicas.**

**Pregunta 18. Asado al horno**

+

-

**Pregunta 19. Plancha (1/6)**

+

-

**Pregunta 20. Fritura, salteado**

+

-

**Pregunta 21. Hervido, escaldado, escalfado**

+

-
<b>Pregunta 22. Estofado, braseado, guisado</b>
+
-

**Supuesto 3.-**

**Un residente de 73 años, diabético e hipertenso, acaba de ser sometido a una intervención quirúrgica. Se plantean las siguientes cuestiones sobre la dieta que debe seguir:**

<b>Pregunta 23. Optando por una dieta progresiva, ¿Cuál sería la primera fase?</b>
<b>Pregunta 24. ¿Qué tipo de dieta se ofrecerá como siguiente fase?</b>
<b>Pregunta 25. ¿Qué problemas puede ocasionar prolongar una dieta líquida? (1/2)</b>
<b>Pregunta 26. ¿Qué restricción principal tendría una dieta diabética?</b>
<b>Pregunta 27. ¿Qué restricción dietética se impondrá a causa de la hipertensión?</b>
<b>Pregunta 28. ¿En qué caso es indicada una dieta pobre en oxalatos?</b>
<b>Pregunta 29. ¿Qué restricción principal tendría una dieta astringente?</b>
<b>Pregunta 30. ¿Qué tecnología culinaria (asado, fritura, estofado o salteado) sería la más apropiada para este paciente mientras permanezca recuperándose de la intervención y por qué? (1/2)</b>
<b>Pregunta 31. ¿Qué significa que el residente siga una “dieta basal”?</b>
<b>Pregunta 32. ¿Cuántas calorías debe aportar una dieta basal diseñada para este tipo de residentes?</b>

**Supuesto 4.-**

La residencia quiere elaborar un manual de dietas. Se reúne un grupo de profesionales entre los que están los cocineros. Para empezar decidirán los platos que compondrán la dieta basal y posteriormente el resto de dietas mediante unificación con la dieta basal. Se plantea ofertar alternativas al paciente.

**Pregunta 33. ¿Si se establece una distribución energética en cinco tomas ¿cuál de ellas deberá aportar mayor cantidad de kcal.?**

**Pregunta 34. ¿En un menú compuesto por crema de verduras, lenguado y manzana ¿Cuál es el plato con mayor contenido proteico?**

**Pregunta 35. ¿Qué 3 grupos de alimentos suelen estar presente en el desayuno?**

**Pregunta 36. El personal sanitario debe inculcar al paciente y a sus familiares el seguimiento de la dieta como un hábito. ¿Con qué finalidad principal se hace esto?**

**Pregunta 37. ¿Con que finalidad se diseñan menús para varios días o semanas? (1/2)**

**Pregunta 38. ¿Qué significa elaborar el resto de dietas terapéuticas mediante unificación con la dieta basal? (1/2)**

**Pregunta 39. ¿Cuál es la ventaja de ofrecer un menú opcional?**

**Pregunta 40. ¿Cuáles son los inconvenientes de ofrecer un menú opcional? (1/3)**