

(1). ¿Cuál de los siguientes apartados se puede considerar un factor de riesgo en el trabajo?:

Seleccione una:

- a. El ruido.
- b. La temperatura.
- c. La organización del trabajo.
- d. **Todos.**

(2). En cuanto a la ubicación del trabajador en su puesto de trabajo.

Seleccione una:

- a. Estará en función de las necesidades de la empresa.
- b. Deben de tenerse en cuenta las condiciones psico-físicas del trabajador.
- c. Determinados hallazgos en el Reconocimiento Médico de Ingreso, pueden aconsejar el cambio de puesto de trabajo al que estaba asignado.
- d. **Todo lo anterior es cierto.**

(3). El objetivo de la vigilancia de la de la Salud de los Trabajadores, en la actualidad

Seleccione una:

- a. Mejorar la productividad de los trabajadores.
- b. **Detectar la aparición de Enfermedades Profesionales.**
- c. Evitar la aparición de Accidentes de Trabajo.
- d. Todas son correctas.

(4). Las enfermedades profesionales son aquellas:

Seleccione una:

- a. Contraídas en el puesto de trabajo.
- b. Cuya demostración causa-efecto en relación con el trabajo es irrefutable.
- c. Se contemplan en el Cuadro de Enfermedades Profesionales vigente.
- d. **Las respuestas a, b y c son complementarias.**

(5). El incremento de la circulación sanguínea en los vasos capilares de la piel, es:

Seleccione una:

- a. Un mecanismo de defensa contra el frío.
- b. Un mecanismo de defensa contra la humedad del ambiente.
- c. **Un mecanismo de defensa contra ambientes calurosos.**
- d. Una respuesta a estímulos inusuales.

(6). Ante un ambiente frío:

Seleccione una:

- a. **Disminuye el flujo sanguíneo en los capilares de la piel, pudiendo casi llegar a cero.**
- b. La actividad metabólica se reduce a la mitad.
- c. Se incrementa la circulación sanguínea de los vasos capilares de la piel.
- d. Ninguna es cierta.

(7). La forma de organización del trabajo en la que equipos independientes trabajan sucesivamente para lograr la continuidad de un modalidad de producción o servicio, se denomina:

Seleccione una:

- a. **Trabajo a turnos.**
- b. Trabajo por brigadas.
- c. Trabajo a destajo.
- d. Trabajo continuado.

(8). La salud física peligra cuando:

Seleccione una:

- a. El medio de trabajo deshumaniza a la persona
- b. Existe una combinación de factores que exponen a riesgos físicos y mentales a una persona.
- c. **Las dos son correctas.**
- d. Ninguna es correcta

(9). Los medios de Protección Colectiva.

Seleccione una:

- a. Deben ser medios materiales.
- b. Intentan reducir los efectos de los siniestros.
- c. Afectan al medio de trabajo y sus instalaciones.
- d. **Todas las afirmaciones son correctas.**

(10). Aunque el accidente no ocurra en el puesto de trabajo pero afecte a un trabajador por cuenta ajena, tendrá la consideración de "Accidente de Trabajo" cuando:

Seleccione una:

- a. El trabajador es enviado por su empresario a comprar repuestos.
- b. Ante una situación de emergencia acude en auxilio de algún compañero, y se lesiona también.
- c. El trabajador viene de realizar un encargo del empresario.
- d. **Todas son correctas**

(11). El Árbol de Causas es:

Seleccione una:

- a. Una metodología para evitar accidentes.
- b. Una metodología para prevenir accidentes.
- c. **Una metodología para investigar accidentes.**
- d. Ninguna es cierta.

(12). La probabilidad de que se produzca un suceso no deseado en un periodo de tiempo determinado, es:

Seleccione una:

- a. Una posibilidad.
- b. Un imprevisto.
- c. **Un riesgo.**
- d. Una emergencia.

(13). Averiguar las causas que producen un accidente, para eliminarlas es:

Seleccione una:

- a. Un imperativo legal.
- b. El fin de la investigación de los accidentes.**
- c. La consecuencia de la aplicación de los criterios de seguridad.
- d. Una forma de localizar a los culpables.

(14). El Personal Sanitario del Servicio de Prevención atenderá a los trabajadores:

Seleccione una:

- a. En los reconocimientos anuales.
- b. En caso de Enfermedad Profesional.
- c. En los casos graves.
- d. Las tres anteriores son ciertas.**

(15). Los peligros genéricos debidos a errores humanos causados por el estrés, el cansancio o el relajamiento que producen los trabajos repetitivos, se origina en:

Seleccione una:

- a. La inadaptación de la máquina a las características y aptitudes humanas.**
- b. La falta de adecuación a las normativas de seguridad.
- c. La deficiente cultura preventiva.
- d. Ninguna es correcta.

(16). El factor que más variabilidad introduce en las necesidades energéticas de la persona es:
(PREGUNTA ANULADA POR EXCEDER N° RESPUESTAS ALTERNATIVAS)

Seleccione una:

- a. Actividad física.
- b. Sexo.
- c. Relación peso-talla.
- d. Clima.
- e. Efecto térmico de los alimentos.

(17). Es característico de un plan de salud que:

(PREGUNTA ANULADA POR EXCEDER N° RESPUESTAS ALTERNATIVAS)

Seleccione una:

- a. La planificación se oriente a la situación presente.
- b. El modelo metodológico utilizado se centre exclusivamente en la epidemiología.
- c. Todos los determinantes de salud considerados estén dentro del área de acción del sistema sanitario.
- d. Sea totalmente objetivo.
- e. Se plantee con una perspectiva integral del abordaje de los problemas.

(18). Las actividades encaminadas a alcanzar un mayor nivel de salud, dirigidas a toda la población, y no sólo desde el punto de vista estrictamente sanitario, llevadas a cabo a través de los servicios de salud y otras administraciones no sanitarias, son actividades de:

Seleccione una:

- a. Prevención de salud.
- b. Potenciación de salud.
- c. Promoción de salud.**
- d. Curación.

(19). Con respecto a la cadena epidemiológica de las infecciones, la transmisión de una enfermedad infecciosa a través de un beso, es de tipo:

Seleccione una:

- a. Sexual.
- b. Indirecta.
- c. **Directa.**
- d. Por vector.

(20). El proceso de capacitar a la población para que aumente el control sobre su propia salud y la mejore", es la definición, según la Conferencia de Ottawa, de:

Seleccione una:

- a. Prevención de la salud.
- b. **Promoción de la salud.**
- c. Prevención de la enfermedad.
- d. Fomento de la salud.

(21). La protección a la que tienen derecho los trabajadores en materias de prevención debe ser (artículo 14 Ley Prevención Riesgos Laborales):

Seleccione una:

- A) Completa.
- B) Integral.
- C) **Eficaz.**
- D) Plena

(22). Las actividades de promoción de la salud son esencialmente de:

Seleccione una:

- A) **Prevención primaria.**
- B) Prevención secundaria.
- C) Prevención terciaria.
- D) Carácter individual.

(23). ¿Cuál no es una contraindicación de las vacunas?

Seleccione una:

- A) Enfermedad aguda con fiebre.
- B) **Tratamiento con antibiótico.**
- C) Enfermedad cardíaca descompensada.
- D) Reacción alérgica grave anterior a la misma vacuna.

(24). Ante un accidente es importante aplicar el significado de las siglas PAS, que significan:

Seleccione una:

- A) **Proteger, avisar, socorrer.**
- B) Prevenir, ayudar, socorrer.
- C) Proteger, asistir, salvar.
- D) Prevenir, alertar, socorrer.

(25). El trabajador ante un riesgo grave e inminente que no puede ponerse en contacto con su superior puede:

Seleccione una:

- A) Interrumpir su actividad.
- B) Paralizar la actividad.
- C) Abandonar el puesto de trabajo.
- D) **Las respuestas A y C son correctas.**

(26). El tipo de intoxicación profesional más frecuente e importante en el medio laboral es la:

Seleccione una:

- A) Aguda.
- B) Subaguda.
- C) Acelerada.
- D) **Crónica.**

(27). Un profesional que se encuentra incapacitado para realizar las tareas fundamentales de su puesto de trabajo habitual, inherentes a su profesión, se encuentra en una situación de:

Seleccione una:

- A) Incapacidad Permanente Parcial.
- B) **Incapacidad Permanente Total.**
- C) Incapacidad Permanente Absoluta.
- D) Gran invalidez.

(28). Una enfermera que se encuentra de baja laboral, por incapacidad temporal, tras haber sufrido un accidente de tráfico mientras entraba en el aparcamiento del supermercado de la lado de su casa, al salir del trabajo, se considera:

Seleccione una:

- A) Enfermedad común.
- B) Accidente Laboral in itinere.
- C) Enfermedad relacionada con el trabajo.
- D) **Accidente No Laboral.**

(29). Con respecto a la prueba de la tuberculina, señale la incorrecta:

Seleccione una:

- A) La prueba se realiza mediante inyección intradérmica de 0,1ml, de 2 UT de PPD-RT23.
- B) El efecto booster es característico en ancianos o antiguos vacunados de BCG.
- C) **Se puede aplicar crema anestésica local antes de la inyección**
- D) Se debe producir una pápula fácilmente detectable de bisel corto girado hacia arriba y jeringa de plástico desechable.

(30). Una persona acude a consulta de Vigilancia de la Salud para realizar la lectura de la prueba de Mantoux. Presenta 11 mm. de eritema y 3mm de induración, señale la correcta:

Seleccione una:

- A) Anotar Prueba positiva: 11mm.
- B) Anotar solamente prueba negativa.
- C) Leer a las 48-72 horas el diámetro anteroposterior.
- D) **Anotar prueba negativa: 3mm.**

(31). ¿Qué vacuna no está recomendada para todo el personal sanitario?:

Seleccione una:

- A) Triple vírica.
- B) Tétanos y difteria.
- C) **Hepatitis A.**
- D) Varicela.

(32). Una de las siguientes enfermedades no está incluida en el listado de las Enfermedades de Declaración Obligatoria:

Seleccione una:

- A) Hepatitis B.
- B) Sarampión.
- C) **Mononucleosis.**
- D) Varicela.

(33). ¿Cuál no es un criterio de sospecha de asma profesional?

Seleccione una:

- A) Comienzo abrupto (en adulto sin antecedentes de enfermedades alérgicas).
- B) Tiende a desarrollarse al atardecer y a menudo mejora a la mañana siguiente (a veces, los síntomas son sólo nocturnos, siendo el único indicio su regularidad).
- C) **Generalmente se acentúa durante los fines de semana o vacaciones.**
- D) Se puede reconocer las sustancias que afectan (aunque en algunas industrias los procesos complejos liberan material que pasa inadvertido).

(34). La Organización Mundial de la Salud (OMS) habla de niveles de prevención como objetivo de la medicina del trabajo. Dichos niveles son:

Seleccione una:

- A) **Primaria, secundaria y terciaria.**
- B) Bajo, medio y alto.
- C) Básico, medio y avanzado.
- D) Simple, media y compleja.

(35). ¿Qué se considera como accidente in itinere?

Seleccione una:

- A) **El ocurrido en el trayecto habitual (al ir o al volver) del domicilio del trabajador al puesto de trabajo.**
- B) Es una dolencia profesional.
- C) El ocurrido como órdenes del empresario.
- D) No es un accidente desde el punto de vista legal.

(36). Las modalidades de organización preventiva en la empresa pueden ser:

Seleccione una:

- A) Asunción personal de la actividad preventiva o designación de uno o varios trabajadores.
- B) Recurrir a un servicio de prevención ajeno.
- C) Constituir un servicio de prevención propio.
- D) **Todas son correctas.**

(37). ¿Cuál de los siguientes síntomas es falso en la deshidratación?

Seleccione una:

- A) Boca seca y pegajosa.
- B) Estado de letargo o comatoso.
- C) Ojos hundidos.
- D) **Piel tersa o brillante.**

(38). La entidad encargada del reconocimiento legal de la enfermedad profesional es:

Seleccione una:

- A) Mutua Colaboradora de la Seguridad Social.
- B) **Instituto Nacional de la Seguridad Social.**
- C) Servicio de Prevención.
- D) Todas las anteriores son correctas.

(39). Se considera prestación de atención primaria:

Seleccione una:

- A) La actividad de promoción de la salud.
- B) La rehabilitación básica.
- C) La atención paliativa a enfermos terminales.
- D) **Todas las anteriores son ciertas.**

(40). ¿Cuál de los siguientes factores de la organización del trabajo favorece la aparición de la insatisfacción laboral?

Seleccione una:

- A) Las buenas relaciones con los compañeros.
- B) **Los trabajos rutinarios.**
- C) La estabilidad en el empleo.
- D) La promoción dentro de la empresa

(41). Según el Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo ¿Cuáles son los límites admisibles de temperatura de los locales donde se realicen trabajos sedentarios propios de oficinas o similares?

Seleccione una:

- A) Entre 14 y 25 °C
- B) **Entre 17 y 27 °C**
- C) Entre 20 y 24 °C
- D) Depende de la temperatura exterior.

(42). Señale la respuesta FALSA en relación a los trabajos a turnos.

Seleccione una:

- A) Altera hábitos alimentarios.
- B) **No afecta los ritmos circadianos.**
- C) Altera la vida social.
- D) Altera el ritmo del sueño.

(43). ¿Cuál NO es una contraindicación general de las vacunas?

Seleccione una:

- A) Reacción anafiláctica a dosis previas de una vacuna.
- B) Hipersensibilidad a algún componente de las vacunas.
- C) **Padecer una enfermedad crónica.**
- D) Enfermedad aguda grave en el momento de la vacunación

(44). La posición lateral de seguridad (PLS):

Seleccione una:

- A) Es la posición en la que se coloca a un accidentado inconsciente que no respira.
- B) Es una posición estable, cercana a una verdadera posición lateral con la cabeza apoyada que, tiene ambas piernas estiradas.
- C) **Es la posición en la que se coloca a un accidentado inconsciente que respira.**
- D) Es la posición en la que se coloca siempre a un accidentado.

(45). Ante una persona con signos de envenenamiento o intoxicación, debemos realizar las siguientes acciones:

Seleccione una:

- A) En picaduras y mordeduras: hacer torniquetes, cortes y succiones.
- B) **Nunca administrar nada por vía oral a una persona que esté inconsciente.**
- C) Inducir el vómito siempre.
- D) Se debe esperar a que aparezcan síntomas.

(46). ¿Cuál de estas disciplinas NO está reconocida como especialidad de enfermería?

Seleccione una:

- a. Enfermería geriátrica
- b. **Enfermería del deporte**
- c. Enfermería del trabajo
- d. Enfermería pediátrica

(47). La dieta de recuperación tiene como objetivo:

Seleccione una:

- a. Recuperar la glucemia
- b. Reinstaurar del equilibrio hidroeléctrico
- c. Favorecer la síntesis de proteínas
- d. **Todas son correctas**

(48). Entre los beneficios generales del ejercicio físico, señala la falsa:

Seleccione una:

- a. Produce beneficios sociales
- b. Produce beneficios económicos
- c. Produce beneficios mentales
- d. **Disminuye la capacidad de trabajo por aumento de fatiga**

(49).Un ascenso rápido después de una inmersión prolongada puede producir:

Seleccione una:

- a. Neumotórax espontáneo
- b. Embolia
- c. Rotura de tímpano
- d. **Todas las respuestas son ciertas**

(50).¿A que corresponde la Tensión Arterial Sistólica?

Seleccione una:

- a. **Corresponde a la contracción ventricular en la Sístole cardíaca**
- b. Corresponde a la relajación del corazón
- c. Al registro gráfico de los impulsos y de la actividad eléctrica
- d. A la composición corporal

(51).La enfermería deportiva y la fisiología del ejercicio están estrechamente vinculadas en:

Seleccione una:

- a. **La promoción de la salud y la prevención de enfermedades por medio de la actividad física**
- b. El diseño de mejores entornos laborales
- c. El desarrollo del equipamiento más eficaz para ejercitarse
- d. El estudio de los compuestos más adecuados para la hidratación y la nutrición del deportista

(52).De las siguientes alteraciones digestivas relacionadas con el ejercicio físico, señale la correcta:

Seleccione una:

- a. **Reflujo gastroesofágico**
- b. Varices esofágicas
- c. Ambas son correctas
- d. Ninguna es correcta

(53).¿Con qué disciplina se debe coordinar la enfermería deportiva?

Seleccione una:

- a. Con la podología
- b. Con el trabajo social
- c. Con el socorrismo y salvamento acuático
- d. **Con todas**

(54).¿Quién debe encargarse de proveer los recursos para asegurar la preparación técnica, científica y sanitaria para la práctica de la actividad física y deportiva?

Seleccione una:

- a. La administración central
- b. La administración autonómica
- c. **La administración central y autonómica**
- d. Ninguna de las opciones es correcta

(55).El fin del enfermero deportivo es:

Seleccione una:

- a. El ejercicio físico
- b. La actividad física
- c. **El individuo**
- d. Todas son correctas

(56).Las pérdidas de agua corporal junto a la poca hidratación influyen en:

Seleccione una:

- a. **La disminución del volumen plasmático y el incremento de la presión osmótica del plasma**
- b. El incremento del volumen plasmático y la disminución de la presión osmótica del plasma
- c. El incremento del volumen plasmático y de la presión osmótica
- d. La disminución del volumen plasmático y la presión osmótica

(57).Durante la competición hay que (señala la falsa):

Seleccione una:

- a. Reponer los hidratos de carbono que se van consumiendo
- b. Reponer líquidos
- c. **Reponer las grasas que se van consumiendo**
- d. Todas son verdaderas

(58).¿Qué valora la prueba de esfuerzo principalmente?

Seleccione una:

- a. El peso corporal
- b. La frecuencia de apoyos
- c. **La función ventricular izquierda y el umbral de isquemia**
- d. La fuerza muscular

(59).Las primeras células en llegar al lugar de la inflamación son:

Seleccione una:

- a. **Los macrófagos y los neutrófilos**
- b. La histamina
- c. Las prostaglandinas
- d. Las cininas

(60).El tratamiento de elección para las congelaciones sufridas en el deporte es...

Seleccione una:

- a. El acercamiento rápido a una fuente de calor
- b. **El calentamiento rápido en agua a 38-44°C durante 20 minutos**
- c. El cubrimiento de la zona con mantas
- d. Ninguna de las anteriores es correcta

EXTRAS

(61) Respecto a la vacunación antigripal en profesionales sanitarios señale la respuesta correcta:

Seleccione una:

- A) Sólo está indicada para aquellos colectivos de riesgos identificados para la población general (cardiópatas, diabéticos, y otras enfermedades crónicas).
- B) No existe ninguna contraindicación para la administración de esta vacuna.
- C) Se puede administrar a lo largo del embarazo, estando indicada la vacunación de la trabajadora sanitaria embarazada.
- D) **El lugar recomendado de administración es el músculo deltoides, en dosis de 0,5 ml en adultos.**

(62). A los 120 dB el ruido puede producir:

Seleccione una:

- a. La rotura del tímpano.
- b. Calambres.
- c. Parálisis y muerte.
- d. **Un dolor insoportable.**

(63). La capacidad del trabajo físico:

Seleccione una:

- a. Depende de factores culturales.
- b. **Se reduce con la fatiga.**
- c. Depende de la predisposición de cada individuo.
- d. No se ve afectada por la condición física.

(64). En cuanto a las respuestas cardiovasculares a la altitud:

Seleccione una:

- a. Incremento del volumen minuto
- b. Incremento de la frecuencia cardíaca
- c. Disminución del volumen plasmático
- d. **Todas son verdaderas**

(65). De los siguientes roles del enfermero deportivo, indique aquel que requiere adoptar un papel secundario:

Seleccione una:

- a. Proveedor de cuidados directos
- b. **Soporte, apoyo y escucha**
- c. Defensor
- d. Promotor