



- 1.- Según la nueva pirámide de la alimentación ¿cuántas raciones de lácteo debemos tomar diariamente?
  - A) 2 o 3 veces al día
  - B) 4 o 5 veces al día
  - C) Más de 5 veces al día
  - D) Su consumo puede ser ilimitado
  
- 2.- ¿A qué temperatura debemos de mantener los platos cocinados y refrigerados ?
  - A) Menor o igual a 4° C
  - B) Menor o igual a 5° C
  - C) Menor o igual a 6° C
  - D) Menor o igual a 7° C
  
- 3.- ¿Cuántos son los principios que componen un sistema APPCC (Análisis de peligros y puntos de control crítico)?
  - A) 7 principios
  - B) 12 principios
  - C) 4 principios
  - D) 10 principios
  
- 4.- La reducción, sin menoscabo de la calidad del alimento, mediante agentes químicos y/o métodos físicos, del número de microorganismos a un nivel que no dé lugar a la contaminación nociva del alimento se denomina:
  - A) Limpieza
  - B) Desinfección
  - C) Higienización
  - D) Desparasitación
  
- 5.- Tras el lavado de manos, después de utilizar los servicios higiénicos, corresponde el secado, el cual debe hacerse:
  - A) Con un paño bien limpio
  - B) Con papel de un solo uso.
  - C) Es obligatorio el lavado pero no es necesario secarlas
  - D) Con toallas de lino
  
- 6.- La autorización, vigilancia, inspección y sanción de las actividades de producción y gestión de residuos corresponde a:
  - A) Entidades Locales
  - B) Comunidades Autónomas
  - C) Parlamento Europeo
  - D) Administración General del Estado
  
- 7.- El trabajo que realiza un pinche ¿se incluye dentro del proceso de Calidad de la cocina del Hospital?
  - A) No. Solo incluye a cocineros y dietistas
  - B) Si. Incluye a todo el personal que realice, dirija o verifique trabajos en cocina
  - C) Sí, pero solo cuando manipula alimentos previos a la elaboración de platos
  - D) No, si la función la desempeña en el almacén de víveres.



8.- ¿Cuál es la función que tiene el abatidor de temperatura?

- A) Descongelar
- B) Cocer alimentos al vapor
- C) Conservar el alimento
- D) Reducir la temperatura interna de los alimentos que se acaban de cocer en un tiempo inferior a 2 horas

9.- En el Plan de Mantenimiento de un APPCC (Análisis de Peligros y Puntos de Control Crítico) se requieren equipos de medida en:

- A) Mantenimiento de equipos de lavado automático
- B) Mantenimiento de elementos de iluminación
- C) Mantenimiento de suelos, paredes y techos
- D) Mantenimiento de equipos de picado, loncheado y troceado

10.- La conservación de las comidas congeladas o ultracongeladas se efectuará a:

- A) Menos 3°C
- B) Menos 10°C
- C) Menos 12°C
- D) Menos 18°C

11.- Según el artículo 2 del Real Decreto 773/1997, no es un equipo de protección individual:

- A) Los equipos de los servicios de socorro y salvamento
- B) Manoplas de fibra térmica artificial
- C) Cremas de protección y pomadas
- D) Ropa de protección contra bajas temperaturas

12.- Las Administraciones públicas, en el ámbito de sus respectivas competencias y en aplicación del principio de igualdad entre mujeres y hombres, según el artículo 51 de la Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, deberán, entre otras:

- A) Facilitar la conciliación de la vida personal, familiar y laboral, excepto en los casos de promoción profesional
- B) Facilitar la conciliación de la vida personal, familiar y laboral, excepto en los puestos directivos
- C) Facilitar la conciliación de la vida personal, familiar y laboral, excepto en las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado
- D) Facilitar la conciliación de la vida personal, familiar y laboral, sin menoscabo de la promoción profesional



13.- Indique la definición correcta:

- A) El Gerente del Área de Salud no presentará los anteproyectos del Plan de Salud y de sus adaptaciones anuales y el proyecto de Memoria Anual del Área de Salud
- B) El Gerente del Área de Salud será el encargado de la ejecución de las directrices establecidas por el Consejo de Gobierno
- C) El Gerente del Área de Salud es el órgano de gestión de la misma. Podrá, previa convocatoria, asistir con voz, pero sin voto, a las reuniones del Consejo de Dirección
- D) El Gerente del Área de Salud no será el encargado de la ejecución de las directrices establecidas por el Consejo de Gobierno

14.- Según la Ley 55/2003, de 16 de diciembre, del Estatuto Marco del personal estatutario de los servicios de salud. La sanción disciplinaria de separación del servicio, cuando adquiera carácter firme, supone:

- A) La pérdida temporal de la condición de personal estatutario
- B) La pérdida durante 3 años de la condición de personal estatutario
- C) La pérdida de la condición de personal estatutario
- D) La obligación de pagar una sanción económica para seguir trabajando

15.- ¿De quién es competencia organizar y tutelar la salud pública?

- A) La Constitución Española establece que son los servicios de atención primaria
- B) La Constitución Española establece que son los servicios de salud
- C) La Constitución Española establece que es competencia de los hospitales
- D) La Constitución Española establece que es una competencia de los poderes públicos

16.- ¿Qué productos son los denominados de tercera gama?

- A) Las verduras
- B) Las carnes
- C) Las conservas
- D) Alimentos congelados no cocinados

17.- En la cocina de ensamblaje, ¿que significa la letra F en las instrucciones de uso?

- A) Fermentar para consumir
- B) Consumo en frío
- C) Freír antes de consumir
- D) Frotar para su uso

18.- Para asegurar la inocuidad de los alimentos ¿Qué no se debe hacer si se deja una comida menos de 2 horas a temperatura ambiente?

- A) Consumirla de inmediato
- B) Enfriarla en nevera o en el congelador
- C) Calentarla a más de 65° C
- D) Dejarla a temperatura ambiente durante más tiempo



- 19.- Cuando se preparan programas de limpieza por escrito se deberá especificar:
- A) Superficies, elementos del equipo y utensilios que han de limpiarse
  - B) Responsabilidad de tareas particulares y medidas de vigilancia
  - C) Método y frecuencia de la limpieza
  - D) Las opciones A, B y C son correctas
- 20.- La limpieza de los suelos de una cocina se realizaran:
- A) Siempre con barrido húmedo no pudiendo realizarse mientras estamos dando el servicio de comidas
  - B) Siempre con barrido húmedo indistintamente del momento en el que se realice
  - C) Primero barrer en seco y seguidamente se fregara el suelo
  - D) Para la limpieza del suelo de las cocinas hay que recurrir al uso de mangueras
- 21.- En el contenedor azul se deben introducir, entre otros:
- A) Servilletas de papel usadas
  - B) Pañales
  - C) Cajas de zapatos
  - D) Briks
- 22.- Según la Norma de Calidad ISO , el pensamiento basado en riesgos permite a una organización:
- A) Realizar encuestas a los clientes para que propongan soluciones a posibles factores de riesgos
  - B) Hacer simulaciones de procesos de trabajo que puedan resultar un riesgo para los trabajadores
  - C) Determinar los factores que puedan desviar los resultados planificados en su Sistema de Gestión de Calidad
  - D) Aceptar el principio de que todo proceso tienen un riesgo si se quiere obtener beneficio
- 23.- ¿Qué es el Anisakis?
- A) Es un gusano de color oscuro que se presenta en todos los pescados y que sólo se puede matar sometiéndolo a temperaturas superiores a los 100 grados
  - B) Es un parásito que se puede encontrar en ciertos productos de la pesca y cuyas larvas pasan activas al aparato digestivo humano al ingerir pescado crudo o sometido a preparaciones que no maten al parásito
  - C) Es una salsa griega
  - D) Es un parásito presente en todos los productos de origen animal
- 24.- ¿Qué es escalfar?
- A) Someter un alimento a la acción del vapor
  - B) Cocer lentamente el alimento hasta que esté bien hecho
  - C) Sumergir y cocinar un alimento en agua a unos 90° C
  - D) Cocer lentamente un alimento en un recipiente al baño María



- 25.-** Los desperdicios de productos alimenticios, subproductos no comestibles y demás residuos, deberán retirarse de las salas donde estén depositados alimentos:
- A)** Con la mayor rapidez posible
  - B)** Cada dos horas
  - C)** Al finalizar el turno de trabajo
  - D)** Dos veces al día
- 26.-** ¿Qué es tamizar?
- A)** Acción de añadir una salsa
  - B)** Acción de pasar un producto por un tamiz
  - C)** Acción de ligar una salsa
  - D)** Acción de preparar un empanado
- 27.-** Según los términos previstos en la Ley 31/1995, indique el derecho que NO forma parte del derecho de los trabajadores a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo:
- A)** Información, consulta y participación
  - B)** Mantener la actividad en caso de riesgo grave e inminente
  - C)** Formación en materia preventiva
  - D)** Vigilancia de su estado de salud
- 28.-** Las Áreas de Salud serán dirigidas por un órgano propio, donde deberán participar las Corporaciones Locales en ellas situadas. ¿Con qué porcentaje de representación participan las Corporaciones Locales?
- A)** Con un porcentaje no inferior al 40 por 100
  - B)** El porcentaje lo determina la población del municipio
  - C)** Si la comunidad autónoma cuenta con menos de 100.000 habitantes el porcentaje es del 25%
  - D)** Las Corporaciones Locales no participan en las Áreas de Salud
- 29.-** Según la Ley 55/2003, de 16 de diciembre, del Estatuto Marco del personal estatutario de los servicios de salud. El Personal estatutario fijo se define como:
- A)** Aquel que accede a su puesto por razones de necesidad, de urgencia o para el desarrollo de programas de carácter temporal, coyuntural o extraordinario
  - B)** El que, una vez superado el correspondiente proceso selectivo, obtiene un nombramiento para el desempeño con carácter permanente de las funciones que de tal nombramiento se deriven
  - C)** El contratado durante los períodos de vacaciones, permisos y demás ausencias de carácter temporal que comporten la reserva de la plaza
  - D)** El contratado para garantizar el funcionamiento permanente y continuado de los centros sanitarios
- 30.-** La norma internacional que define los requisitos que debe cumplir un sistema de gestión de seguridad alimentaria para asegurar la inocuidad de los alimentos es:
- A)** ISO 22000:2018
  - B)** ISO 14001:2015
  - C)** El plan estratégico aprobado por la Dirección de cada Centro Hospitalario
  - D)** Las resoluciones que dicta la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad



**31.-** A los efectos de la Ley 22/2011 de 28 de julio, de residuos y suelos contaminados. Residuo es:

- A) Cualquier sustancia u objeto que su poseedor deseche o tenga la intención o la obligación de desechar
- B) Cualquier sustancia u objeto que tenga peligrosidad y deba eliminarse
- C) Objetos y materiales durante su uso en la hostelería
- D) No hay una definición concreta de residuo

**32.-** El uso del gorro desde el punto de vista higiénico es necesario, porque:

- A) Evita que así el pelo se despeine
- B) Es necesario para distinguir las categorías del personal
- C) Se evita que el pelo, que recoge con facilidad el polvo, los humos, la grasa, etc., contamine los alimentos por contacto
- D) Las opciones A, B y C son falsas

**33.-** El control inadecuado de la temperatura de los alimentos:

- A) No influye nunca en los productos alimenticios ni en su posible deterioro
- B) Es una de las causas más frecuentes de enfermedades transmitidas por los productos alimenticios o del deterioro de éstos
- C) No afecta nunca a los alimentos si el control inadecuado de temperatura se realiza en su almacenamiento
- D) Sólo puede afectar a los alimentos durante el proceso de elaboración

**34.-** Según el CODEX alimentarius, como norma general, ¿Cuál es el proceso que hay que utilizar en un abatidor de temperatura respecto a los alimentos?

- A) Reducir la temperatura del alimento de 60° C a 10° C en 7 horas
- B) Reducir la temperatura del alimento de 50° C a 20° C en 2 horas
- C) Reducir la temperatura del alimento de 60° C a 10° C en menos de 2 horas.
- D) Reducir la temperatura a 40° C en 8 horas

**35.-** ¿Cuales son las gamas de productos que se utilizan mayoritariamente en la cocina de ensamblaje?

- A) 2ª gama y 3ª gama
- B) 1ª gama y 2ª gama
- C) 4ª gama y 5ª gama
- D) 1ª gama y 4ª gama

**36.-** ¿Cuál de los siguientes productos no está incluido como alérgeno alimentario según el Reglamento Europeo?

- A) Apio
- B) Leche
- C) Huevos
- D) Patata

**37.-** ¿Para que usaremos una chaira o eslabón?

- A) Para cortar carnes o pescados
- B) Reafilarse o "suavizar" el cuchillo
- C) Trocear huesos duros
- D) Cortar fiambres



38.- En el etiquetado de alimentos, deberá aparecer indicado como alérgeno:

- A) El maíz
- B) El aceite de oliva
- C) El arroz
- D) La soja

39.- Señala, dentro de las siguientes definiciones, la que se corresponde con la dieta terapéutica:

- A) La dieta terapéutica es la que se prescribe cuando el paciente no recibe ninguna medicación
- B) La dieta terapéutica es la que se prescribe a los pacientes trasplantados
- C) La dieta terapéutica se prescribe antes de las operaciones quirúrgicas
- D) La dieta terapéutica es el plan alimentario que tiene por finalidad ayudar a la curación del enfermo

40.- ¿En qué ámbito se desarrollan las acciones curativas y rehabilitadoras?

- A) En el ámbito de la atención especializada
- B) En el ámbito de la atención hospitalaria
- C) En el ámbito de las urgencias hospitalarias
- D) En el ámbito de la atención primaria

41.- Las temperaturas de almacenamiento, conservación, transporte, venta y, en su caso, servicio de las comidas preparadas conservadas a temperatura regulada, serán las siguientes:

- A) Comidas congeladas menor o igual a  $-18^{\circ}\text{C}$
- B) Comidas refrigeradas con un período de duración inferior a 24 horas menor o igual a  $8^{\circ}\text{C}$
- C) Comidas refrigeradas con un período de duración superior a 24 horas menor o igual a  $4^{\circ}\text{C}$
- D) Las opciones A, B y C son correctas

42.- Los centros que imparten formación de higiene a los manipuladores de alimentos:

- A) Tienen que estar homologados por un organismo oficial de la Comunidad Autónoma donde se ubiquen
- B) Tienen que expedir un carnet de manipulador homologado que ha de renovarse periódicamente
- C) Existen requisitos a nivel nacional sobre la forma de impartir la formación
- D) No necesitan ninguna homologación o autorización de ningún organismo oficial para impartir formación a los manipuladores de alimentos

43.- Entre otras, ¿Qué condiciones debe reunir el plato testigo?

- A) Debe ser apetitoso
- B) Debe estar identificado y fechado
- C) No debe superar las 1000 calorías
- D) Debe estar solo fechado

44.- ¿Cual es uno de los procesos clave en el sistema de elaboración en línea fría?

- A) Enfriar lo cocinado en el menor espacio de tiempo
- B) Elaborar los platos lo más rápido posible
- C) Enfriar lo cocinado en el mayor espacio de tiempo
- D) Elaborar los platos lo más despacio posible



- 45.- ¿Quién debe cumplir con la Ley de Información Alimentaria (Alérgenos)?
- A) Sólo los establecimientos hospitalarios y colectividades
  - B) Los operadores de empresas alimentarias en todas las fases de la cadena alimentaria, en caso de que sus actividades conciernan a la información alimentaria facilitada al consumidor. Se aplicará a todos los alimentos destinados al consumidor final, incluidos los entregados por las colectividades y los destinados al suministro de las colectividades
  - C) Todos los establecimientos privados que sirvan alimentos elaborados para poder ser vendidos
  - D) El cumplimiento de esta ley no es obligatorio para ningún colectivo, solo recomendado
- 46.- El almacenamiento y conservación de platos testigo, lo será por un tiempo no inferior a:
- A) Quince días
  - B) Dos días
  - C) Una semana
  - D) Un mes
- 47.- Entre las funciones de los pinches está:
- A) Colaborar en las tareas de elaboración y preparación de alimentos
  - B) Tendrán a su cargo el servicio de despensa
  - C) Distribuirán al personal en las funciones de la cocina
  - D) Sustituirán a los cocineros en caso de baja
- 48.- Según la Ley 55/2003, de 16 de diciembre, del Estatuto Marco del personal estatutario de los servicios de salud. Atendiendo al nivel académico del título exigido para el ingreso, el personal estatutario sanitario se clasifica de la siguiente forma:
- A) Personal de formación universitaria y Personal de Formación profesional
  - B) Personal Técnico Superior, Técnico Medio y No Técnico
  - C) Personal Sanitario y Personal no Sanitario
  - D) Personal Facultativo, Personal Sanitario y Personal de Gestión y Servicios
- 49.- Los lavamanos son obligatorios debiendo de:
- A) Siempre han de ser de pedal
  - B) De uso no manual
  - C) Solo son obligatorios en las zonas de elaboración y envasado
  - D) No es necesario que tengan agua caliente
- 50.- La persona que padezca o sea portadora de una enfermedad que puede transmitirse a través de los productos alimenticios:
- A) Deberá ponerlo en conocimiento del operador de la empresa
  - B) Puede manipular los productos alimenticios sin restricciones.
  - C) Podrá circular libremente por las zonas de manipulación de productos alimenticios.
  - D) Las opciones B y C son correctas





- 51.- ¿Cuál de los siguientes opciones no se considera un peligro biológico?
- A) Hongos
  - B) Salmonella
  - C) Anisakis
  - D) E. Coli
- 52.- ¿A qué categoría profesional le corresponde la función de comprobar y supervisar que la cinta de emplatado se encuentre perfectamente ordenada y contiene lo necesario para el correcto desarrollo del proceso?
- A) Al cocinero
  - B) Al pinche de cinta
  - C) Gobernanta
  - D) Dietética
- 53.- Los útiles de trabajo en contacto con las materias primas serán de materiales:
- A) Resistentes a las bajas temperaturas
  - B) Fáciles de almacenar
  - C) Resistentes a la corrosión
  - D) Fáciles de sustituir
- 54.- Mantener sumergida una sustancia sólida en un líquido a temperatura ambiente, con el fin de ablandarla o extraer de ella las partes solubles, se denomina:
- A) Sazonar
  - B) Mortificar
  - C) Pochar
  - D) Macerar
- 55.- Según el Código Alimentario Español, ¿Qué es un "Alimento perecedero"?
- A) Son los que, por sus características, exigen condiciones especiales de conservación en sus periodos de almacenamiento y transporte
  - B) Son los que si no se conservan en cámara frigorífica se estropean
  - C) Son los alimentos que tienen fecha de caducidad marcada en su envase
  - D) Todas las sustancias que puedan ser ingeridas por el ser humano son perecederas
- 56.- Entre los principales inconvenientes del sistema de elaboración de cocina caliente, se encuentra que:
- A) Los alimentos están demasiado calientes para consumir
  - B) Necesitas gran cantidad de espacio y mano de obra
  - C) Se necesita poco material para la elaboración de platos
  - D) Los alimentos pueden llegar jugosos al enfermo
- 57.- Como norma general el tamaño de la muestra del plato testigo será de:
- A) 20 gramos
  - B) 100 gramos
  - C) 50 gramos
  - D) El equivalente a una ración individual o 150 gramos. Como mínimo



**58.-** El Reglamento (CE) N°852/2004 del Parlamento Europeo y del Consejo de 29 de abril de 2004 relativo a la higiene de los productos alimenticios se aplicará (sin perjuicio a otros requisitos más específicos en materia de higiene alimentaria):

- A) Sólo a la producción primaria de alimentos
- B) Exclusivamente a las exportaciones e importaciones
- C) A todas las etapas de la producción, la transformación y la distribución de alimentos y a las exportaciones
- D) A la preparación, manipulación o almacenamiento de productos alimenticios para consumo doméstico privado

**59.-** Los denominados alimentos no perecederos, deben conservarse:

- A) En espacios suficientes y bien aireados para facilitar la circulación del aire
- B) Nunca deben almacenarse en contacto directo con el suelo
- C) Estableciendo una buena rotación control de etiquetado y control de caducidades
- D) Las opciones A, B y C son correctas

**60.-** Un contenedor de residuos es:

- A) Recipiente en que se acumulan directamente residuos
- B) Recipiente para conservación de alimentos
- C) Recipiente donde se acumulan líquidos
- D) Recipiente en que se acumulan envases con residuos o residuos de envases

**61.-** Una sanción disciplinaria impuesta a un trabajador estatutario del Servicio Madrileño de Salud, tendrá validez y eficacia en:

- A) Exclusivamente en el Servicio Madrileño de Salud
- B) En el Servicio Madrileño de Salud y en los Servicios de Salud de la Comunidades Autónomas limítrofes
- C) Tendrá validez y eficacia en todos los servicios de salud
- D) Tendrá validez y eficacia en todos los servicios de salud, salvo en los Servicios de Salud del País Vasco, Cataluña y Galicia

**62.-** ¿Qué deberá tenerse en cuenta en la delimitación de las zonas básicas?

- A) Las distancias mínimas de las agrupaciones de población más alejadas de los servicios y el tiempo normal a invertir en su recorrido usando los medios ordinarios
- B) El grado de concentración o dispersión de la población
- C) Las características rurales de la zona
- D) Las instalaciones deportivas de la zona

**63.-** Una dieta rica en residuos es:

- A) Una dieta normocalórica, con abundancia de alimentos ricos en fibra
- B) Una dieta normocalórica, con escaso residuo y fácil digestión
- C) Una dieta normocalórica con restricción de verduras
- D) Una dieta normocalórica pobre en frutas

- 64.-** Los circuitos de distribución de productos finales (platos preparados) garantizarán:
- A)** Recorridos inferiores a 15 minutos
  - B)** Que no transcurra más de una hora desde su emplatado hasta la entrega a su destinatario
  - C)** Recorridos en horizontal que faciliten la distribución
  - D)** Que al destinatario final le llegue a temperatura que garantice la palatabilidad del plato
- 65.-** ¿Cómo denominamos el lugar donde se limpia y conserva la batería de cocina?
- A)** Almacén
  - B)** Cuarto frío
  - C)** Plonge
  - D)** Las opciones A, B y C son falsas
- 66.-** La lechuga limpia, pelada, cortada y envasada, es un producto de:
- A)** Quinta gama
  - B)** Primera gama
  - C)** Cuarta gama
  - D)** Segunda gama
- 67.-** ¿Cual es la temperatura de almacenamiento de comidas preparadas a temperatura regulada si se va a consumir antes de 24 horas?
- A)** Menor o igual a 12° C
  - B)** Menor o igual a 10° C
  - C)** Menor o igual a 8° C
  - D)** Menor o igual a 15° C
- 68.-** Las toxiinfecciones alimentarias afectan sobre todo a:
- A)** A la vista
  - B)** Al sistema gastrointestinal
  - C)** Al sistema circulatorio
  - D)** Las opciones A, B y C son falsas
- 69.-** Respecto a los vestuarios y cuartos de aseo:
- A)** Se podrá disponer o no de vestuarios pero es obligatorio que existan cuartos de aseo
  - B)** Deben encontrarse directamente en la zona de manipulación de alimentos
  - C)** Todos los establecimientos deberán disponer de vestuarios y cuartos de aseo suficientes, adecuados y convenientemente situados
  - D)** Es necesario que junto a los aseos y antes de la zona de elaboración existan lavabos de agua fría
- 70.-** Los cortes y heridas de un manipulador:
- A)** Deberán estar completamente protegidas por un revestimiento impermeable, firmemente asegurado, y de color bien visible. Para evitar contacto con el alimento
  - B)** No es necesario el desinfectarlas
  - C)** Se debe acudir inmediatamente al medico
  - D)** Deberán estar al aire para que no se reblandezcan