

---

**Solucionario de**

# ejercicios de autoevaluación



---

## Ejercicios de autoevaluación

### Capítulo 1

1. Selecciona cuáles de las siguientes sustancias no se consideran alimentos:

- a. Zanahorias
- b. Leche
- c. Canela
- d. Chicles**
- e. Trigo
- f. Azúcar
- g. Zumos de frutas

2. Relaciona cada una de las siguientes hortalizas con el grupo al que pertenezcan:

- a. Hortalizas de hoja
- b. Hortalizas de vaina
- c. Hortalizas de tallo
- d. Hortalizas de flor
- e. Hortalizas de fruto
- f. Hortalizas de bulbo
- g. Hortalizas de raíz
- h. Tubérculos

- b. Habas
- d. Alcachofa
- h. Patata
- a. Acelgas
- g. Zanahoria
- e. Pepino
- c. Apio
- f. Ajo

3. ¿Cuáles de los siguientes mariscos se consideran crustáceos decápodos branquiuros?

- a. Almejas
- b. Cangrejos**
- c. Centollos

- d. Langostinos
- e. Nécoras**
- f. Cigalas
- g. Pulpo

**4. Señala si las siguientes afirmaciones sobre la calidad de los alimentos son verdaderas o falsas:**

- a. En el concepto de calidad para describir un producto alimentario solo se contemplan los aspectos positivos del mismo.
  - Verdadero
  - **Falso**
  
- b. El arroz de calidad Extra debe poseer como mínimo un 80 % de granos enteros.
  - Verdadero
  - **Falso**
  
- c. La mantequilla de calidad debe ser untable y elástica, sin poros o apariencia quebradiza y un máximo de humedad del 16 %.
  - **Verdadero**
  - Falso

**5. ¿Qué efectos provocará en los alimentos la acción del calor?**

- a. Solidificación de algunos alimentos y decoloración.
- b. Pérdida de vitaminas en algunas bebidas como zumos y leche.
- c. Evaporación y desecación superficial de alimentos, creando arrugas superficiales y pérdida de peso.**
- d. Formación de gases y ácidos en las latas de conserva.

**6. Señala si las siguientes afirmaciones sobre las alteraciones de los alimentos son verdaderas o falsas:**

- a. Debido a los propios fermentos de un alimento, pueden producirse ablandamientos en frutas, verduras, carnes y pescados.
  - **Verdadero**
  - Falso

b. Algunos de los procesos que provocan las reacciones químicas en los alimentos son el enranciamiento de las grasas, la formación de gases y ácidos en latas de conserva y degradación de pigmentos específicos naturales.

- Verdadero
- Falso

**7. ¿En qué etapas del proceso de producción deben aplicarse medidas de control para asegurar el buen estado de los alimentos?**

- a. Distribución
- b. Reparto (envío y entrega)
- c. Almacenamiento
- d. Transformación
- e. Venta
- f. Recolección/sacrificio
- g. Conservación

**8. Señala si las siguientes afirmaciones sobre las obligaciones de los manipuladores son verdaderas o falsas:**

a. Deberá mantener un grado elevado de aseo personal, llevar una vestimenta limpia y de uso exclusivo para la actividad laboral.

- Verdadero
- Falso

b. Deberá lavarse las manos con agua caliente y jabón o desinfectante adecuado, como mínimo 3 veces al día.

- Verdadero
- Falso

c. Durante su actividad laboral no podrá llevar efectos personales como pulseras o relojes, pero sí anillos.

- Verdadero
- Falso

**9. ¿Cuáles de las siguientes premisas se deberán llevar a cabo durante la fase de recepción de mercancías?**

- a. Comprobar el estado general de la mercancía (estado del embalaje, fecha de caducidad, temperatura, calidad, etc.).**
- b. Aplicar un correcto aprovechamiento de la materia prima y eliminación de residuos.
- c. Respetar los tiempos de servicio.
- d. Comprobar el estado de limpieza del medio de transporte.**

**10. Señala cuáles de las siguientes características sobre los locales e instalaciones donde se manipulen alimentos son verdaderas o falsas:**

- a. Las paredes deben estar revestidas hasta el techo, con azulejos o similares, preferiblemente en colores claros, resistentes y no tóxicos.

- **Verdadero**
- Falso

- b. El suelo debe ser impermeable, antideslizante y de fácil limpieza, no presentando escalones.

- **Verdadero**
- Falso

- c. Las instalaciones deberán presentar el mayor número de columnas y pilares para asegurar la estabilidad.

- Verdadero
- **Falso**

**11. Señala a qué maquinaria, utillaje o herramienta pertenecen cada una de las siguientes descripciones:**

- a. Plancha y parrilla
- b. Olla a presión
- c. Cámara frigorífica
- d. Abatidor de temperatura
- e. Placas eutécticas

- a. Permite la cocción de alimentos de forma rápida por contacto con una superficie caliente, ya sea esta una placa lisa o plancha o una placa ranurada o confeccionada con rejillas, dejando paso a la radiación directa.
- d. Máquina destinada a bajar rápidamente la temperatura de productos tanto terminados como en preelaboración para su posterior congelación o mantenimiento en frío.
- b. Equipo utilizado para cocer los productos a una temperatura superior a 100 °C, generalmente suelen alcanzar una temperatura de 120 °C, reduciendo así el tiempo de cocción.
- c. Pequeña habitación dotada de paneles aislantes y generadores de frío.
- e. Elemento utilizado para suplementar o reforzar la capacidad térmica durante el transporte de la comida.

**12. Ordena cronológicamente las fases del proceso de limpieza:**

1. Prelimpieza
2. Limpieza
3. Enjuagado
4. Desinfección
5. Aclarado
6. Secado

**13. Señala si las siguientes afirmaciones sobre la distribución de las instalaciones, iluminación y ventilación son verdaderas o falsas:**

- a. La zona de almacenamiento refrigerado de basuras debe estar lo más alejado posible de la *plonge* y del *office*.
  - Verdadero
  - **Falso**
  
- b. Los sistemas de iluminación deben ser estancos para evitar en ellos la condensación de vapor y de suciedad, situados de tal forma que eviten la creación de sombras y deslumbramientos.
  - **Verdadero**
  - Falso

c. La ventilación de las instalaciones debe ser siempre natural.

- Verdadero
- **Falso**

**14. Relaciona cada residuo con el contenedor en el que deberán depositarse:**

- a. Contenedor verde
- b. Contenedor azul
- c. Contenedor amarillo
- d. Contenedor marrón
- e. Contenedor gris

- d. Huesos
- b. Caja de cartón
- a. Botella de vino
- c. Latas de refrescos
- Tetrabriks de leche
- d. Tapones de corcho
- d. Restos de fruta

**15. Señala cuáles de los siguientes aspectos sobre la vestimenta y equipos de trabajo de los manipuladores son correctos:**

- a. El vestuario debe mantenerse limpio, debe lavarse con frecuencia, a ser posible a diario.**
- b. Cuando se alterne el trabajo con alimentos y otras faenas de limpieza o de manejo de desperdicios, deberá utilizarse ropa distinta para cada trabajo.**
- c. Los zapatos deberán limpiarse como mínimo semanalmente.
- d. La indumentaria de trabajo deberá ser preferentemente de colores oscuros.
- e. El uniforme debe ser cómodo y amplio.**

**16. Señala si las siguientes afirmaciones sobre la salud y enfermedades de los manipuladores son verdaderas o falsas:**

a. El personal manipulador no tiene la obligación de comunicar a los superiores cualquier alteración de su salud o enfermedad que padezca, aunque pueda contaminar los alimentos.

- Verdadero
- Falso

b. Cualquier herida, corte o quemadura, por limpios que se encuentren, deberán ser cuidadosamente protegidos con vendaje adecuado e impermeable.

- Verdadero
- Falso

c. Los portadores sanos pueden tener bacterias patógenas en su organismo sin que aparezcan en ellos señales de enfermedad.

- Verdadero
- Falso

**17. Selecciona cuáles de los siguientes aspectos sobre la información de productos alimenticios son correctos:**

- a. Las indicaciones obligatorias deberán ser fácilmente comprensibles y estar en un lugar destacado.
- b. Las indicaciones del etiquetado deberán expresarse en todos los idiomas que se hablen en el Estado.
- c. El etiquetado no podrá atribuir al alimento propiedades o efectos que no posea el mismo.

**18. Señala los datos que debe presentar en su diseño el etiquetado de los productos alimenticios:**

- a. Lista de ingredientes
- b. Dirección de facturación
- c. Denominación de venta
- d. Aromas y aditivos alimentarios
- e. Alérgenos

**19. ¿Cuáles de los siguientes productos no requieren la indicación de la fecha de duración mínima?**

- a. Leche
- b. Sal**
- c. Hortalizas frescas**
- d. Legumbres
- e. Vinos**
- f. Bebidas alcohólicas con más de 10 % de alcohol**
- g. Patatas fritas

**20. Relaciona cada tipo de enfermedad de transmisión alimentaria con su definición:**

- a. Infección alimentaria
- b. Intoxicación alimentaria
- c. Toxiinfección alimentaria
  
- a. Producida cuando determinados microorganismos, ingeridos a través de los alimentos, se desarrollan en el tracto digestivo del hombre.
- b. Producida por la ingestión de alimentos que contienen ciertas toxinas formadas por algunos microorganismos.
- c. Originada por la presencia en los alimentos de gérmenes patógenos que, además de reproducirse, producen toxinas.

**21. ¿Cuáles de las siguientes medidas preventivas se deben tener en cuenta para evitar una contaminación por salmonela?**

- a. Cocinar adecuadamente los alimentos, evitando en lo posible el consumo en crudo o empleando alimentos alternativos.**
- b. Extremar la precaución en la producción de conservas, limpiando meticulosamente los alimentos que se utilizarán como materia prima.
- c. No utilizar vegetales que hayan sido regados con aguas fecales.
- d. Conservar refrigerados, rápida y adecuadamente, los alimentos.**
- e. Evitar la contaminación cruzada por el contacto de alimentos crudos con alimentos cocinados, y no utilizar nunca huevos sucios o con las cáscaras rotas.**

**22. ¿Cuáles de las siguientes medidas preventivas se deben tener en cuenta para evitar una contaminación por anisakis?**

- a. Conservar refrigerados, rápida y adecuadamente, los alimentos.
- b. Congelar el alimento a -20 °C durante al menos 24 horas.**
- c. Cocinar el alimento por encima de los 70 °C durante al menos 1 minuto.**
- d. Limpiar y desinfectar las superficies y utensilios de trabajo, para evitar la contaminación cruzada.

**23. ¿Qué es la pasteurización?**

- a. Una técnica de conservación física por calor que consiste en la aplicación de calor en torno a 80 °C durante tiempos variados (atendiendo al producto) consiguiendo así inactivar los gérmenes capaces de producir enfermedades.**
- b. Una técnica de conservación física por calor que consiste en la aplicación de calor en torno a los 115 °C permitiendo eliminar los gérmenes y las esporas.
- c. Una técnica de conservación por frío que presentará temperaturas inferiores a los 0 °C, siendo la temperatura de aplicación más habitual la comprendida entre -18 °C y -25 °C.

**24. ¿Cuáles de las siguientes técnicas pertenecen a los métodos químicos de conservación?**

- a. Aplicación de sal**
- b. Uso de ácidos**
- c. Liofilización
- d. Esterilización
- e. Adición de azúcar**
- f. Ultracongelación
- g. Aplicación de humo.**

**25. Relaciona cada tipo de nutriente con la función principal que desempeña:**

- a. Hidratos de carbono y grasas
- b. Proteínas
- c. Vitaminas y minerales

- c.** Regular el funcionamiento metabólico.
- a.** Suministrar energía.
- b.** Construir las estructuras corporales y su mantenimiento y reparación.

**26. ¿Cuáles de los siguientes alimentos se consideran glúcidos?**

- a. Mantequilla
- b. Huevos
- c. Pescados
- d. Legumbres**
- e. Carnes
- f. Cereales**
- g. Tubérculos**

**27. Ordena cronológicamente los principios de aplicación del sistema APPCC:**

1. Realizar un análisis o identificación de peligros.
2. Identificar los Puntos de Control Críticos (PCC).
3. Establecer los Límites Críticos.
4. Establecer un sistema de vigilancia de los PCC.
5. Establecer las acciones correctoras necesarias.
6. Establecer el procedimiento de verificación.
7. Crear un sistema de documentación.

**28. Señala cuáles de las siguientes premisas se deberán tener en cuenta en la fase de preparación, elaboración y cocinado de alimentos para evitar cualquier contaminación:**

- a. Almacenar los alimentos crudos con los cocinados.
- b. Lavar y desinfectar todos los utensilios y maquinaria que se han utilizado con los alimentos crudos y que pasarán a ser usados para alimentos cocinados.**
- c. Al cocinar los alimentos a altas temperaturas, en concreto, a temperaturas superiores a 50 °C, garantizamos la penetración del calor en el centro del mismo.

- d. Elaborar las materias primas inmediatamente después de sacarlas de las cámaras.
- e. Cualquier alimento de consumo inmediato en el que figure el huevo u ovoproducto como ingrediente se conservará como máximo 24 horas desde que es elaborado y a una temperatura no superior a 6 °C.

29. ¿Cuál es la normativa relativa a la higiene de productos alimenticios?

- a. Real decreto 109/2010
- b. Reglamento (CE) 852/2004**
- c. Reglamento 1169/2011
- d. Real Decreto 126/2015

