

PROVA SCRITTA N. 2

1) In un menù scolastico, quale dovrebbe essere la frequenza massima mensile del prosciutto?

- a) 1-2 volte
- b) 4 volte
- c) 2-3 volte
- d) non è fondamentale se si tratta di prosciutto cotto

2) Quale tra questi cereali ha il più basso indice glicemico?

- a) riso
- b) orzo
- c) farro
- d) mais

3) In una corretta alimentazione, le porzioni giornaliere consigliate di frutta e verdura sono:

- a) 5 porzioni tra frutta e verdura
- b) 3 porzioni di frutta e 2 di verdura
- c) 2 porzioni di frutta e 3 di verdura
- d) 2 porzioni a pranzo e 2 porzioni a cena

4) Secondo i dati "Okkio alla Salute" – 2016, quale è la percentuale di sovrappeso in Italia?

- a) 18,9%
- b) 21,3%
- c) 24,6%
- d) 27,2%

5) Il livello LAF compreso tra 1,40 - 1,69 quale livello di attività definisce (FAO/WHO/UNU 2004)?

- a) attivo – moderatamente attivo
- b) poco attivo
- c) molto attivo
- d) sedentario

6) Quale decreto ministeriale definisce la figura professionale del Dietista?

- a) 14/09/1991 n° 744
- b) 14/09/1994 n° 744
- c) 14/09/1988 n° 744
- d) 14/09/2000 n° 744

7) Quale è l'apporto adeguato di fibra in età evolutiva?

- a) 3,2 g/1000 kcal
- b) 5,2 g/1000 kcal
- c) 6,4 g/1000 kcal
- d) 8,4 g/1000 kcal

8) Cosa è la Niacina?

- a) un aminoacido essenziale
- b) una vitamina
- c) un pigmento
- d) un fosfolipide

9) Quale di questi alimenti non contiene mai tracce di glutine?

- a) dadi
- b) gelato
- c) lievito di birra
- d) salumi

10) Quale alimento è sconsigliato in caso di disfagia?

- a) pastina in brodo
- b) semolino in brodo
- c) crema di riso con passata di pomodoro
- d) omogeneizzato di formaggio

11) Cosa indica la sigla E621?

- a) amaranto
- b) glutammato monosodico
- c) nitriti
- d) clorofilla

12) Ha un più elevato indice glicemico la pasta secca o quella fresca?

- a) la pasta secca
- b) la pasta fresca
- c) uguale per entrambe
- d) dipende solo dal condimento della pasta

13) Secondo i più recenti studi l'introduzione del latte vaccino nello svezzamento andrebbe evitato:

- a) nei primi 5 mesi di vita
- b) nei primi 6 mesi di vita
- c) nel primo anno di vita
- d) nei primi 2 anni di vita

14) A quale famiglia di acidi grassi appartiene l'acido GLA?

- a) w3
- b) w 6
- c) w 9
- d) Nessuna delle precedenti

15) Gli standard italiani per la cura dell'obesità raccomandano fortemente l'impiego della curcumina:

- a) per gli effetti insulino-sensibilizzanti e antiinfiammatori
- b) per gli effetti di riduzione dell'assorbimento dei carboidrati
- c) per gli effetti digestivi
- d) per gli effetti termogenici e antiossidanti

16) Con quale frequenza andrebbero introdotti i legumi in un menù scolastico?

- a) 0-1 volta alla settimana
- b) 2 volte alla settimana
- c) 2 volte al mese
- d) 3-4 volte al mese

17) Quale supplementazione dovrebbe essere consigliata ai pazienti con Morbo di Parkinson in follow-up nutrizionale?

- a) acido folico, calcio e magnesio
- b) acido folico, vit. D e vit. B12
- c) calcio – vit D – Vit B12
- d) calcio – vit D – Zinco

18) Quale è il ruolo di ATS nella ristorazione scolastica?

- a) sorveglianza igienico-sanitaria
- b) validazione menù
- c) progetti di educazione alimentare
- d) tutte le precedenti

19) Qual è la quantità di ristagno gastrico che controindica la prosecuzione della NE?

- a) >150ml
- b) >200ml
- c) >250 ml
- d) >300ml

20) La reazione di Maillard è un processo di imbrunimento non enzimatico che avviene tra uno zucchero riducente e le proteine, in particolare quale aminoacido si è dimostrato più suscettibile a tale reazione?

- a) lisina
- b) fenilalanina
- c) valina
- d) isoleucina

21) Secondo i LARN, quale è il fabbisogno calorico medio relativo al pranzo (40% delle calorie totali giornaliere) di un bambino di 3-6 anni?

- a) 408-453 kcal
- b) 526-626 kcal
- c) 632-752 kcal
- d) 809-919 kcal

22) Per nutrivending si intende:

- a) vendita online di prodotti alimentari
- b) vendita di integratori e prodotti dimagranti
- c) utilizzo dei distributori automatici per favorire l'adozione di corrette abitudini alimentari
- d) vendita di prodotti vegetali locali (km 0)

23) Quale tra le seguenti affermazioni relative al Morbo di Crohn è corretta?

- a) coinvolge esclusivamente l'intestino crasso
- b) il processo infiammatorio può interessare la parte intestinale a tutto spessore
- c) è caratterizzata da diarrea con sangue e muco
- d) non è una malattia cronica

24) Quali pesci sono da limitare nella formulazione di un menù scolastico?

- a) trota e orata
- b) merluzzo e orata
- c) tonno e salmone
- d) per il pesce non esistono limitazioni di alcun tipo

25) L'indagine epidemiologica "HBSC" descrive i fenomeni e comportamenti correlati alla salute degli studenti nella fascia d'età:

- a) 6-9 anni
- b) 9 -11 anni
- c) 11-15 anni
- d) 15-18 anni

26) Il programma "Guadagnare Salute" prevede il coinvolgimento di:

- a) Ministeri (Salute, della Famiglia, della Pubblica Istruzione ecc.)
- b) Produttori e gestori dei pubblici servizi
- c) Enti locali
- d) tutte le precedenti

27) Quale dei seguenti non è un compito del Responsabile della Prevenzione della Corruzione e della Trasparenza (RPCT)?

- a) vigilare sul rispetto delle disposizioni in materia di inconfiribilità e incompatibilità degli incarichi
- b) individuare il personale da inserire nei percorsi di formazione sui temi dell'etica e della legalità
- c) svolgimento dei provvedimenti disciplinari nei confronti dei dipendenti che non hanno adottato le misure in materia di prevenzione della corruzione e della trasparenza
- d) elaborare una relazione annuale sull'attività svolta

28) Il DPR che definisce il codice di comportamento dei dipendenti pubblici è:

- a) 62/2013
- b) 54/2011
- c) 71/2015
- d) 90/2014

29) I prodotti senza glutine, per essere definiti tali, che contenuto massimo di glutine possono avere?

- a) 0 mg/kg
- b) 10 mg/kg
- c) 20 mg/kg
- d) 30 mg/kg

30) Quale delle seguenti non è un'attività del Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria?

- a) promozione della salute
- b) igiene degli alimenti e della nutrizione
- c) profilassi delle malattie infettive
- d) governo della spesa farmaceutica