

TEST 1

1) Quali sono i tessuti insulino-dipendenti?

- a. cervello, globuli rossi, fegato
- b. cervello, muscolo, cuore
- c. tessuto adiposo, muscolo scheletrico
- d. non ci sono tessuti insulino-dipendenti

2) Le complicanze croniche del diabete sono:

- a. chetoacidosi
- b. cardiopatia ischemica
- c. retinopatia e neuropatia
- d. b + c

3) Nel trattamento della VLCAD l'aspetto chiave della dietoterapia è:

- a. la prevenzione del catabolismo, per cui è necessario fare pasti frequenti
- b. l'eliminazione totale degli zuccheri semplici
- c. la riduzione della pressione arteriosa, per cui occorre raccomandare una dieta ristretta in sodio
- d. la riduzione delle proteine e l'aumento della fibra

4) Secondo gli standard italiani per la cura del diabete mellito 2018 gli obiettivi glicemici da raggiungere durante la gravidanza in donne con diabete gestazionale sono i seguenti:

- a. ≤ 95 mg/dl a digiuno - ≤ 140 mg/dl un'ora dopo i pasti - ≤ 120 mg/dl due ore dopo i pasti
- b. ≤ 90 mg/dl a digiuno - ≤ 130 mg/dl un'ora dopo i pasti - ≤ 120 mg/dl due ore dopo i pasti
- c. ≤ 92 mg/dl a digiuno - ≤ 150 mg/dl un'ora dopo i pasti - ≤ 130 mg/dl due ore dopo i pasti
- d. ≤ 100 mg/dl a digiuno - ≤ 150 mg/dl un'ora dopo i pasti - ≤ 130 mg/dl due ore dopo i pasti

5) Nel trattamento dietetico della galattosemia classica è consentito il consumo di formaggio?

- a. no, nessun tipo
- b. si, solo stagionato, con galattosio < 100 mg/100 g
- c. si, solo stagionato, con galattosio < 25 mg /100 g
- d. si, solo stagionato, con galattosio < 150 mg/100 g

6) Secondo le Linee Guida Europee, quale dovrebbe essere il target di PHE ematica nei soggetti trattati per fenilchetonuria ed età ≥ 12 anni?

- a. 120/600 micromol/L
- b. < 120 micromol/L
- c. 240/360 micromol/L
- d. 650-800 micromol/L

7) Nella dieta per soggetti con PKU, alcuni prodotti di origine vegetale possono essere concessi senza indicarne la quantità. Quali?

- a. la frutta e la verdura contenenti ≤ 20 mg di Phe/100 g di prodotto
- b. la frutta e la verdura contenenti ≤ 75 mg di Phe/100 g di prodotto comprese le patate
- c. la frutta e la verdura contenenti ≤ 75 mg di Phe/100 g di prodotto, ad eccezione delle patate
- d. la frutta e la verdura contenenti ≤ 150 mg di PHE/100 g di prodotto

8) Quali delle seguenti condizioni non è collegata alla malnutrizione proteico-energetica?

- a. Kwashiorkor
- b. Marasma
- c. Inedia
- d. nessuna delle precedenti



9) La sindrome dell'ovaio policistico (PCOS) è caratterizzata da:

- a. oligo-anovulazione, iperandrogenismo, ovaio policistico
- b. obesità, irsutismo e disturbi dell'umore
- c. amenorrea, ovaio policistico ed osteoporosi
- d. amenorrea, diabete, ipertensione arteriosa

10) Quale tra le seguenti affermazioni sull'attività aerobica è corretta:

- a. determina una diminuzione dei depositi di glicogeno muscolare
- b. determina una riduzione dell'utilizzo dei substrati lipidici
- c. determina un aumento dell'attività specifica di enzimi ossidativi coinvolti nel processo di beta-ossidazione dei lipidi
- d. nessuna delle precedenti

11) Secondo le linee strategiche per la ristorazione scolastica in Emilia Romagna la merenda del pomeriggio deve contenere per porzione

- a. non più di 200 kcal, non più di 9 g di grassi di cui saturi < 4g
- b. non più di 150 kcal, non più di 8 g di grassi di cui saturi < 4g
- c. non più di 250 kcal, non più di 10 g di grassi di cui saturi < 5g
- d. non più di 150 kcal, non più di 10 g di grassi di cui saturi < 5g

12) Un consumo elevato di sale e di cibi conservati sotto sale correla positivamente con

- a. Cancro dell'esofago
- b. Cancro dello stomaco
- c. Cancro dell'intestino
- d. Cancro del fegato

13) Nel trattamento dietetico della gotta è raccomandata

- a. una rapida perdita di peso nei soggetti sovrappeso, con dieta chetogenica
- b. una graduale perdita di peso nei soggetti sovrappeso, con dieta a ridotto contenuto di grassi e zuccheri aggiunti, ed elevato apporto in vegetali e fibra
- c. il mantenimento del peso corporeo anche nei soggetti sovrappeso
- d. una dieta ricca di zuccheri semplici

14) Con quale obiettivo viene usato l'amido crudo nella glicogenosi tipo 1?

- a. evitare il glutine
- b. ridurre l'apporto proteico
- c. mantenere stabile la glicemia per un periodo di tempo maggiore rispetto ad altre fonti di carboidrati
- d. nessuna delle precedenti

15) Secondo le Linee Guida Nice, nel soggetto affetto da Parkinson, quali raccomandazioni relativamente agli aspetti nutrizionali?

- a. è necessario ridurre le proteine totali della dieta
- b. nei soggetti in trattamento con levodopa e complicanze motorie, deve essere discussa una dieta in cui la maggior parte delle proteine sono consumate nel pasto serale
- c. è necessario ridurre le proteine totali e consumarle preferibilmente nel pasto serale
- d. fornire indicazioni per una dieta iposodica

16) Nei soggetti diabetici con qualsiasi grado di malattia renale cronica, per ridurre il rischio di evoluzione verso l'insufficienza renale terminale, l'apporto proteico deve essere limitato

- a
- a. 0,6g/ kg peso desiderabile
- b. 0,7g/ kg peso desiderabile
- c. 0,8g/ kg peso desiderabile
- d. 0,9g/ kg peso desiderabile



17) Secondo i criteri diagnostici della malnutrizione Espen, quali soggetti possono essere considerati malnutriti?

- a. femmina di 40 anni con perdita di peso non intenzionale >5% negli ultimi 3 mesi, FFMI 14
- b. maschio, 40 anni, BMI 21 e perdita di peso non intenzionale >5% negli ultimi 3 mesi
- c. maschio, 35 anni, BMI 19
- d. tutti i precedenti

18) Cosa prevedono le raccomandazioni relativamente all'apporto di liquidi, nella litiasi di ossalato di calcio?

- a. introito di liquidi sufficiente a mantenere il volume urinario di 1,5 litri/die, aumento delle soft-drink
- b. introito di liquidi sufficiente a mantenere il volume urinario di almeno 1,5 litri/die, aumento delle soft drink arricchite di Vit C
- c. introito di liquidi sufficiente a mantenere il volume urinario di almeno 2-2,5 litri/die, riduzione delle soft-drink
- d. introito di liquidi sufficiente a mantenere il volume urinario di almeno 2-2,5 litri/die; se citraturia bassa occorre abolire i succhi di arancio e limone

19) Il dispendio energetico della termogenesi indotta dalla dieta (TID) è pari al :

- a. 5 – 10 % del dispendio energetico totale
- b. 7 – 15 % del dispendio energetico totale
- c. 15 – 20 % del dispendio energetico totale
- d. 20 – 25 % del dispendio energetico totale

20) Secondo le Linee Guida SINPE la nutrizione artificiale dovrebbe essere effettuata in caso di :

- a. malnutrizione severa o moderata (calo ponderale comunque < al 5% negli ultimi 3 mesi)
- b. apporto alimentare < 20% del fabbisogno calorico
- c. apporto alimentare < al 50% del fabbisogno calorico per un periodo superiore a 5 giorni e con malnutrizione severa o moderata (calo ponderale comunque >10% negli ultimi 6 mesi)
- d. alterazioni dell'assorbimento, del transito intestinale o della digestione del cibo nelle sue varie fasi, rapidamente reversibili (entro 10 giorni)

21) Secondo le Linee Guida SINPE la diagnosi di malnutrizione grave attraverso il parametro ematico dell'albumina viene posta con un valore:

- a. <2,5 g/dL
- b. < 2 g/dL
- c. tra 2,5-2,9 g/dL
- d. tra 3-3,5 g/dL

22) Quale Regolamento Comunitario classifica gli additivi alimentari?

- a. Reg.CE 852/2004;
- b. Reg.CE 1331/2008;
- c. Reg.CE 1333/2008
- d. Reg.CE 884/2007

23) Secondo gli standard per la cura del diabete- 2018, come deve essere suddivisa nelle 24 ore la dieta nella donna con diabete gestazionale?

- a. in 3 pasti e 2 spuntini; prima colazione 10-15%; pranzo 20-30%; cena 30-40%; 2 spuntini 5-10%
- b. in 3 pasti e 3 spuntini; prima colazione 10-15%; pranzo 20-30%; cena 30-40%; 3 spuntini 5-10%
- c. in 3 pasti e 3 spuntini; prima colazione 5%; pranzo 25-35%; cena 20-30%; 3 spuntini 5-10%
- d. in 3 pasti e 3 spuntini; prima colazione 20%; pranzo 20-30%; cena 30-40%; 3 spuntini 10%



24) Secondo le linee guida ESsCD, qual'è la quantità massima di glutine, considerata sicura per i pazienti celiaci, che può essere contenuta nei prodotti con dicitura "gluten-free"?

- a. 40ppm
- b. 35ppm
- c. 15ppm
- d. 20ppm

25) Secondo le Linee Guida Espen, a quanto corrisponde il fabbisogno proteico dell'adulto con IBD in fase attiva?

- a. g 2,2-2,5 Kg/pc/die
- b. g 1,8-2,0 Kg/pc/die
- c. g 1,2-1,5 Kg/pc/die
- d. 0,8-1,0 Kg/pc/die

26) I requisiti del sistema HACCP così come definiti dal Reg.CE 852/2004 dovrebbero tener conto

- a. dei principi contenuti nel "Codex Alimentarius"
- b. dei principi da emanarsi a livello nazionale
- c. dei principi dettati dal decreto Legislativo 155/97
- d. dei principi successivamente emanati a livello comunitario

27) Quale disposizione regolamenta la qualità delle acque destinate al consumo umano?

- a. Reg.CE 852/2004
- b. Reg.CE 853/2004
- c. D.lgs n.31/2001
- d. D.lgs n.194/2008

28) Secondo il programma nazionale di iodoprofilassi quanti mg di iodio sono contenuti in un kg di sale iodato?

- a. 10
- b. 20
- c. 30
- d. 35

29) Secondo gli standard per la cura del diabete – 2018, i soggetti con ridotta tolleranza glucidica devono essere incoraggiati a modificare le abitudini alimentari: cosa raccomandano per quanto riguarda i grassi?

- a. ridurre l'apporto di grassi totali (<30% dell'apporto energetico giornaliero) e particolarmente degli acidi grassi saturi (<10% dell'apporto calorico giornaliero)
- b. ridurre l'apporto di grassi totali (<30% dell'apporto energetico giornaliero) e particolarmente degli acidi grassi saturi (<7% dell'apporto calorico giornaliero)
- c. aumentare l'apporto di fibra vegetale (almeno 20g/1000 Cal) e ridurre i grassi d'origine animale
- d. aumentare l'apporto proteico, in particolare di proteine animali, e ridurre l'apporto di grassi

30) La dismorfofobia è:

- a. paura di aumentare il proprio peso
- b. paura della propria forma corporea
- c. paura degli ambienti chiusi
- d. paura del giudizio dei pari

31) Cosa è il MNA:

- a. strumento usato per lo screening della malnutrizione nell'anziano
- b. strumento usato per la valutazione dell'autonomia del paziente
- c. strumento usato per lo screening della malnutrizione nell'adulto
- d. strumento usato per la valutazione del rischio di lesioni da pressione



32) Nella NAFLD, la quota lipidica della dieta dovrebbe essere:

- a. <30% delle Calorie totali, con non più del 10% di grassi saturi
- b. <25% delle Calorie totali, con non più del 7% di grassi saturi
- c. pari al 35% delle Calorie totali
- d. <20% delle Calorie totali

33) Per prevenire il decadimento sarcopenico in soggetti anziani sani, qual'è l'apporto proteico quotidiano raccomandato?

- a. 1- 1,2 g/kg peso corporeo
- b. > 1,5 g/kg peso corporeo
- c. < 0,7 g/kg peso corporeo
- d. 1- 1,5 g/kg peso corporeo

34) Per sistema HACCP si intende:

- a. Piano di autocontrollo
- b. Documento con il quale si definiscono le strategie e le procedure per evitare che nel processo produttivo insorgano rischi per la salute del consumatore
- c. Metodo di analisi per gestire i pericoli più significativi per la sicurezza dell'alimento
- d. Nessuna delle precedenti

35) Quali raccomandazioni prevedono gli standard per la cura del diabete- 2018, per quanto riguarda l'alcol nel diabete tipo 2?

- a. consumo moderato di alcol fino a 10 g/die nelle donne e 20 g/die negli uomini è accettabile se il paziente desidera bere alcolici; nei pazienti che sono trattati con insulina, consumo solo nel contesto di pasti che comprendono cibi contenenti carboidrati
- b. consumo moderato di alcol fino a 20 g/die nelle donne e 10 g/die negli uomini è accettabile se il paziente desidera bere alcolici; nei pazienti che sono trattati con insulina solo nel contesto di pasti che comprendono cibi contenenti carboidrati
- c. consumo moderato di alcol fino a 10 g/die nelle donne e 20 g/die negli uomini è accettabile se il paziente desidera bere alcolici; nei pazienti che sono trattati con insulina solo nel contesto di pasti che comprendono cibi contenenti grassi
- d. consumo moderato di alcol fino a 10 g/die nelle donne e 20 g/die negli uomini è accettabile se il paziente desidera bere alcolici; può essere consumato anche fuori pasto perché non ha effetti sulla glicemia

36) Secondo i LARN IV Revisione l'assunzione adeguata di Iodio negli adulti che permette di prevenire il gozzo e di assicurare sufficienti riserve di I nella tiroide è stimata in

- a. 200 µg/die
- b. 175 µg/die
- c. 150 µg/die
- d. 130 µg/die

37) Secondo le Linee Guida AMD-SID 2018 cosa si intende per "pre-diabete"?

- a. condizione di Alterata Glicemia a digiuno e/o Ridotta Tolleranza Glucidica
- b. condizione iniziale di Diabete Mellito Tipo 2 (HbA1c <6.5%)
- c. condizione di suscettibilità genetica al Diabete Mellito tipo 1 in bambini e adolescenti
- d. termine che non viene utilizzato



38) Nel soggetto obeso con cirrosi, che caratteristiche deve avere la dieta?

- a. moderatamente ipocalorica (riduzione calorica -500/-800 Kcal/die), con proteine >1,5 g/Kg peso ideale secco
- b. non è raccomandata la perdita di peso; proteine 1,5 g/Kg peso ideale secco
- c. moderatamente ipocalorica (riduzione calorica -500/-800 Kcal/die), con proteine 0,8 g/Kg peso ideale secco
- d. ipercalorica, purché ridotta in carboidrati

39) Quali sono le raccomandazioni degli Standard italiani per la cura dell'obesità SIO- ADI 2016-2017, relativamente agli zuccheri semplici nella dieta del soggetto obeso?

- a. non dovrebbero superare il 10-12 % della calorie totali, favorendo il consumo di frutta e verdura e limitando il consumo di saccarosio
- b. non dovrebbero superare il 15% della calorie totali
- c. non dovrebbero superare il 10-12% della calorie totali, favorendo il consumo di frutta e verdura ed eliminando completamente il saccarosio
- d. l'unica indicazione è relativa alle bevande zuccherate che devono essere evitate

40) Secondo le Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione ospedaliera, come deve essere organizzato il vitto comune ospedaliero?

- a. su almeno 3 settimane, prevedere l'alternanza stagionale e almeno 2 alternative/giorno per ogni portata
- b. su almeno 15 giorni, prevedere l'alternanza stagionale e almeno 2 alternative/giorno per ciascuna portata
- c. su almeno 2 settimane, prevedere l'alternanza stagionale e almeno 3 alternative/giorno per ciascuna portata
- d. su almeno 4 settimane, prevedere l'alternanza stagionale e almeno 2 alternative/giorno per ciascuna portata

