

**PROCESO SELECTIVO PARA EL ACCESO A LA  
CONDICIÓN DE PERSONAL ESTATUTARIO FIJO  
EN LA CATEGORÍA DE PINCHE, EN LAS  
INSTITUCIONES SANITARIAS DEL SERVICIO  
EXTREMEÑO DE SALUD**

(Convocado mediante Resolución de 18 de septiembre de 2017, de la Dirección Gerencia del SES,  
DOE nº 187, de 28 de septiembre)

**TURNO PROMOCIÓN INTERNA**

**TIPO 1**

**1.- Señale cuál NO es un útil alimentario:**

- a) Vehículo de transporte.
- b) Etiquetas y precintos.
- c) Utillaje.
- d) Herramientas para reparaciones.

**2.- Es un aceite de oliva virgen:**

- a) Aceite de oliva virgen corriente.
- b) Aceite puro de Oliva.
- c) Aceite refinado de orujo de aceituna.
- d) Aceite de orujo de aceituna.

**3.- Las grasas comestibles pueden ser de origen animal o vegetal. Es una grasa vegetal comestible:**

- a) Manteca de coco.
- b) Mantequilla.
- c) Aceite de girasol.
- d) Manteca de palmera.

**4.- NO es un derivado de la leche:**

- a) La leche concentrada.
- b) La nata.
- c) La mantequilla.
- d) El queso.

**5.- NO es un tubérculo:**

- a) La zanahoria.
- b) La patata.
- c) La batata.
- d) La chufa.

**6.- ¿Es carne de vacuno de categoría segunda?:**

- a) Brazuelo.
- b) Pescuezo.
- c) Espaldilla.
- d) Redondo.

**7.- La definición “huevo” hace referencia a:**

- a) Todo tipo de huevos independientemente del animal que proceda.
- b) Sólo a huevo de gallináceas.
- c) Huevo de gallina y de cualquier ave.
- d) Sólo al huevo fresco.

**8.- Al comprar un huevo de la categoría A de la clase “L” debemos saber que su peso será de:**

- a) > 73 gramos.
- b) > 53 gramos y < 64 gramos.
- c)  $\geq 63$  gramos y < 73 gramos.
- d) >43 gramos y < 53gramos.

**9.- Con el código impreso en la cáscara del huevo de gallina que comienza por “0-----“ se nos indica que su forma de cría es:**

- a) Ecológica.
- b) Campera.
- c) En suelo.
- d) En jaulas.

**10.- A nivel nutricional podemos hablar de los siguientes tipos de hidratos de carbono:**

- a) Simples o de absorción rápida y complejos o de absorción lenta.
- b) Simples o de absorción rápida, medios o de absorción intermedia y complejos o de absorción lenta.
- c) Complejos o de absorción rápida y simples o de absorción lenta.
- d) De absorción lenta, rápida e inmediata.

**11.- Los alimentos de origen animal contienen proteínas con los 8 aminoácidos esenciales. Los principales alimentos de origen animal que aportan proteínas son:**

- a) Leche y sus derivados, legumbres, carnes y pescados.
- b) Leche y sus derivados, carnes y aves, huevos y pescado.
- c) Leche y sus derivados, fruta, legumbres, carnes y pescados.
- d) Leche y sus derivados, frutos secos, carnes y pescados.

**12.- Es una dieta terapéuticas estándar:**

- a) Dieta astringente seca.
- b) Dieta de 4000 Kcal.
- c) Dieta de fácil masticación.
- d) Dieta hipoproteica.

**13.- ¿Cuál es el aporte en una dieta pobre en calcio?**

- a) 2.100 kcal, de las que el 20% provienen de proteínas, 50% de hidratos de carbono y 30% de lípidos.
- b) 2.500 kcal, de las que el 20% provienen de proteínas, 40% de hidratos de carbono y 30% de lípidos.
- c) 2.100 kcal, de las que el 50% provienen de proteínas y el 50% de hidratos de carbono.
- d) 1.500 kcal, de la que el 15% provienen de proteínas, 50% de hidratos de carbono y 35% de lípidos.

**14.- En relación a la evaluación del estado nutricional, la antropometría es:**

- a) Es un indicador directo en el que se tiene en cuenta el peso, la talla y el sexo.
- b) Es un indicador indirecto que determinan el estado nutricional y los problemas asociados al mismo.
- c) Es un indicador directo en el que se tiene en cuenta sólo el perímetro braquial.
- d) Es un indicador directo en el que se tiene en cuenta el peso, la talla, el perímetro braquial y los pliegues cutáneos en puntos específicos del cuerpo.

**15.- ¿Qué es el consomé gelée?**

- a) Un fondo oscuro.
- b) Un consomé concentrado, gelatinoso y frío.
- c) Un consomé poco concentrado.
- d) Un fondo de pescado.

**16.- ¿Para qué sirve un roux?**

- a) Ligar salsas .
- b) Mojar pescado.
- c) Conservar alimentos.
- d) Escaldar verduras.

**17.- En una cocina hospitalaria, ¿Qué significa albardar?**

- a) Echar agua hirviendo sobre pan.
- b) Atar una pieza de carne o ave, antes de su cocción para que no se deforme.
- c) Recubrir carnes o aves con una lámina fina de tocino para hacerla más jugosa.
- d) Cocinar a fuego lento con poco aceite.

**18.- La cadena caliente consiste en:**

- a) Elaborar los platos en el momento que van a ser consumidos.
- b) Refrigerar los platos entre 0 y 3 °C hasta su consumo.
- c) Regenerar los alimentos refrigerados a 65 °C en el momento de su consumo.
- d) Congelar los alimentos a -18°C hasta su consumo.

**19.- ¿Cuál de los siguientes es un producto de segunda generación?**

- a) Patatas peladas.
- b) Hortalizas enteras.
- c) Carne fileteada.
- d) Escalope de pollo empanado.

**20.- ¿En qué consiste la liofilización?**

- a) Consiste en la extracción de parte del agua de constitución de los alimentos mediante su inmersión en sal.
- b) Consiste en la desecación del alimento mediante la aplicación de calor.
- c) Es una desecación en la que se produce el paso de sólido a gas sin pasar por líquido.
- d) Consiste en someter a los alimentos a la acción de un ácido.

**21.- El corte de las hortalizas en tiras o bastones finos se denomina:**

- a) Paisana
- b) Juliana
- c) Brunoise
- d) Mirepoix

**22.- ¿Con qué finalidad se “bridan” aves, carnes o pescados? Para:**

- a) Evitar que pierdan su forma durante la cocción.
- b) Evitar que el producto se pegue al fondo del rondón.
- c) Facilitar su cocción.
- d) Dar aroma al producto.

**23.- ¿Cuál de las siguientes NO es una medida preventiva para evitar caídas al mismo nivel?**

- a) Caminar despacio, sin correr.
- b) Utilizar calzado antideslizante.
- c) No dificultar la visión al transportar cargas.
- d) Espolvorear serrín en el suelo para no resbalarse.

**24.- ¿Cómo se pueden prevenir cortes y amputaciones por los elementos cortantes de máquinas y utensilios en la cocina?**

- a) Usando los equipos de protección individual que sean necesarios en cada operación.
- b) No teniendo los cuchillos muy afilados.
- c) Usando siempre guantes de látex.
- d) Limpiando las batidoras una vez enchufadas.

**25.- Según la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, el empresario está obligado a:**

- a) No realizar el mantenimiento de los equipos de protección individual.
- b) Cobrar a los trabajadores los equipos de protección individual.
- c) Velar por la utilización de los equipos de protección individual.
- d) Permitir que el trabajador elija el equipo de protección individual.

**26.- En primeros auxilios, se conoce como PAS:**

- a) Policía, ambulancia, sanidad.
- b) Prevenir, actuar, solucionar.
- c) Personal, ámbito, seguridad.
- d) Proteger, avisar, socorrer.

**27.- ¿Para qué se aplica agua en una quemadura?**

- a) Para enfriar la zona y reducir el dolor.
- b) Para desinfectarla.
- c) Para que deje de sangrar.
- d) Para mantener el calor en la zona afectada.

**28.- Una emergencia que se puede controlar de manera sencilla por el personal que se encuentre en la zona afectada, se denomina:**

- a) Conato de emergencia.
- b) Emergencia general.
- c) Emergencia parcial.
- d) Emergencia específica.

**29.- Los cambios que pueden sufrir los alimentos pueden ser de tres tipos:**

- a) Físico, químico y biológico.
- b) Químico, metabólico y biológico.
- c) Metabólico, físico y biológico.
- d) Higiénico, físico y biológico.

**30.- ¿Cuál de los siguientes contaminantes NO es una bacteria?**

- a) Salmonella.
- b) Yersinia enterocolítica.
- c) Bacillus cereus.
- d) Triquinosis.

**31.- La bacteria Escherichia coli se destruye a una temperatura de:**

- a) 20° C.
- b) - 3° C.
- c) 100 ° C.
- d) No se destruye a ninguna temperatura.

**32.- ¿Qué metal provoca el saturnismo?**

- a) La plata.
- b) El mercurio.
- c) El oro.
- d) El plomo.

**33.- Según el Sistema de Análisis de Peligros y Puntos de Control Crítico APPCC ¿cuál de los siguientes corresponde al principio 2?**

- a) Establecer un procedimiento para comprobar que el sistema APPCC funciona de forma eficaz.
- b) Establecer un sistema de vigilancia y control sobre los Puntos Críticos de Control.
- c) Realizar un análisis de peligros.
- d) Identificar los Puntos Críticos de Control .

**34.- La contaminación que se produce por crecimiento de los microorganismos sobre los alimentos se denomina contaminación:**

- a) Directa.
- b) Proporcional.
- c) Lineal.
- d) Cruzada.

**35.- Según el Real Decreto 3484/2000, de 29 de diciembre, ¿qué tiempo mínimo deben ser conservados los platos testigo?**

- a) 3 días y la cantidad correspondiente a una ración individual.
- b) 2 días y la cantidad correspondiente a una ración individual.
- c) 5 días y la cantidad correspondiente a una ración individual.
- d) 6 días y la cantidad correspondiente a una ración individual.

**36.- De los siguientes elementos de la cocina ¿cuál estará incluido en la dotación del cuarto frío?:**

- a) Rustideras.
- b) Ahumadero.
- c) Freidoras.
- d) Heladora-sorbetera.

**37.- Las pilas de las zonas de preparación y lavado en una cocina serán de:**

- a) Mármol.
- b) Acero inoxidable.
- c) Granito.
- d) PVC.

**38.- El juego de cuchillos corresponderá en la cocina a la dotación de:**

- a) Salsero.
- b) Entremetier.
- c) Pastelería.
- d) Cuarto frío.

**39.- Señale la respuesta INCORRECTA sobre las condiciones de los almacenes en la cocina:**

- a) El almacén de desperdicios o cuarto de basura será refrigerado.
- b) Los comestibles se almacenarán sobre estanterías y plataformas enrejadas
- c) Su comunicación con el almacén general será directa, evitando los escalones
- d) Deberá entrar directamente la luz del sol

**40.- Las tuberías de desagüe del sistema de fontanería en una cocina serán de:**

- a) Cobre
- b) PVC
- c) Aluminio
- d) Acero inoxidable

**41.- Cuando en la limpieza de cámaras o locales de almacenamiento se empleen aparatos o dispositivos productores de ozono, éstos últimos:**

- a) No podrán estar nunca en funcionamiento mientras haya personal dentro de los almacenes.
- b) Podrán estar en funcionamiento aún cuando haya personal dentro de los almacenes.
- c) Podrán estar en funcionamiento sólo cuando el personal que esté dentro no permanezca más de 10 minutos.
- d) No podrán utilizarse en las cámaras o locales de almacenamiento.

**42.- La limpieza de la plancha que se emplea para sándwiches, tostadas, tortitas, etc., debe realizarse:**

- a) Una vez al día.
- b) Apenas se termine de utilizar con algún alimento.
- c) Dos veces al día, una antes de comenzar el servicio del desayuno y otra al finalizar el servicio de la cena.
- d) Una vez a la semana.

**43.- La limpieza y fregado de las marmitas y rustideras fijas se realizará mediante el siguiente proceso:**

- a) Usar agua con detergente antigrasa, abundante agua clara para el enjuague y realizar un posterior secado.
- b) Usar agua jabonosa y ser enjuagadas con agua limpia con bactericida.
- c) Usar desengrasantes, agua y amoníaco.
- d) Usar agua con detergente y aclarar con agua limpia y un chorrito de vinagre.

**44.- La limpieza y desinfección combinadas constará de las siguientes fases:**

- a) Enjuague inicial. Enjuague intermedio. Enjuague final. Desinfección.
- b) Prelavado. Limpieza en húmedo. Limpieza en seco. Desinfección
- c) Prelavado. Limpieza y desinfección. Enjuague Final
- d) Prelavado. Lavado. Enjuague intermedio y desinfección. Enjuague final.



**45.- El proceso de elaboración de panadería y pastelería debe hacerse sobre mesas de:**

- a) Maderas nobles.
- b) Acero inoxidable.
- c) PVC.
- d) Material cerámico antiadherente.

**46.- En los detergentes sintéticos, ¿qué tipo de pH se considera alcalino?**

- a) pH igual a 0.
- b) pH igual a 10.
- c) pH igual a 7.
- d) pH igual a 5.

**47.- Para la eliminación de suciedades proteicas, y grasas vegetales y animales, se utilizan de forma habitual detergentes cuyo pH es:**

- a) Mayor que 8.
- b) Menor que 6.
- c) Entre 1 y 2.
- d) Entre 6 y 8.

**48.- ¿Cómo se denomina al tensioactivo (principal componente del detergente) que en disolución acuosa genera iones con carga negativa, forma mucha espuma y tiene una gran capacidad emulsionante?**

- a) Catiónico.
- b) Aniónico.
- c) Anfotérico.
- d) No iónico.

**49.- La acción limpiadora de los detergentes se basa en las siguientes propiedades:**

- a) Poder humectante, concentración y desinfección.
- b) Poder humectante, dispersión y suspensión.
- c) Poder humectante, desinfección y suspensión.
- d) Poder humectante, suspensión y concentración.

**50.- En la cocina hospitalaria, ¿qué partida se encarga de elaborar los segundos platos a base de hortalizas?:**

- a) Partida de Pastelero.
- b) Partida de despensero.
- c) Partida de Entremetier.
- d) Partida de Salsero.

**51.- Los aparatos que permiten cocer alimentos rápidamente, por contacto con un elemento caliente o por irradiación o acercamiento a un hogar incandescente se denominan:**

- a) Timbres.
- b) Parrillas.
- c) Mesas calientes.
- d) Salamandras.

**52.- Señale la respuesta INCORRECTA:**

- a) La sorbetera es un aparato utilizado para emulsionar alimentos; es decir, mezcla e incluso tritura convirtiendo en puré o crema alimentos congelados.
- b) El abatidor de temperatura es un armario frigorífico que permite la bajada rápida de temperatura de los alimentos inmediatamente después de haber sido cocinados.
- c) El armario frigorífico es un mueble destinado a la conservación de géneros a largo plazo, de uso no mediato.
- d) Las cámaras frigoríficas pueden ser fijas, construídas con materiales de obra o bien modulares.

**53.- Dependiendo del espacio disponible, señale cuál de los siguientes es un esquema básico de distribución de las cocinas:**

- a) Distribución paso a paso.
- b) Circuitos cortos de preparación y elaboración de alimentos.
- c) Distribución lineal.
- d) Distribución seccional.

**54.- Señale cuál de las siguientes NO es una Sección de la Unidad de Cocina Centralizada:**

- a) Sección de recepción de materia prima.
- b) Sección de emplatado.
- c) Zona de cocción.
- d) Sección de realización y control de pedidos.

**55.- La Sección de Preparación de la Unidad de Cocina Centralizada se sitúa a continuación de la Sección de:**

- a) Emplatado.
- b) Almacenamiento.
- c) Recepción de la materia prima.
- d) Elaboración.

**56.- En una cocina, el librador se utiliza para:**

- a) Cortar verduras.
- b) Pesar alimentos.
- c) Limpiar los fogones.
- d) Coger harinas.

**57.- ¿ En qué parte de la cocina se debe de desbarbar?.**

- a) En el tren de lavado.
- b) En la cinta de emplatado.
- c) En el cuarto del pescado.
- d) En la cámara de refrigeración.

**58.- Si el cocinero te pide que cortes patatas Noissete, ¿que utensilio necesitas?**

- a) Mechador.
- b) Cuchillo cebollero.
- c) Acanalador.
- d) Cucharilla sacabocados.

**59.- Señale la respuesta INCORRECTA sobre los contenedores de residuos:**

- a) Son recipientes donde se depositan envases con residuos.
- b) Deben ser transpirables.
- c) Se podrá disponer de contenedores para basura orgánica, para vidrio, para papel, etc, y así facilitar su reciclado o eliminación.
- d) Deben ser de fácil limpieza.

**60.- A los efectos de los dispuesto en la Ley 8/2011, de 23 de marzo, de Igualdad entre mujeres y hombres y contra la violencia de género en Extremadura, “la situación en que se encuentra una persona que, en atención a su sexo, sea, haya sido o pudiera ser tratada de manera menos favorable que otra en situación homóloga” se define como:**

- a) Discriminación indirecta.
- b) Discriminación directa.
- c) Representación equilibrada
- d) Interseccionalidad por razón de sexo.

**61.- En materia de prevención de riesgos laborales, uno de los principios de la acción preventiva por el empresario es:**

- a) El empresario adoptará las medidas necesarias a fin de garantizar que sólo los trabajadores que no hayan recibido información suficiente y adecuada puedan acceder a las zonas de riesgo grave y específico.
- b) No tener en cuenta la evolución de la técnica.
- c) Combatir los riesgos cuando se vayan produciendo e identificando.
- d) Adoptar medidas que antepongan la protección colectiva a la individual.

**62.- A efectos de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, las enfermedades, lesiones o patologías sufridas con motivo u ocasión del trabajo se consideran:**

- a) Riesgo laboral
- b) Daños derivados del trabajo
- c) Condiciones de trabajo generadoras de accidentes de trabajo.
- d) La Ley de Prevención de Riesgos Laborales no define las enfermedades, lesiones o patologías con motivo del trabajo.

**63.- Conforme dispone la Ley de Régimen jurídico del sector público, “Aquella dirección electrónica, disponible para los ciudadanos a través de redes de telecomunicaciones, cuya titularidad corresponde a una Administración Pública , o bien a una o varios organismos públicos o entidades de Derecho Público en el ejercicio de sus competencias.” se define como:**

- a) Un punto de acceso electrónico autorizado.
- b) Una firma electrónica
- c) Un portal de Internet
- d) Sede electrónica

### **PREGUNTAS ADICIONALES**

**64.- ¿En qué método de cocción se produce la osmosis?**

- a) Concentración.
- b) Expansión.
- c) Fritura.
- d) Al vapor.

**65.- Si tienes que filetear una pechuga de pollo cruda, la tabla donde lo realizarías será de color:**

- a) Verde
- b) Roja
- c) Blanca
- d) Amarilla

**66.- Podemos definir “el cuchillo de punta redonda y el filo de sierra, que mide entre 20 y 30 centímetros y se utiliza generalmente para cortar pan, bizcochos, etc”, como:**

- a) Puntilla.
- b) Cuchillo tranchelar.
- c) Cuchillo de sierra.
- d) Chaira.

**67.- Conforme al Decreto 109/2015, de 19 de mayo, se integran en el Grupo III de residuos:**

- a) Vendas.
- b) Medicamentos caducados.
- c) Residuos de cocinas.
- d) Lancetas.

**68.- Conforme dispone la Ley de Régimen jurídico del sector público, “cualquier acto o actuación realizada íntegramente a través de medios electrónicos por una Administración Pública en el marco de un procedimiento administrativo y en la que no haya intervenido de forma directa un empleado público” se define como:**

- a) Sistema de información automatizado
- b) Actuación administrativa automatizada
- c) Archivo electrónico de documentos
- d) Actos administrativos complejos.