

Barem/Test corect – examen Licență, sesiunea iulie 2025
Program de studii Nutriție și dietetică

1. Care sunt parametrii falși din lista celor de mai jos care reflectă starea de nutriție a unei persoane?
 - A. Atitudinea față de dietetician
 - B. Circumferința abdominală
 - C. Nivelul de educație
 - D. Starea de dispoziție
 - E. Rasa
2. Din categoria glucidelor simple fac parte:
 - A. Maltoza.
 - B. Galactoza.
 - C. Amidonul.
 - D. Glucoza.
 - E. Fructoza.
3. Alimentația prin gavaj la prematuri:
 - A. Reprezintă alimentația pe sondă nazo-gastrică
 - B. Se instituie la prematurii cu dificultăți de deglutiție
 - C. Se inițiază la prematurii cu dificultăți de supt
 - D. Laptele administrat se schimbă la interval de 12 ore
 - E. Se recomandă la prematurii sub 34 săptămâni
4. Următoarele alimente nu trebuie recomandate unui pacient cu diabet zaharat:
 - A. Măsline.
 - B. Nuci.
 - C. Foietaje.
 - D. Untură.
 - E. Carne de curcan.
5. La examinarea fizică a pacientului, deficitale nutriționale pot fi depistate la nivelul:

A. Preferințelor alimentare ale pacientei

B. Limbii și/sau dinților

C. Analizelor de laborator

D. Părului

E. Funcționării glandelor endocrine

6. Care sunt etapele de lucru necesare planificării unui program nutrițional comunitar educațional?

A. Colectarea de informații din areal

B. Asigurarea dotărilor pentru educarea personalului angajat

C. Analiza datelor colectate din teren

D. Identificarea necesităților bugetare urgente și acoperirea lor

E. Dezvoltarea planului de intervenție

7. Care sunt formele de preparare a legumelor în care acestea au cel mai ridicat conținut de potasiu?

A. Cartofii copți

B. Consumul crud

C. Afinele congelate

D. Compoturi fără lichidul de fierbere

E. Pastă

8. * Care sunt sfaturile generale legate de alimentația pacienților cu boală cronică de rinichi?

A. Se preferă un consum de alimente ce conțin o cantitate crescută de potasiu (legume, fructe proaspete)

B. Se poate consuma lichidul din compot, care nu conține potasiu și se va adăuga la aportul de lichide pe 24 de ore

C. Să se utilizeze suplimentele alimentare (inclusiv îndulcitori) ce conțin potasiu și sare în concentrație crescută

D. Trebuie folosiți înlocuitori alimentari de sare, pe bază de potasiu pentru controlul hipertensiunii

E. Legumele verzi cu frunze (ex. varza) să fie bine spălate și menținute în apă cel puțin 4 ore înainte de a fi consumate

9. * **Recomandările dietetice în boala cronică de rinichi stadiul III includ:**
- A. Cantitatea de proteine recomandată este de 1,2 g/kgc/zi
 - B. Creșterea aportului de fosfați din carnea grasă de porc pentru a crește aportul caloric
 - C. Creșterea aportului de sodiu
 - D. eGFR în stadiul III este cuprins între 30-59 ml/min/1,73m²**
 - E. Creșterea cantității de apă ingerată
10. * **Care măsuri apar în planul nutrițional la un adolescent cu anorexie nervoasă?**
- A. Carbohidrații vor reprezenta 20-30% din numărul total de calorii
 - B. Se recomandă o creștere zilnică a aportului cu 200-300 kcal/zi
 - C. Alimentația pe tub nazo-gastric este cea mai bună opțiune
 - D. Aportul caloric inițial este de 3500 kcal/zi
 - E. Carbohidrații vor reprezenta 50-55% din aportul caloric**
11. **Regimul adolescentului trebuie să cuprindă:**
- A. Glucide 12-14% din aportul caloric
 - B. Suplimente vitaminice**
 - C. Oligoelemente**
 - D. O gustare**
 - E. 1,5 l apă pe zi, plus apa din alimente**
12. **Care sunt inconveniente ale alimentației cu formule industriale de lapte praf?**
- A. Nu pot oferi factori de apărare antiinfecțioasă**
 - B. Prezintă uneori risc de contaminare prin nerespectarea regulilor de preparare**
 - C. Concentrația macromoleculelor din compoziție este asemănătoare laptelui de vacă**
 - D. Sunt alternative artificiale**
 - E. Formulele industriale de lapte praf nu se utilizează la sugari
13. **Ce tip de litiază este asociat cu creșterea nivelului de acid uric în urină?**
- A. Litiază oxalică**
 - B. Litiază cistică

C. Litiaza asociată policitemii

D. Litiaza urică

E. Litiaza fosfatică

14. Dieta în boala diareică acută în primele 24-36 de ore va conține:

A. O cură pe bază de lichide călduțe.

B. Brânză de vaci.

C. Orez pasat.

D. Mere coapte.

E. Dietă lichidiană.

15. * Care alimente sunt permise în hrănirea sugarului?

A. Floricele de porumb

B. Prăjeli în ulei vegetal

C. Iaurt

D. Carne de oaie

E. Miere de albine

16. * Care dintre următoarele alimente nu pot fi recomandate în dislipidemii?

A. Lactatele integrale.

B. Peștele slab.

C. Cerealele integrale.

D. Laptele degresat.

E. Soia.

17. * Reducerea absorbției fierului în organism poate fi determinată de:

A. Vitamina C.

B. Administrarea de substanțe acide.

C. Fluxul pancreatic scăzut.

D. Încetinirea peristaltismului.

E. Taninurile din ceai.

18. * Care dintre alimentele de mai jos au un indice glicemic mai mare de 70?

A. Hrișcă.

B. Crackers.

C. Linte năut.

D. Lapte.

E. Iaurt.

19. Care dintre următoarele informații obținute în vederea evaluării nutriționale a unui pacient cu diabet zaharat sunt date dietetice?

A. Obiceiuri alimentare familiale.

B. Istoricul greutății corporale.

C. Evaluarea modului de preparare a alimentelor.

D. Evaluarea aportului hidric.

E. Evaluarea tiparului alimentar curent.

20. Principalele surse alimentare de carbohidrați sunt:

A. Covrigei.

B. Peștele.

C. Leguminoase uscate.

D. Ouăle.

E. Nucile pecan.

21. * Recomandările terapiei medicale nutriționale la pacienții vârstnici cu diabet zaharat trebuie să vizeze:

A. Restricție de aport hidric.

B. Restricții calorice severe la pacienții cu obezitate.

C. Schimbarea radicală a obiceiurilor alimentare cu care pacientul a trăit, pentru a urma o dietă recomandată de către dietetician.

D. Obținerea unei scăderi ponderale marcate.

E. Acoperirea necesarului de macronutrienți.

22. Obiectivele Terapiei medicale nutriționale în diabetul zaharat sunt:

A. Prevenirea sau întârzierea complicațiilor cronice ale diabetului zaharat.

B. Promovarea obiceiurilor alimentare sănătoase.

C. Atingerea și menținerea greutății corporale normale.

D. Ameliorarea calității vieții.

E. Evaluarea modului de preparare a alimentelor.

23. * **Care sunt caracteristicile vitaminelor liposolubile?**

- A. Vitamina D nu se acumulează în ficat.
- B. Aportul excesiv este lipsit de riscuri pentru sănătate.
- C. În țesutul adipos se află vitamina K.
- D. Pentru absorbție nu necesită prezența bilei.

E. În țesutul adipos se află vitamina E.

24. **Care dintre următoarele afirmații legate de vitamina C sunt adevărate în boala cronică de rinichi?**

- A. Vitamina C este epurată în timpul dializei**
- B. Se găsește în fructe și legume proaspete**
- C. Este distrusă prin procesarea alimentelor**
- D. Se recomandă un supliment zilnic de 1000 mg
- E. Poate crește depozitele tisulare de oxalat administrată în doze mari**

25. **Consumul energetic al organismului uman include:**

- A. Estimarea aportului caloric.
- B. Termoreglarea.**
- C. Energia cheltuită pentru activități fizice voluntare.**
- D. Valoarea energetică a macronutrienților.
- E. Metabolismul bazal.**

26. * **Gradul II de obezitate se exprimă la valori ale IMC de:**

- A. sub 18 kg/m²
- B. 25-29 kg/m²
- C. 35-37 kg/m²**
- D. 18,5-24 kg/m²
- E. peste 40 kg/m²

27. * **Într-o glomerulonefrită acută (GNA), care dintre următoarele principii dietetice sunt adevărate?**

- A. Alimentele procesate nu sunt bogate în fosfați și pot fi consumate liber

- B. Proteinele de calitate (carne, ouă, pește) sunt indicate în GNA, doar în cazurile cu injurie renală acută prezentă
- C. Alimentele bogate în proteine nu conțin fosfați
- D. Se urmărește scăderea funcției renale prin restricție proteică, de sodiu și uneori de potasiu
- E. Excesul proteic și caloric va suprasolicita rinichiul

28. Care din următoarele alimente conțin nivel crescut de potasiu?

- A. Roșii
- B. Pastă de roșii
- C. Suc de portocale
- D. Spanac
- E. Struguri

29. Ce se recomandă pentru tratamentul litiazei cistinice?

- A. Tratament cu penicilamină (daca este necesar)
- B. Ingestia a 4 litri de lichide pe zi
- C. Consumul de alimente bogate în metionină
- D. Consum exclusiv de carne roșie
- E. Dieta săracă în sare

30. Care semne confirmă că sugarul primește suficient lapte la sân?

- A. Sugarul crește sub 500 g/lună
- B. Urina este urât mirositoare
- C. Sugarul are minim 4 scaune/zi
- D. Sugarul crește 100-200 grame/săptămână în primul trimestru de viață
- E. Urina este concentrată

31. Ce deficiențe apar mai frecvent la seniori (vârstnici)?

- A. Fier
- B. Deficit proteic și de lactază
- C. Deficiențe de memorare
- D. Sodiu

E. Vitamina K

32. Care definiție din terminologia privind alimentația sugarului este corectă?

- A. Ablactarea este hrănirea la sân, fără alt tip de lapte, plus apă, ceai sau suc de fructe
- B. Alimentația mixtă este hrănirea la sân, dar și cu alt tip de lapte
- C. Alăptarea reprezintă hrănirea sugarului la sân
- D. Întărcarea este încetarea alăptării
- E. Alimentația diversificată este alimentația cu lapte de mamă sau alt tip de lapte plus alimente solide sau semisole

33. Care măsuri dietetice fac parte din tratamentul malnutriției la copil?

- A. La 4 g proteine/kg/zi este importantă supravegherea zilnică a funcției renale
- B. Rehidratarea corectă este o regulă de aur
- C. Ca surse de lipide se va tatona cu ulei vegetal
- D. Ca surse de lipide se încearcă preparate dietetice degresate sau parțial degresate
- E. Formulele hipo- sau delactozate trebuie evitate

34. Printre factorii care influențează nivelul glicemiei post-prandiale la pacienții cu diabet zaharat sunt:

- A. Tipul de carbohidrați ingerați.
- B. Consumul de apă.
- C. Viteza de digerare și absorbție a hidraților de carbon.
- D. Cantitatea totală de carbohidrați ingerată.
- E. Metoda și timpul de preparare al alimentelor.

35. Nutriția parenterală la copil:

- A. Se indică la pacienții cu funcție adecvată a intestinului subțire
- B. Se recomandă la copiii la care se poate efectua hrănirea prin gastrostomie
- C. Pacienții trebuie evaluați prin examen fizic, măsurarea greutății, laborator
- D. Se recomandă pentru a preveni sau corecta malnutriția
- E. Este mai puțin costisitoare comparativ cu nutriția enterală sau orală

36. Care sunt caracteristicile fibrelor alimentare hidrosolubile?

- A. Încetinesc evacuarea gastrică.
- B. Se găsesc în citrice.
- C. Sunt reprezentate de pectine.
- D. Se găsesc în căpșuni.
- E. Reduc absorbția glucidelor.

37. Care afirmații privind momentul diversificării alimentației la sugar corespund recomandărilor actuale?

- A. Momentul introducerii alimentelor solide se alege în funcție de laptele primit anterior de sugar
- B. Trebuie inițiată înaintea vârstei de 12 săptămâni
- C. Se va iniția mai târziu de 30 săptămâni
- D. Se inițiază la sugarii cu vârsta cuprinsă între 12-14 săptămâni
- E. Alimentația naturală se continuă la cerere cel puțin până la 6 luni

38. La pacienții cu diabet zaharat, alimentele bogate în fibre se asociază cu:

- A. Accelerarea procesului de digestie.
- B. Atenuarea creșterii postprandiale glicemice.
- C. Risc scăzut de mortalitate generală.
- D. Creșterea LDL colesterolului seric.
- E. Stimularea sațietății.

39. Care afirmații sunt adevărate despre formulele de lapte praf?

- A. Formulele de început se oferă de la 6 luni de viață
- B. Sunt clasificate în formule de început, de continuare și tip_junior
- C. Pot exista diferențe de biodisponibilitate a componentelor din formulă față de laptele uman
- D. Formulele de continuare se administrează după 8-12 luni, până la 3 ani
- E. Vârsta de introducere a formulelor de continuare a fost stabilită de la 6 luni

40. * Care dintre alimentele menționate mai jos trebuie evitate în hiperuricemii?

- A. Carne de miel.

- B. Măslina.
- C. Nuci.
- D. Lactate degresate.
- E. Ouă.

41. * Care dintre următoarele alimente conțin vitamina B12, necesară la un pacient dializat?

- A. Ceai de sunătoare
- B. Bere
- C. Uleiuri vegetale
- D. Gălbenuș**
- E. Uleiuri animale

42. Identificați răspunsul corect privind ingestia de proteine:

- A. Determină o termogeneză mai mare în comparație cu alți macronutrienți.**
- B. Favorizează recăștigul ponderal.
- C. Ajută la menținerea masei musculare.**
- D. Favorizează apariția obezității.
- E. Creșterea cheltuielilor energetice este mai mare în cazul proteinelor animale.**

43. Care sunt funcțiile îndeplinite de grăsimi în organism?

- A. Amplifică secrețiile gastrice.
- B. Transportă vitamine hidrosolubile.
- C. Intră în compoziția prostaglandinelor.**
- D. Intră în compoziția hormonilor steroizi.**
- E. Mențin constantă compoziția corpului.

44. Care este aportul de proteine recomandat unui pacient cu boală cronică de rinichi în stadiul 4?

- A. Un aport proteic scăzut reduce de asemenea producția de metaboliți azotați**
- B. 1 g/kgcorp/zi
- C. 1 g/kgc/zi și evitarea consumului de apă

D. Aport proteic de 0,75 g/kg/zi

E. Nu sunt recomandări specifice

45. **Sursele alimentare de acizi grași omega 3 sunt reprezentate de:**

A. Roșii.

B. Somon.

C. Ouă.

D. Ton.

E. Ulei de pește.

46. **Selectați afirmațiile adevărate despre colostru:**

A. Este bogat în vitamine

B. Are un conținut scăzut de imunoglobuline IgA

C. Favorizează eliminarea meconiului

D. Este laptele ideal în perioada adaptării digestive

E. Are efect laxativ

47. *** Care sunt atenționările privind consumul de pește?**

A. Este sursă de omega 3.

B. Conservarea prin afumare.

C. Este lipsit de vitamina A.

D. Peștele gras conține vitamina D.

E. Conține fosfor.

48. **Care sunt câteva trucuri pentru o alimentație corectă la un pacient hemodializat?**

A. Carnea reprezintă cea mai mare sursă de calorii

B. Nu este necesară discuția cu un nutriționist în privința introducerii unor alimente noi

C. Volumul mesei mai redus și mese frecvente

D. Fructele aduc un aport scăzut de Na

E. La un pacient malnutrit pe hemodializa aportul proteic este de 0,7 g/kg/zi

49. **Pentru o bună complianță a pacienților cu nefropatii, care dintre următoarele recomandări sunt importante?**

- A. In funcție de diagnosticul medical, nutriționistul stabilește indicația
- B. Modul de preparare poate influența pozitiv anorexia
- C. Aportul de proteine de peste 1 g/kgcorp/zi
- D. Pacientul nu necesită decât scădere ponderală
- E. Indicația se bazează pe un diagnostic corect

50. Scăderea ponderală pre-intervenție chirurgicală bariatrică la un pacient cu obezitate poate:

- A. Reduce complicațiile postoperatorii.
- B. Întârzie vindecarea post-intervenție chirurgicală.
- C. Altera echilibrul glicemic.
- D. Reduce durata intervenției chirurgicale.
- E. Reduce insulinosensibilitatea.

51. Recunoașteți mecanismele prin care alimentele pot influența absorbția medicamentelor:

- A. Unele medicamente (Euthyrox) se administrează pe stomacul gol pentru eficientizarea absorbției
- B. Alimentele bogate în fibre cresc timpul de golire gastrică și reduc absorbția medicamentelor
- C. Unele alimente cu efect laxativ sau diuretic (cafea, spanac, lapte) pot reduce absorbția medicamentelor
- D. alimentele nu pot influența absorbția medicamentelor
- E. alimentele bogate în lipide cresc timpul de golire gastrică și reduc absorbția medicamentelor

52. Identificați posibilele erori (capcane) în alimentația sugarului:

- A. Continuarea alăptării atâta timp cât mama și copilul doresc
- B. Hidratare cu apă plată între mese la sugarul diversificat
- C. Intoleranțe prin greșeli de alimentație
- D. Oferirea de lapte nepotrivit sugarului
- E. Administrarea de lapte sau apă cu sticluta și tetina proprie

53. Care reguli de alimentație a copilului mic sunt corecte?

- A. Copilul va va fi învățat să bea doar din ceașca proprie

- B. Copilul va fi învățat să mănânce nesupravegheat
- C. Copilul nu necesită ceașca lui separată
- D. Orele de masă vor fi flexibile
- E. Copilul va fi învățat să mănânce singur

54. Printre caracteristicile colesterolului se află:

- A. Poate fi sintetizat de novo în toate celulele.
- B. Are o grupare metil.
- C. Este utilizat pentru producerea de acizi grași biliari.
- D. Este o moleculă rigidă.
- E. Se absoarbe intestinal în proporție de sub 5%.

55. Regulile generale de dietă în ulcerul gastric și duodenal includ:

- A. Evitarea consumului de lichide în timpul meselor
- B. Consumul de miere în locul zahărului.
- C. Evitarea consumului de lichide peste 1,5 litri/zi.
- D. Consumul de alimente reci.
- E. Evitarea meselor copioase.

56. Care sunt modificările fiziologice care apar la seniori (bătrâni) pentru care trebuie adaptată dieta?

- A. Instalarea constipației
- B. Scăderea metabolismului
- C. Reducerea/regresia funcției organelor
- D. Instalarea edentației
- E. Reducerea capacității de memorare

57. * Care dintre alimentele de mai jos conțin aproximativ 20% glucide?

- A. Cornurile.
- B. Chiflele.
- C. Iaurtul.
- D. Laptele.
- E. Cartofii.

58. * Următoarele situații predispun la apariția litiazei biliare:
- A. Sportul extrem
 - B. Diareea
 - C. Obezitatea**
 - D. Deshidratarea
 - E. Constipația
59. Care dintre următoarele alimente sunt recomandate în dieta pentru litiaza renală urică?
- A. Cartofi, roșii**
 - B. Dulciuri bogate în zahăr
 - C. Carne roșie
 - D. Suplimente care alcalinizează urina**
 - E. Apă**
60. Alimentele care pot fi consumate în diareea acută, după ziua a 3-a, sunt:
- A. Afumăturile.
 - B. Fructele astringente.**
 - C. Alimentele cu celuloză dură.
 - D. Mezelurile.
 - E. Mucilagiul de orez.**
61. * Indicați alimentele care conțin amidon.
- A. Căpșuni
 - B. Mere.
 - C. Citrice.
 - D. Leguminoase.**
 - E. Castraveți.
62. În categoria fibrelor parțial digerabile se află:
- A. Glicogenul.
 - B. Pentosanii.**
 - C. Inulina.**

D. Manosanii.

E. Galactogenii.

63. Principiile privind alimentația sănătoasă în diabetul zaharat sunt:

A. Specială.

B. Adecvată.

C. Hiperproteică.

D. Moderată.

E. Controlată caloric.

64. * Alegeți de mai jos regulile generale de combatere a constipației.

A. Consumul de 3-4 mese pe zi.

B. Evitarea verdețurilor.

C. Consumul de înghețată și băuturi carbogazoase reci.

D. Reducerea aportului de proteine.

E. Consumul lichidelor de în timpul mesei.

65. * Metabolismul bazal poate fi influențat prin:

A. Nivelul de educație.

B. Apartenența etnică.

C. Mediul de proveniență.

D. Statutul social.

E. Compoziția corporală.

66. * Identificați avantajele consumului de fructe.

A. Sunt hipercalorice.

B. Consumate sub formă de suc cresc aportul de fibre.

C. Facilitează tranzitul intestinal.

D. Favorizează constipația.

E. Asigură aportul optim de proteine.

67. Rolul apei în organism se referă la:

A. Alterarea mecanismului fiziologic al setei.

B. Eliminarea deșeurilor.

- C. Rata metabolică crescută la copii.
- D. Reglarea mecanismului setei la vârstnici.

E. Structura corporală.

68. Ce categorii de populație au riscul cel mai mare de a fi subnutriți?

- A. Pacientul de altă etnie decât cea majoritară

B. Vârstnicii

- C. Pacienții străini

D. Pacienții spitalizați îndelung

- E. Liceenii

69. Alegeți afirmațiile corecte despre laptele de vacă (LV) și utilizarea sa ca substitut al laptelui matern:

- A. Valoarea calorică a LV este crescută
- B. Conținutul de proteine al LV este prea mic

C. LV poate conține microbi patogeni

- D. Conținutul de săruri minerale al LV este prea mic

E. LV conține cea mai antigenică proteină (beta-lactoglobulina)

70. Indicați afirmația corectă privind glicogenul:

- A. Este asigurat aproape integral prin aport alimentar.
- B. La animale se găsește doar în ficat.

C. Este stocat în ficat.

- D. Este format dintr-un lanț de molecule de fructoză.

E. Este utilizat în perioadele inter-prandiale.

71. Alegeți afirmațiile corecte privind acizii grași omega 6 și 3.

- A. Consumul recomandat de omega 6 la femei este de 12 g/zi.

B. Consumul recomandat de omega 3 la bărbați este de 1,6 g/zi.

C. Consumul recomandat de omega 3 la femei este de 1,1 g/zi.

- D. Sunt sintetizați în organismul uman.

- E. În organismul uman acizii grași omega 6 sunt transformați în acizi grași omega 3.

72. Care afirmație nu este adevărată în legătură cu dieta mediteraneană recomandată unui pacient cu diabet zaharat?
- A. Presupune un consum moderat de ouă.
 - B. Nu include consumul de pește.**
 - C. Este bogată în grăsimi saturate.**
 - D. Este bogată în alimente provenite din plante.
 - E. Aduce un aport crescut de carne roșie.**
73. Următoarele recomandări dietetice sunt adevărate în boala cronică de rinichi stadiul IV:
- A. Dieta hipoproteică scade aportul de fosfați.**
 - B. Aportul de proteine trebuie întotdeauna redus**
 - C. Aportul caloric trebuie redus la 30 kcal/kgc/zi
 - D. Un regim sărac în proteine trebuie îmbogățit glucidic și lipidic**
 - E. O dietă hipoproteică poate să încetinească progresia bolii renale spre stadiul final, prin scăderea producției de metaboliți azotați .**
74. Metoda înregistrării alimentelor cântărite (jurnalul alimentar) folosită ca instrument de anamneză nutrițională a unui pacient cu diabet zaharat presupune:
- A. Apel la memorie.
 - B. Consum de timp.**
 - C. Necesitatea completării prin interviu.
 - D. Cântărirea alimentelor de către pacient, pe un anumit număr de zile.**
 - E. Identificarea tulburărilor de comportament alimentar.
75. Cauzele hiperpotasemiei în boala cronică de rinichi pot fi:
- A. Consumul de pastă de tomate**
 - B. Infecții, mai frecvente la pacienții cu boală cronică de rinichi**
 - C. Consumul de banane**
 - D. Pătrunderea excesivă a K⁺ în spațiul intracelular
 - E. Dieta necorespunzătoare**
76. Necesarul proteic zilnic se caracterizează prin următoarele:
- A. Aportul minim necesar este exprimat prin proteine cu valoare biologică scăzută.

- B. Jumătate trebuie să fie asigurat din alimente de origine vegetală.
- C. Jumătate trebuie să fie asigurat din alimente de origine animală.
- D. Este de 0,6 g/kgcorp pentru proteinele cu valoare biologică mare.
- E. Reprezintă 10-15% din totalul caloric zilnic.

77. Principiile dietelor hipocalorice recomandate în tratamentul obezității sunt:

- A. Dietele hipocalorice < 1200 kcal/zi necesită asocierea de suplimente alimentare.
- B. Dieta hipocalorică este strictă, și nu ține cont de obiceiurile alimentare ale pacientului.
- C. Se poate urma modelul "farfuriei sănătoase" pentru controlul porțiilor.
- D. Dieta cu încărcătură glicemică mică este inefficientă pe termen scurt în reducerea ponderală.
- E. Individualizarea dietei nu trebuie să țină cont de convingerile religioase.

78. Ce alimente pot fi consumate în litiaza urinară oxalică?

- A. Mere
- B. Căpșuni
- C. Ciocolată
- D. Pătrunjel
- E. Nuci

79. Care sunt aminoacizii clasificați ca fiind esențiali?

- A. Valina.
- B. Fenilalanina.
- C. Histidina.
- D. Tirozina.
- E. Metionina.

80. Care este volumul minim de urină pe care pacientul trebuie să o elimine într-o zi pentru a preveni formarea calculilor?

- A. 500 ml
- B. 250 ml
- C. 1,8 l

D. 750 ml

E. 2000 ml

81. Care dintre următoarele afirmații legate de dieta în patologia biliară sunt corecte?

A. Se evită ouăle prăjite

B. Pacientul poate lua masa oricând atât timp cât mestecă încet

C. Pacientul cu patologie biliară poate consuma tocănițe

D. Pacientul cu patologie biliară poate consuma griș cu lapte

E. Este foarte importantă reducerea drastică a consumului de colesterol

82. Intervențiile nutriționale pentru reducerea LDL colesterolului și a colesterolului total recomandă:

A. Reducerea aportului de grăsimi saturate < 10 % din aportul caloric total.

B. Utilizarea de alimente funcționale îmbogățite cu fitosteroli.

C. Scăderea ponderală.

D. Creșterea aportului de fibre alimentare.

E. Înlocuirea grăsimilor mononesaturate cu grăsimi saturate.

83. Care dintre situațiile date pot fi factori determinanți pentru malnutriție/distrofie la copil?

A. Alăptare până la 2 ani

B. Diversificare corespunzătoare

C. Igienă precară

D. Infecții recurente

E. Diluție incorectă a laptelui

84. Care dintre următoarele situații necesită un aport proteic mai crescut, de 3-4 g/kgcorp/zi?

A. Alăptarea.

B. Adolescența.

C. Bărbați.

D. La copii cu vârste între 1-6 ani.

E. Convalescența.

85. La un pacient cu boală celiacă prânzul poate fi alcătuit din:
- A. Preparate din făină de cartof i sau porumb
 - B. Paste de orez cu carne de pui
 - C. Grătar de pui cu salată de crudități
 - D. Pește la grătar cu orez sau mămăligă
 - E. Supă cremă de legume cu crutoane de pâine albă
86. * Care sunt principiile directoare pentru diversificarea alimentației la sugar?
- A. Sugarul va f i hrănit încet și cu răbdare
 - B. În convalescență după o boală, se vor oferi alimente mai rar
 - C. Primul aliment se introduce în biberon
 - D. Primul aliment este este întotdeauna sucul de fructe
 - E. Primul aliment este este un terci de făinos cu sau fără gluten
87. La care dintre următoarele alimente volumul este adăugat la aportul de lichide al unui pacient cu boală cronică de rinichi?
- A. Șerbet
 - B. Friptură de pui
 - C. Budinci
 - D. Orez
 - E. Fructe din compot
88. Care este definiția actuală a bolii cronice de rinichi și ce parametri se folosesc pentru aceasta?
- A. Orice afectare renală morfo-funcțională renală care durează de minim 3 luni
 - B. Determinarea ratei de filtrare glomerulară estimată
 - C. Prezența retenției de apă
 - D. Determinarea eRFG
 - E. Absența retenției azotate
89. * Alimentația naturală este superioară celei artificiale, deoarece:
- A. Asigură o slabă toleranță digestivă
 - B. Favorizează dezvoltarea relațiilor afective mamă-copil

- C. Conține un factor de inhibare pentru bacilul bifidus
- D. Favorizează scăderea greutatei copilului
- E. Crește riscul matern de cancer mamar

90. Din categoria proteinelor simple fac parte:

- A. Albumine.
- B. Albuminoizi.
- C. Globuline.
- D. Fosfoproteine.
- E. Glutene.

91. Selectați afirmațiile corecte despre practica alăptării exclusive:

- A. Alăptarea exclusivă atât de des și atâta timp cât copilul dorește, conferă amploare producției de lapte
- B. Sugarii extrag mai puțin lapte dacă mama oferă doar un sân la fiecare masă
- C. Laptele de mamă este alimentul cel mai potrivit pentru alimentația nou-născutului
- D. Inițierea târzie a alăptării este factor de risc pentru renunțarea la alimentația naturală
- E. Mama va lăsa greutatea sânelui în gura copilului

92. Referitor la boala celiacă, alegeți de mai jos care sunt afirmațiile adevărate.

- A. Implică excluderea porumbului din dietă
- B. Reprezintă o enteropatie cronică mediată imun
- C. Este o boală mai frecventă la femei
- D. Este o enteropatie cronică precipitată de expunerea la dieta cu gluten
- E. Dieta fără gluten duce la ameliorare clinică

93. * Pentru asigurarea unui status nutrițional corespunzător la un copil cu fibroză chistică sunt necesare:

- A. Rezecția intestinală
- B. Intervenții nutriționale precoce, evaluare dietetică regulată și monitorizarea creșterii
- C. Lapte de vacă integral de la 7-8 luni

- D. Descurajarea dietelor bogate în grăsimi
- E. Temporizarea introducerii alimentelor complementare

94. **Care sunt caracteristicile fibrelor alimentare insolubile?**

- A. Lipsesc din grâul integral.
- B. Reduc fluxul salivar.
- C. Sunt reprezentate de lignină.
- D. Se găsesc în semințele de in.
- E. Sunt reprezentate de mucilagii.

95. * **Selectați principalele grupe de nutrienți care sunt importante în dieta din bolile renale:**

- A. Sărurile de aur
- B. Calciul
- C. Sărurile de magneziu
- D. Hormonii
- E. Aluminiul

96. * **Recomandările nutriționale pentru gastropareza diabetică includ:**

- A. Aportul de lipide este crescut.
- B. Se crește aportul de alimente care conțin semințe.
- C. Alimentele bogate în fibre (care conțin semințe, coji, etc) trebuie incluse în planul alimentar.
- D. Se respectă un program de trei mese principale pe zi.
- E. Se asigură un aport crescut de fibre integrale.

97. **Selectați edulcoranții naturali calorigeni:**

- A. Ciclamatul.
- B. Zaharoza (zahăr).
- C. Zahărul de palmier.
- D. Zahărul de cocos.
- E. Mierea de albine.

98. **Ce ați recomanda ca și comportament alimentar unui pacient cu ulcer gastric?**

- A. Evitarea alimentării prea rapide
- B. Evitarea alimentării prea lente
- C. Luarea mesei fără grabă, cu masticare atentă
- D. Evitarea alimentelor acide
- E. Evitarea consumului de lichide în timpul meselor

99. Care dintre afirmațiile de mai jos sunt specifice trigliceridelor?

- A. Sunt rezerve energetice în organism.
- B. Se formează în organism.
- C. Sunt grăsimi esențiale.
- D. Nu se găsesc în alimente.
- E. Sunt depozitate în celulele adipoase.

100. Care sunt alimentele cu conținut de proteine complete?

- A. Lapte.
- B. Porumb.
- C. Pește.
- D. Făină.
- E. Pâine.