

Nombre del alumno (a)

Sello de autorización

Profesor	E.E.T.I. Karla Jaqueline Flores	Parcial : tercera unidad	
Carrera	Aguilar	Fecha:07.06.2025	
	Semestre /cuatrimestre		
Materia	Nutrición clínica	Nomenclatura del Grupo: LENI0EMC0124-A	
	Total de Preguntas:	25 reactivos	Calificación :

Subraya la respuesta correcta.

- 1.- ¿Cuáles son los nutrientes claves durante el embarazo?
 - a) Hierro, sodio, potasio
 - b) Zinc, Potasio, Hierro
 - c) Hierro, ácido fólico, calcio
 - d) Zinc, sodio, hierro
- 2.- ¿Cuántas veces a la semana puede consumir legumbres una mujer embarazada?
 - a) 2 -4 veces por semana
 - b) 1 -2 veces por semana
 - c) 2-3 veces por semana
 - d) 3- 4 veces por semana
- 3.- ¿Menciona 3 alimentos que contenga acido fólico?
 - a) Aguacate, brócoli, leche
 - b) carnes, leche, acelga
 - c) huevo, carnes, leche
 - d) Aguacate, fresas, brócoli
- 4.- ¿Menciona 3 alimentos que contenga calcio?
 - a) Aguacate, papa, toronja
 - b) leche, queso, pescados
 - c) papa, toronja, fresa
 - d) Aguacate, leche, pescados
- 5.- ¿Cuáles son las 3 sustancias que las madres lactantes deben evitar el consumo?
 - a) Tabaco, café, alcohol
 - b) Leche, café, toronja
 - c) Tabaco, queso, toronja
 - d) Leche, yogurt, alcohol

6.- ¿A qué edad inician la alimentación los niños y las niñas?

- a) 6 meses de edad
- b) 5 meses de edad
- c) 4 meses de edad
- d) Ninguna de las anteriores

7.- ¿Cuál es el esencial componente para prevenir la anemia y mantener los niveles de energía?

- a) sodio
- b) hierro
- c) Zinc
- d) potasio

8.- ¿Qué necesidades cubre la alimentación buena?

- a) plato del buen comer
- b) salud y bienestar
- c) Energética y proteica
- d) Ninguna de los anteriores

9.- ¿A qué edad comienza la vida adulta .?

- a) 65 años
- b) 60 años
- c) 55 años
- d) ninguna de las anteriores

10.- ¿menciona 3 alimentos que contenga hierro?

- a) ninguna de las anteriores
- b) carne, huevos, frijol
- c) huevos, leche, carne
- d) huevo, frijol, carne

REACTIVOS DE COMPLEMENTAR

- a) Son 3 alimentos que debe de consumir una mujer embarazada si presenta _____ : fibra, mandarina, piña
- b) Cuantas raciones de _____ hay que consumir en la infancia son : 3 a 7 raciones por semana
- c) Durante la adolescencia el cuerpo experimenta un aumento de demanda de energía, nutrientes y _____ para satisfacer sus necesidades del desarrollo y mantener la salud en general.
- d) Son las principales razones por las que se destaca la importancia de la alimentación en los adolescentes : crecimiento y _____
- e) En general la dieta de un _____ debe incluir : calorías y energías debido a su rápido crecimiento y actividad física

- f) Menciona 3 mitos de la lactancia materna
- g) Menciona 5 consejos para una alimentación buena y equilibrada en la infancia
- h) ¿Quiénes recomiendan iniciar a la primera hora la alimentación posterior al alumbramiento?
- i) Definición de adolescencia nutricional
- j) Definición de edad adulta