



Castilla-La Mancha



**Escuela de
Administración
Regional**

CUESTIONARIO DE RESPUESTAS ALTERNATIVAS

**CATEGORÍA PROFESIONAL: AYUDANTE DE
COCINA**

ACCESO PROMOCIÓN INTERNA DISCAPACIDAD

**RESOLUCIÓN DE CONVOCATORIA: 05 de diciembre
de 2024 (D.O.C.M. n.º 244, de 18 de diciembre de 2024)**

Fecha de examen: 18 de octubre de 2025

1. **¿Cómo se denomina también a los ayudantes de cocina?**
 - a) Pinches.
 - b) Commis.
 - c) Marmitón.
 - d) Valet.
2. **De las siguientes opciones, ¿cuál sería la correcta de menor a mayor rango dentro de una brigada de cocina?**
 - a) Pinche, fregaplatos, ayudante de cocina, cocinero.
 - b) Fregaplatos, pinche, ayudante de cocina, cocinero.
 - c) Ayudante de cocina, pinche, cocinero, jefe de cocina.
 - d) Jefe de cocina, jefe de partida, marmitones, pinche.
3. **El concepto de brigadas de cocina implica obligatoriamente una organización del trabajo por partidas, las cuales se organizan sobre los siguientes criterios:**
 - a) Según materias primas (carne, pescados, verduras, etc.).
 - b) Según su número de miembros.
 - c) Según su horario (mañana, tarde y noche).
 - d) Según su composición, número de hombres/mujeres.
4. **Según la Clasificación Nacional de Ocupaciones entre sus tareas se incluye:**
 - a) Confeccionar menús.
 - b) Desembalar, comprobar, trasladar, pesar y guardar los suministros en frigoríficos, alacenas y otras zonas de almacenamiento.
 - c) Participar con alguna autonomía y responsabilidad en las elaboraciones de cocina sin supervisión.
 - d) Regular la temperatura de los hornos, parrillas, tostadores y otros aparatos y utensilios de cocina durante su utilización.
5. **El VI Acuerdo Laboral para el sector de la Hostelería (ALEH VI) encuadra al ayudante de cocina en el grupo profesional:**
 - a) Primero.
 - b) Segundo.
 - c) Tercero.
 - d) Cuarto.
6. **En cuanto a la iluminación de las zonas de preparación de alimentos:**
 - a) Su intensidad será igual en todas las zonas.
 - b) No es necesario que las bombillas o fluorescentes estén protegidos por una mampara.
 - c) Las bombillas o fluorescentes nunca podrán estar situadas encima de los alimentos.
 - d) La iluminación será en todo caso artificial.
7. **En una cámara frigorífica los alimentos crudos se colocarán:**
 - a) En la parte de arriba.
 - b) En la parte de abajo.
 - c) Mezclando carnes y verduras.
 - d) En la parte central, encima de las carnes.
8. **La llamada trazabilidad “hacia delante” se refiere a:**
 - a) Los productos preparados para la expedición y a los clientes inmediatos a los que se entregan.
 - b) Los productos que entran y a los proveedores de estos productos.
 - c) Los productos que se encuentren dentro de la empresa, independientemente de que se generen o no nuevos productos.
 - d) Los productos preparados para su expedición y también a los productos que entren, siempre que estos últimos no generen nuevos productos.

9. **Es función de la cocina fría:**
- a) Almacenar los alimentos no perecederos.
 - b) Efectuar la limpieza en crudo de pescados.
 - c) Confeccionar postres.
 - d) La transformación de los alimentos crudos para su consumo.
10. **De conformidad con el Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, en los locales de trabajo cerrados:**
- a) La temperatura de los locales donde se realicen trabajos sedentarios propios de oficinas o similares estará comprendida entre 17 y 27°C.
 - b) La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 8 y 12°C.
 - c) La temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 25 y 28°C.
 - d) La temperatura de los locales donde se realicen trabajos sedentarios propios de oficinas o similares estará comprendida entre 10 y 16°C.
11. **Según el Real Decreto 1021/2022 ¿Qué indica sobre la reutilización de comidas recalentadas?**
- a) Pueden reutilizarse si se refrigeran inmediatamente.
 - b) Pueden reutilizarse si no excede más de 24 horas.
 - c) No está permitida su reutilización.
 - d) Pueden reutilizarse si no excede más de 12 horas.
12. **La refrigeración correcta en comidas preparadas en caliente debe ser:**
- a) De 70°C a 10°C en menos de 1 hora.
 - b) De 60°C a 10°C en menos de 2 horas.
 - c) De 65°C a 8°C en menos de 3 horas.
 - d) De 70°C a 4°C en menos de 1 hora.
13. **¿Qué deben hacer los operadores económicos que elaboren comidas preparadas para ser consumidas en lugares como residencias de mayores, centros de día, comedores escolares, escuelas infantiles, hospitales, campamentos infantiles u otras colectividades similares?**
- a) Realizar un análisis microbiológico de cada lote de comida preparada.
 - b) Disponer de comidas testigo que representen las diferentes comidas preparadas servidas a las personas consumidoras diariamente.
 - c) Disponer de una muestra de cada ingrediente utilizado en las comidas preparadas.
 - d) Enviar, al menos una vez por semana, una muestra de cada comida preparada al laboratorio oficial para su análisis.
14. **¿Mediante qué tipo de método deben ser higienizados los contenedores para la distribución de comidas preparadas y la vajilla y cubiertos no desechables?**
- a) Utilizando procedimientos que tengan certificación ISO sobre residuos sanitarios.
 - b) Mediante procedimientos químicos aplicados en seco.
 - c) Mediante métodos mecánicos provistos de un sistema que asegure su correcta limpieza y desinfección.
 - d) Mediante métodos que funcionen con presión controlada y con una temperatura inferior a 30 grados.

15. **Según el Real Decreto 1086/2020, de 9 de diciembre, por el que se regulan y flexibilizan determinadas condiciones de aplicación de las disposiciones de la Unión Europea en materia de higiene de la producción y comercialización de los productos alimenticios y se regulan actividades excluidas de su ámbito de aplicación, las comidas testigo se guardarán:**
- a) Como mínimo durante 3 días.
 - b) Como mínimo durante 5 días.
 - c) Como mínimo durante 7 días.
 - d) El Real Decreto citado no establece ningún tiempo.
16. **Para matar las larvas viables de anisakis, deben garantizar que los productos de la pesca derivados de pescados (excepto pescado de aguas continentales) para consumir crudos, han sido congelados a una temperatura igual o inferior en la totalidad del producto de:**
- a) -20 °C durante un mínimo de 15 horas.
 - b) -35 °C durante un mínimo de 15 horas.
 - c) -18 °C durante un mínimo de 24 horas.
 - d) -18 °C durante un mínimo de 15 horas.
17. **¿En qué material aparece por falta de mantenimiento y limpieza el cardenillo?**
- a) Acero inoxidable.
 - b) Cobre.
 - c) Aluminio.
 - d) Cerámica.
18. **¿Qué material es mejor para una fritura a 180°C por su buena conductibilidad?**
- a) Barro esmaltado.
 - b) Hierro fundido.
 - c) Cobre estañado.
 - d) Porcelana.
19. **Elige batería de cocina idónea para realizar una salsa blanca:**
- a) Sauté de aluminio sin tratar.
 - b) Sartén de hierro negro.
 - c) Parisién de hierro negro.
 - d) Cazo acero inoxidable.
20. **La escarchadera:**
- a) Se utiliza para montar salsas, cremas y natas.
 - b) Se utiliza para desgrasar fritos y rebozados.
 - c) Se fabrica en cobre.
 - d) Se fabrica en barro.
21. **¿Cuál de estos recipientes tiene menor evaporación cuando están cociendo al fuego?**
- a) Rondón.
 - b) Cazo.
 - c) Marmita con tapa.
 - d) Paellera.
22. **El gas propano:**
- a) Es más económico que el gas ciudad.
 - b) Es menos pesado que el aire.
 - c) Es más puro que el butano.
 - d) La mala combustión se identifica por la llama, que en vez de ser roja sería azulada.

- 23. Para sacar los filetes de pescados planos como el gallo o el lenguado utilizaremos cuchillo:**
- a) Panero.
 - b) Deshuesador.
 - c) Fileteador o deshuesador indistintamente.
 - d) Fileteador.
- 24. Las espátulas de goma y cuernas se utilizan para:**
- a) Abrillantar o limpiar.
 - b) Recoger masas, purés, salsas o cremas de un recipiente.
 - c) Sujetar piezas asadas para su trinchado.
 - d) Servir el pan.
- 25. Para la elaboración de un asado con 30% de humedad en un horno de convección vapor ¿Qué función debe ponerse?**
- a) Barras u ondas rojas.
 - b) Barras u ondas rojas y azules.
 - c) Barras u ondas rojas o azules, es indiferente.
 - d) Barras u ondas azules.
- 26. ¿Cómo se transmite el calor en una cocina de vitrocerámica?**
- a) Por resistencias.
 - b) Por campo magnético.
 - c) Radiación.
 - d) Inducción.
- 27. Brocheta metálica coronada con un motivo alusivo, utilizada para presentar un plato caliente o frío de gran estilo.**
- a) Hâtelet.
 - b) Broodkaas.
 - c) Brioché.
 - d) Broutard.
- 28. Utensilio de cocción redondo u ovalado, de paredes gruesas, generalmente provisto de dos mangos y una tapa que encaja perfectamente, destinado a las cocciones lentas con poco líquido.**
- a) Cocotte.
 - b) Turbotera.
 - c) Almirez.
 - d) Colombier.
- 29. Pequeña espátula flexible, con un lado redondeado y otro en ángulo recto, que sirve para raspar los recipientes o mezclar cuidadosamente claras o nata con otros ingredientes.**
- a) Maryse.
 - b) Espumadera.
 - c) Rasqueta.
 - d) Maruca.
- 30. Sumergir en agua hirviendo un género manteniéndolo poco tiempo:**
- a) Escaldar.
 - b) Emborrachar.
 - c) Cocer en blanco.
 - d) Asustar.
- 31. Preparación y acercamiento de todo lo necesario para empezar un trabajo:**
- a) Marcar.
 - b) Desbarasar.
 - c) Alinear.
 - d) Puesta a punto.

- 32. Envolver en una lámina delgada de tocino un género para evitar que éste se seque al cocinarlo se denomina:**
- a) Arreglar.
 - b) Arropar.
 - c) Albardar.
 - d) Aderezar.
- 33. Brandada es:**
- a) Una preparación de carne o pescado, cortado a dados y verduras que se hace a la plancha.
 - b) Es una elaboración de pescado cocido, puré de patata, nata y gelatina.
 - c) Coser o atar un género crudo para que conserve su forma después de la elaboración.
 - d) Una preparación a base de claras a punto de nieve de azúcar y zumo de limón.
- 34. Cubrir las paredes interiores de un molde con género, dejando un hueco central para rellenar con otro preparado distinto se denomina:**
- a) Encamisar.
 - b) Encolar.
 - c) Encurtir.
 - d) Embuchar.
- 35. La pulverización de líquidos a modo de aerosol sobre placas y someter a corrientes de aire caliente para la deshidratación de este, se trata de un modo de conservación.**
- a) Físico.
 - b) Químico.
 - c) Microbiológico.
 - d) De aire forzado.
- 36. El escaldado se utiliza en la conservación de las hortalizas para su posterior congelado con la finalidad de:**
- a) Aumentar su volumen y favorecer proceso osmótico que destruye microorganismos.
 - b) Destruir enzimas que puedan deteriorarlas durante su conservación.
 - c) Ablandarlas y mejorar su conservación y posterior regeneración.
 - d) Favorecer la formación de cristales grandes y puntiagudos durante la congelación.
- 37. La utilización y control de la temperatura es uno de los factores básicos para conservar los alimentos, por tanto las altas temperaturas aplicadas a los alimentos provocan:**
- a) La muerte de las formas vegetativas y esporas.
 - b) Únicamente las formas vegetativas y siempre que sea una temperatura suave en torno a 35 grados centígrados.
 - c) Favorecen la multiplicación de microorganismos beneficiosos y destrucción de los dañinos.
 - d) Mejoran las características organolépticas del alimento por lo que aumenta su vida útil.
- 38. La técnica de conservación que consiste en introducir el producto, troceado, en una preparación con ajo, laurel, tomillo, pimentón y vino blanco que, además de aromatizar, mejora su conservación:**
- a) Adobo.
 - b) Escabeche.
 - c) Encurtido.
 - d) Confitado.
- 39. Para el ahumado en frío la temperatura del ahumado debe estar a:**
- a) Primero entre 30 – 38 °C y luego a 40 - 45 °C.
 - b) Primero entre 100 – 130 °C y luego a 24 – 28 °C.
 - c) Primero entre 50 – 60 °C y luego a 40 – 45 °C.
 - d) Primero entre 10 – 20 °C y luego 30 – 40 °C.

40. Según el Real Decreto 1021/2022 de 13 de diciembre, por el que se regulan determinados requisitos en materia de higiene de la producción y comercialización de los productos alimenticios en establecimientos de comercio al por menor, melones cortados por la mitad se podrán mantener, ¿a qué temperatura?
- a) Igual o inferior a 4° C.
 - b) Inferior a 10° C.
 - c) Entre 10-12° C durante un tiempo máximo de 3 horas después de realizar el corte.
 - d) Entre 20-25° C durante un tiempo máximo de 3 horas después de realizar el corte.
41. En la elaboración de tournedós o en el cocinado de aves pequeñas y enteras, con el fin de no resecar el producto, o para que mantengan la forma, procederemos a:
- a) Mortificar.
 - b) Arropear.
 - c) Albardar.
 - d) Turbar.
42. Si trabajamos un producto como la nabiza, tendremos en consideración:
- a) Aviar el producto despojándolo de entrañas y plumas.
 - b) Remojar en agua fría para hidratar antes de su uso al menos 24 horas.
 - c) Desescamar y eviscerar previamente.
 - d) Lavado y retirada de los tallos, procurando blanquearlos para evitar su amargor.
43. En la limpieza de la endibia para su utilización en crudo, debemos:
- a) Lavarlas superficialmente, pues de esta forma evitaremos el amargor.
 - b) Sumergirlas en agua con sal durante unos minutos.
 - c) Retirar las hojas exteriores, no es necesario la limpieza interna.
 - d) Blanquearlas si no es para bresear.
44. Según el Real Decreto 1021/2022, de 13 de diciembre, las comidas preparadas se elaborarán con la menor antelación posible a su consumo, se servirán para su consumo cuanto antes, a menos que se refrigeren, congelen o se mantengan a una temperatura superior o igual a:
- a) 63° C.
 - b) 65° C.
 - c) 70° C.
 - d) 72° C.
45. ¿Qué debemos hacer para evitar la pérdida de color en las verduras de hoja verde durante su cocción?
- a) Cocerlas tapadas.
 - b) Cocerlas destapadas.
 - c) Cocerlas tapadas y luego destaparlas.
 - d) Cocerlas con limón y perejil.
46. Consomé guarnecido con pequeños dados de flan salado hecho con caldo, se denomina:
- a) Al Jerez.
 - b) Royale.
 - c) Vermicelle.
 - d) Ox-tail soup.
47. Dentro de las guarniciones compuestas encontramos algunas con nombre propio como “Bella Elena” la cual está compuesta de:
- a) Setas salteadas, cuartos de alcachofa, aros de cebolla frita y patatas cocotte.
 - b) Champiñones asados rellenos de tomate concasse, guisantes, zanahorias torneadas y croquetas de patata.
 - c) Fondo de alcachofa relleno de tomate concasse y patata cerilla.
 - d) Fondo de alcachofa rellenos de puré de guisantes.

- 48. La ensalada Alicia contiene:**
- a) Apio y manzana en dados y nuez pelada aderezada con mahonesa.
 - b) Manzanas y patatas cocidas, dados de pepinillo, cebolla, perejil y vinagreta con huevos picados.
 - c) Dados de piña, hojas de lechuga, uvas, avellanas tostadas y picadas, aderezada con sal, pimienta aceite y zumo de limón.
 - d) Judías verdes, tomates crudos, patata cocida, anchoas, aceitunas negras y alcaparras, aderezada con vinagreta.
- 49. Dentro de las guarniciones encontramos el puré parmentier y el puré duquesa, estos se diferencian en:**
- a) El puré duquesa se aligera con nata y el parmentier con leche.
 - b) El puré duquesa va ligado con mantequilla y el puré parmentier con yema de huevo.
 - c) El puré duquesa va ligado con mantequilla y yema de huevo y el puré parmentier va ligado con mantequilla.
 - d) El puré duquesa debe quedar más ligero para servir con cuchara y el parmentier se termina al horno.
- 50. Un restaurante quiere hacer un montaje de buffet para 200 clientes, ¿cuánto espacio debe considerar por cliente para poder ofrecer un servicio correcto?**
- a) 1,5 a 2 m cuadrados.
 - b) 0,5 m a 1 m cuadrados.
 - c) 2 m a 2,5 m cuadrados.
 - d) 0,75 m a 1 m cuadrado.
- 51. En el montaje de aparadores éste cuenta con los nueve cajones habituales, los cubiertos se colocan de derecha a izquierda**
- a) Cuchara postre, cuchillo de postre, tenedor de postre, cuchara sopera, cuchillo trincherero, tenedor trincherero, pala pescado, tenedor pescado y por ultimo cuchillo de carne/steak, cazos y cucharones.
 - b) Cuchara sopera, cuchillos trincherero, tenedores trincheros, cuchillos de carne/steak,, cuchara de postre, cuchillo de postre, tenedor de postre, pala de pescado, tenedor de pescado.
 - c) Cucharas soperas, cuchillos trincheros, tenedores trincheros, pala de pescado, tenedor de pescado, cuchara de postre, cuchillo de postre, tenedor de postre, y por ultimo cuchillos de carne/steak, cazos y cucharones.
 - d) Cuchillos de carne/steak, cucharas de postre, cuchillos de postre, tenedor de postre, cucharas soperas, tenedores trincheros, cuchillos trincheros, tenedor pescado, pala de pescado.
- 52. En el montaje de mesa en un servicio a la carta, el plato de pan se situará**
- a) A la derecha del plato base haciendo coincidir la parte inferior de ambos platos o bien haciendo coincidir la parte superior.
 - b) A la izquierda del plato base haciendo coincidir la parte superior de ambos platos o bien haciendo colindar la base del plato de pan con el centro del plato base.
 - c) A la derecha del plato base haciendo coincidir la parte inferior de ambos platos o bien coincidir la base del plato de pan con el centro del plato base.
 - d) A la izquierda del plato base haciendo coincidir la parte inferior de ambos platos o bien haciendo coincidir la parte superior del plato de pan con el centro del plato base.
- 53. El brunch se sirve como:**
- a) Última comida del día.
 - b) Entre la merienda y la cena.
 - c) Entre el desayuno y el almuerzo.
 - d) Una combinación de frutas y verduras crudas y salteadas.
- 54. Una regla básica en la presentación de los platos será:**
- a) La guarnición será superior en volumen del género principal.
 - b) Las salsas deben permitir la visión del género principal.
 - c) La guarnición será igual o superior en cantidad del género principal.
 - d) En el plato podrá haber ingredientes no comestibles.

- 55. Cucharilla en forma de media esfera y diferentes tamaños, empleada para obtener cortes esféricos en los vegetales y las frutas:**
- a) Cucharilla española.
 - b) Cucharilla romana.
 - c) Cucharilla inglesa.
 - d) Cucharilla parisienne.
- 56. Tejido de algodón que cubre las superficies de las mesas, aparadores y mesas auxiliares para proteger la madera, evitar ruidos y roturas y hacer más agradable la sensación al cliente:**
- a) Hule.
 - b) Muletón.
 - c) Salvamantel.
 - d) Entrepañó.
- 57. La técnica culinaria de asado consiste en:**
- a) Cocinar un género de gran tamaño con poco aceite a fuego vivo para que quede al punto en el interior y aspecto jugoso en el exterior.
 - b) Consiste en sumergir un género en aceite e introducir al horno con cocción prolongada.
 - c) Cocinar un género con un mínimo de grasa, de forma que quede dorado en la parte externa y jugoso en el interior.
 - d) Cocinar un género a fuego lento con movimiento constante cocinándose con su propio jugo de manera que resulte jugoso por fuera y meloso en el interior.
- 58. Dentro de las claves de la fritura NO se encuentra:**
- a) Aplicar rebozado justo antes de la fritura.
 - b) La cantidad de aceite debe estar en consonancia con la cantidad de producto.
 - c) Utilizar aceite de bajo punto de humo para evitar que se degrade con facilidad.
 - d) Temperatura de aceite no demasiado floja para que no se abran los productos.
- 59. La técnica que consiste en cocinar con un poco de grasa caliente el producto principal, junto con ingredientes de condimentación, a fuego vivo para que se dore rápidamente, o se abra, para servir de inmediato o terminar con salsa se denomina:**
- a) Braseado.
 - b) Estofado.
 - c) Salteado.
 - d) Fritura.
- 60. La técnica que consiste en introducir la carne en grasa, preferiblemente en aceite, cocinarlo a fuego mínimo, sin que se aprecie ebullición por un tiempo que sea el doble que, para su cocinado por un sistema normal, se denomina:**
- a) Glaseado.
 - b) Confitado.
 - c) Marinado.
 - d) Escalfado.
- 61. Las proteínas, señala la respuesta INCORRECTA:**
- a) Tienen funciones principalmente reguladoras.
 - b) Las proteínas de origen vegetal son de calidad ligeramente inferior a las de origen animal.
 - c) La ingesta diaria debe aportar entre un 12 y un 15% del total de las calorías necesarias.
 - d) 1 gramo de proteínas proporciona 4 kilocalorías.
- 62. Una persona con intolerancia al gluten, no puede consumir:**
- a) Avena.
 - b) Maíz.
 - c) Arroz.
 - d) Trigo sarraceno o Alforfón.

- 63. Señale la respuesta correcta:**
- a) La alergia alimentaria es una respuesta inmunológica exagerada de un organismo hipersensible a un alimento o sustancia que entre en él por ingestión, inhalación o contacto cutáneo, aunque sean trazas.
 - b) La alergia alimentaria es una reacción anormal que aparece ante la ingestión de alimentos en la que no interviene el sistema inmunitario.
 - c) La alergia alimentaria se debe a alteraciones en la digestión o metabolismo de algunos nutrientes.
 - d) La alergia alimentaria puede tener origen genético o adquirirse con el tiempo.
- 64. En las elaboraciones para personas con necesidades alimentarias específicas se necesita sustituir el huevo, entonces utilizaré:**
- a) Utilizaré el hidrolizado que mejor se tolere.
 - b) En los rebozados utilizaré zumos de fruta.
 - c) Utilizaré la nata de avena.
 - d) Utilizaré la nata de soja.
- 65. La desinfección es:**
- a) El conjunto de operaciones que se realizan mediante la utilización de productos para eliminar la suciedad.
 - b) Conjunto de operaciones que se van a realizar mediante la acción de agentes limpiadores.
 - c) Conjunto de operaciones que se van a realizar mediante la acción de agentes desinfectantes para eliminar la flora intestinal.
 - d) Conjunto de operaciones que se van a realizar mediante la acción de agentes desinfectantes para reducir la flora microbiana y destruir los patógenos.
- 66. La erradicación de insectos y ácaros se produce por medios físicos:**
- a) Mecánicos, electrocutares, térmicos, utilización de atmósferas modificadas.
 - b) Mecánicos, feromonas, microorganismos y reguladores de crecimiento.
 - c) Mecánicos, electrocutares, términos, pietrinas y carbonatos.
 - d) Mecánicos, electrocutares, feromonas, sustancias de origen microbiano y reguladores del crecimiento.
- 67. El manual de aplicación del sistema de appcc establece como puntos de control críticos generales:**
- a) 11 puntos.
 - b) 9 puntos.
 - c) 7 puntos.
 - d) 6 puntos.
- 68. Los álcalis fuertes son activos frente:**
- a) Grasas y proteínas.
 - b) La dureza del agua.
 - c) A todo tipo de suciedad.
 - d) No son activos.
- 69. El método de esterilización por el cual se destruyen en los alimentos todas las formas de vida de microorganismos patógenos o no patógenos, mediante la aplicación de calor intermitente, en varios tiempos o días, se denomina:**
- a) Tindalización.
 - b) Ebullición.
 - c) Incineración.
 - d) Confitado.
- 70. ¿Qué productos requieren almacenarse en lugares secos y aireados para evitar que rezumen?**
- a) Alimentos adobados crudos.
 - b) Verduras refrigeradas.
 - c) Lácteos fermentados.
 - d) Productos salazonados como bacalao o mojama.

- 71. ¿Cuál de las siguientes afirmaciones es correcta respecto al orden vertical de colocación de alimentos dentro de un frigorífico?**
- a) Los recipientes con conservas no utilizadas en su totalidad deben ir siempre en el nivel inferior.
 - b) Los alimentos crudos deben situarse en el estante superior por encima de los alimentos cocinados para evitar que los posibles olores que desprendan se transfieran a los alimentos cocinados.
 - c) La colocación vertical es irrelevante a la hora de asegurar la no transferencia de sabores ni de ninguna otra sustancia patógena.
 - d) Los embutidos deberán colocarse en el estante central del frigorífico.
- 72. ¿Qué precaución se debe tener al cortar verduras antes de cocinarlas para evitar la pérdida de nutrientes?**
- a) Sumergirlas en ácido acético de alta concentración durante al menos 1 hora antes de proceder al corte de las verduras.
 - b) Cortarlas en porciones grandes para reducir la superficie de contacto con el agua.
 - c) Realizar remojos prolongados y contarlas con bastante antelación antes del cocinado para evitar riesgos de ataque por oxidación.
 - d) Cortarlas y manipularlas con bastante anterioridad a su cocinado para impedir la pérdida de vitaminas.
- 73. ¿Qué se entiende por manipulación manual de cargas según la Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos derivados de la manipulación manual de cargas del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo?**
- a) Operación de transporte o sujeción de una carga que por sus características o condiciones ergonómicas inadecuadas entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores.
 - b) Operación en la que intervengan maquinaria automatizada para desplazar objetos con masa superior a 10 kg.
 - c) Acción mecánica o humana de transporte asistido de una carga por medios electrohidráulicos.
 - d) El uso combinado de dispositivos de tracción con técnicas de biomecánicas avanzadas en el manejo de elementos estructurales.
- 74. ¿Qué medida se considera esencial para prevenir la pérdida de calor durante la realización de tareas en ambientes fríos?**
- a) Incrementar la velocidad del aire para renovar el oxígeno.
 - b) Hacer las pausas de descanso en estancias frescas para evitar contrastes bruscos de temperatura y colapsos.
 - c) Disminuir el tiempo de permanencia en ambientes fríos.
 - d) Mantener una exposición constante al frío para aclimatar el cuerpo y controlar así cualquier riesgo.
- 75. Una medida preventiva en los trabajos en el interior de cámaras frigoríficas es:**
- a) Ordena la mercancía almacenada utilizando las estanterías.
 - b) No obstaculices el acceso a los extintores.
 - c) Mantén el cuerpo dentro del frontal de la escalera.
 - d) Transporta carga mientras bajas las escaleras, nunca mientras subas.
- 76. Una de las siguientes medidas preventivas es incorrecta a la hora de usar los utensilios de corte:**
- a) Mantén los utensilios de corte en buen estado.
 - b) Selecciona el utensilio adecuado para la tarea a realizar.
 - c) Utiliza el cuchillo de forma que el recorrido de corte se realice en dirección hacia el cuerpo.
 - d) Emplea papel de cocina o un trapo para limpiar las partes afiladas de los mismos.

77. **Qué principio general debe regir las actuaciones de las Administraciones Públicas conforme a la Ley 12/2010, de 18 de noviembre, de igualdad entre mujeres y hombres de Castilla-La Mancha?**
- a) La neutralidad de género en todas las políticas públicas.
 - b) La integración de la igualdad de trato y de oportunidades en todas las políticas públicas.
 - c) La priorización de políticas económicas sobre las de igualdad.
 - d) La descentralización total de las competencias en materia de igualdad.
78. **Según la Ley 12/2010, de 18 de noviembre, de igualdad entre mujeres y hombres de Castilla-La Mancha ¿qué organismo impulsará la creación del Centro de Estudios e investigaciones de Igualdad de Género?**
- a) El Consejo de Gobierno de Castilla-La Mancha.
 - b) El Defensor del Pueblo de Castilla-La Mancha.
 - c) Las Unidades de Igualdad de género.
 - d) El Instituto de la Mujer de Castilla-La Mancha.
79. **El acoso sexual:**
- a) Es sinónimo de acoso por razón de sexo.
 - b) Es cualquier comportamiento verbal o físico, de naturaleza sexual, que tenga el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.
 - c) Es cualquier comportamiento realizado en función del sexo de una persona, con el propósito o el efecto de atentar contra su dignidad y de crear un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo
 - d) Es lo contrario que acoso por razón de sexo.
80. **¿Qué es el informe de impacto de género?**
- a) Es un informe que expresa la discriminación de las mujeres.
 - b) Es el resultado de aplicar la perspectiva de género a una actuación normativa.
 - c) Expresa la situación de los hombres en ámbitos feminizados.
 - d) Indica la situación de las mujeres en ámbitos masculinizados.
81. **¿Cómo sería el marcaje de cubiertos para pastas italianas?**
- a) Cuchillo trincherero a la derecha y tenedor trincherero a la izquierda.
 - b) Tenedor trincherero a la derecha. En caso de ser "spaghetti" se colocará también una cuchara sopera o de postre a la izquierda.
 - c) Cuchillo trincherero a la derecha y tenedor trincherero al a izquierda.
 - d) Tenedor trincherero a la izquierda. En caso de ser "spaghetti" se colocará también una cuchara sopera o de postre a la derecha.
82. **Señala la respuesta correcta:**
- a) Con los desinfectantes se consigue una esterilización.
 - b) La esterilización es la eliminación completa de todas las formas microbianas.
 - c) Con la limpieza se eliminan todos los microorganismos, salvo de las esporas bacterianas.
 - d) Con la limpieza se eliminan todos los microorganismos, incluidas las esporas bacterianas.
83. **Según la Clasificación Nacional de Ocupaciones (CNO) el ayudante de cocina se encuentra comprendido en el código:**
- a) 9310.
 - b) 9431.
 - c) 9811.
 - d) 9410.

84. Según el RD 1021/2022, artículo 5, en relación a las operaciones congelación, descongelación y recongelación de alimentos, indique la respuesta INCORRECTA:

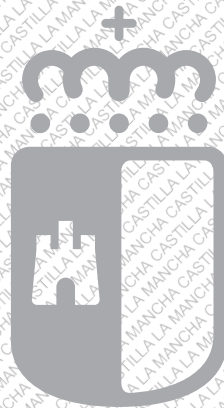
- a) Cuando se congelen materias primas que vengan envasadas, no hará falta indicar colocar una nueva etiqueta en la que figure fecha de congelación.
- b) Los establecimientos de comercio al por menor que vayan a llevar a cabo la congelación deberán disponer de un equipo de congelación con la suficiente potencia para congelar los alimentos, de manera que alcancen una temperatura central no superior a $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$ siguiendo un descenso ininterrumpido de la temperatura.
- c) En el caso de la carne fresca, se deberá congelar inmediatamente tras su recepción o inmediatamente tras finalizar el periodo de maduración, salvo que vaya a destinarse a la donación.
- d) Cuando se congelen los productos elaborados en el propio establecimiento, con vistas a su posterior venta, utilización o donación, deberán envasarse y se colocará una etiqueta en la que figure la fecha de elaboración o transformación, la fecha de congelación y la fecha de caducidad o consumo preferente del producto congelado.

85. ¿Qué se considera un agarre bueno de la carga según lo establecido en la Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos derivados de la manipulación manual de cargas del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo?

- a) Cualquier agarre de cargas sin asas que puedan sujetarse flexionando la muñeca alrededor de la carga en un ángulo inferior a 90° .
- b) Cualquier agarre de cargas con asas u otro tipo de agarres que permitan una sujeción confortable para la mano, permaneciendo la muñeca sin desviaciones.
- c) Cualquier sujeción de la carga que permita el agarre mediante presión entre el antebrazo y el torso.
- d) Aquel agarre que permita el uso exclusivo de la punta de los dedos para sujetar objetos pequeños.

INSTRUCCIONES:

- **No abra este cuestionario** hasta que se le indique.
- Utilice **bolígrafo negro o azul**. Lea detenidamente antes de comenzar las instrucciones que figuran al dorso de la “Hoja de Examen”.
- Todas las preguntas de este cuestionario tienen el mismo valor y una sola respuesta correcta.
- Compruebe siempre que el número de respuesta que señale en la “Hoja de Examen” es el que corresponde con el número de pregunta del cuestionario.
- Este cuestionario consta de **80 preguntas más 5 de reserva**. Las preguntas de este cuestionario deben ser contestadas en la “Hoja de Examen”.
- **Las respuestas deberán ser marcadas** en la “Hoja de Examen” teniendo en cuenta tanto estas instrucciones como las contenidas en la propia “Hoja de Examen”.
- El tiempo de realización de este ejercicio es de **120 minutos**.
- En la “Hoja de Examen” **no deberá anotar ninguna otra marca o señal** distinta de las necesarias para contestar el ejercicio.
- Este cuestionario puede utilizarse en su totalidad como borrador.
- **No olvide firmar** la “Hoja de Examen” en el lugar reservado al efecto.



Castilla-La Mancha