Comunes / Objetivo 3.4: Test CAP Mercancías – 2

➤ Haz este test online

Tiempo:	50 min	**Correcta:**	+1 pts
Fallada:	-0.5 pts	**Aprobar:**	25 pts min

Total preguntas: 50 | PDF en español con soluciones

Test de práctica. No es un documento oficial de una convocatoria.

1. De las siguientes opciones, ¿cuál es una de las funciones del sueño?

A) Disminución del sueño.
B) Aumento del cansancio físico.
C) Recuperación del desgaste.
D) Aparición de la sensación de cansancio.

Cod: 4061 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

2. ¿Qué puede producir la alternancia en los horarios de trabajo?

A) Una mejor adaptación a los horarios sociales.
B) Perturbaciones en el sueño.
C) Facilidad para conciliar el sueño.
D) Alimentación adecuada.

Cod: 4062 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

3. ¿Cómo deben ser las comidas durante los días de conducción?

A) Varias comidas y ligeras.
B) Varias comidas y abundantes.
C) Pocas comidas y ligeras.
D) Pocas comidas y abundantes.

Cod: 4067 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

4. ¿Qué favorece una mejor digestión de los alimentos y reduce la posibilidad de sufrir trastornos digestivos?

A) Comer rápido y masticar bien.
B) Comer rápido y masticar deprisa.
C) Comer lento y masticar deprisa.
D) Comer lento y masticar bien.

Cod: 4068 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

5. ¿Cuál de las siguientes afirmaciones no es una función de los nutrientes?

A) Aportan la energía necesaria.
B) Forman y mantienen órganos.
C) Favorecen el sobrepeso de los conductores.
D) Ayudan al sistema de defensas del cuerpo.

Cod: 4069 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

6. A la hora de elegir menú en carretera, ¿cómo deben aparecer la carne y el pescado?

A) Las carnes grasas, al menos, cuatro veces por semana.
B) El pescado deberá aparecer en tres o cuatro raciones a la semana.
C) Mejor utilizar cordero o pollo.
D) En ningún caso.

Cod: 4072 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

7. A la hora de elegir menú en carretera, ¿qué tipo de técnica culinaria se debe utilizar con más frecuencia?

A) La que incorpore más grasas.
B) La que incorpore más calorías
C) La que incorpore menos grasas.
D) La que incorpore menos sales minerales.

Cod: 4074 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

8. ¿Cuántos minutos sugiere la Organización Mundial de la Salud que se deben tomar, como mínimo, para consumir la ración del mediodía?

A) Una hora.
B) Dos horas.
C) 20 minutos.
D) 40 minutos.

Cod: 4075 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

9. ¿Qué consecuencias puede tener en verano un aumento de la transpiración y deshidratación?

A) Disminución de la fatiga muscular.
B) Aumento del estado de vigilia.
C) Incremento de la fatiga muscular.
D) Disminución de la ansiedad.

Cod: 4076 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

10. ¿Qué bebida se debe utilizar para mitigar la aparición de la deshidratación en verano?

A) Agua.
B) Café.
C) Alcohol.
D) Leche caliente.

Cod: 4077 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

11. Una dosis adecuada de café o de otros estimulantes naturales, ¿qué beneficios genera?

A) Alivia la fatiga.
B) Facilita los reflejos.
C) Ayuda a mantener el estado de vigilia.
D) Todas las respuestas anteriores son correctas.

Cod: 4078 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

12. Una dosis excesiva de café, ¿qué puede llegar a producir?

A) Aliviar la fatiga.
B) Ansiedad.
C) Mantener el estado de vigilia.
D) Facilitar los reflejos.

Cod: 4079 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

13. ¿Qué bebida no es aconsejable consumir durante la conducción?

A) Zumos naturales.
B) Bebidas demasiado gasificadas.
C) Agua.
D) Café en pequeñas cantidades.
Cod: 4080 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

14. Durante viajes largos y sobre todo por la noche, ¿qué bebida no es aconsejable tomar?

A) Leche caliente.
B) Café.
C) Zumos.
D) Agua.
Cod: 4081 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

15. ¿Qué efectos pueden provocar los fármacos?

A) Somnolencia.
B) Fatiga muscular.
C) Mareos.
D) Todas las respuestas anteriores son correctas.
Cod: 4086 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

16. ¿Qué efectos produce la morfina en la conducción?

A) Aumenta la seguridad.
B) Aumenta la capacidad de reacción.
C) Produce somnolencia.
D) Disminuye la distancia de frenada.
Cod: 4087 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

17. ¿Por qué factor se puede producir la fatiga?

A) Jornadas de corta duración.
B) Conducción nocturna.
C) Tráfico fluido.
D) No tener riesgo económico.
Cod: 5226 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

18. ¿Qué acción no afecta a la capacidad de atención del conductor durante la prestación del servicio?

A) Hacer comidas copiosas.
B) Atender la emisora.
C) Descansar menos de lo necesario.
D) No consumir alcohol.
Cod: 5281 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

19. ¿Cómo se puede definir la fatiga?

A) Un estado psicofísico en el que predominan una serie de manifestaciones a nivel muscular e intelectual, con una disminución de la actividad normal del individuo.
B) Un estado psicofísico en el que no se tiene ganas de trabajar.
C) Un estado físico en el que se tiene mucho estrés.
D) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.
Cod: 5306 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

20. ¿Qué tipo de comportamientos indican la presencia de cansancio en un conductor?

A) Aumento de la motorización.
B) Cambios de postura repetidos.
C) Aumento de la concentración ante los estímulos.
D) Atención tranquila a la carretera.

Cod: 5307 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

21. ¿Cuál es el factor decisivo en la aparición de la fatiga?

A) Problemas familiares.
B) Problemas económicos.
C) Trabajo excesivo o descanso insuficiente.
D) Dolor de cabeza.

Cod: 5308 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

22. ¿Qué tipo de actividad favorece la aparición de la fatiga?

A) La que dura más de cinco horas.
B) Aquella en la que no existe mucha repetición de los estímulos.
C) La que se repite durante un largo período de tiempo.
D) La que no necesita mantener la atención constantemente.

Cod: 5340 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

23. ¿Qué consecuencias provoca la fatiga?

A) Aumento de la concentración.
B) Modificaciones en la percepción.
C) Aumento de los reflejos.
D) Falta de sueño.

Cod: 5341 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

24. ¿Qué consecuencias no se derivan de la fatiga del conductor?

A) Diminución de la atención.
B) Disminución de la concentración.
C) Disminución de la somnolencia.
D) Disminución de los reflejos.

Cod: 5342 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

25. ¿Qué modificaciones fisiológicas se producen durante el sueño?

A) Reducción del nivel de consciencia.
B) Cambio en la función cardiaca.
C) Reducción del tono muscular.
D) Todas las respuestas anteriores son correctas.

Cod: 5343 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

26. La somnolencia diurna crónica se relaciona con:

A) fatiga.
B) trastornos del sueño.
C) estrés.
D) ingesta de alcohol.

Cod: 5344 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

27. ¿Qué causa puede producir somnolencia esporádica al conducir?

A) Los trastornos del sueño.
B) Las comidas ligeras.
C) La acumulación de cansancio.
D) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.
Cod: 5345 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

28. ¿Qué es la hipersomnolencia?

A) Excesiva somnolencia diurna.
B) Dormir demasiadas horas por el día.
C) Dormir demasiadas horas por la noche.
D) Excesiva somnolencia nocturna.
Cod: 5346 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

29. ¿Qué porcentaje de la población se estima que padece trastornos del sueño?

A) 70 %.
B) 50 %.
C) 10 %.
D) 1 %.
Cod: 5347 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

30. Bajo una situación de somnolencia, ¿qué factores psicofísicos del conductor se ven afectados?

A) La percepción.
B) El razonamiento.
C) Los reflejos y el tiempo de reacción.
D) Todas las respuestas anteriores son correctas.
Cod: 5348 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

31. ¿Qué medicamentos nos pueden producir somnolencia?

A) Ansiolíticos.
B) Sedantes.
C) Hipnóticos.
D) Todas las respuestas anteriores son correctas.
Cod: 5349 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

32. Una somnolencia diurna excesiva, ¿puede impedir la obtención o la prórroga del permiso de conducción?

A) Puede impedir la obtención, pero no la prórroga.
B) Puede impedir la prórroga, pero no la obtención.
C) Sí, o hacer que se reduzca su período de vigencia.
D) En ningún caso.
Cod: 5350 | Norma: RD 818/2009 Anexo IV | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

33. ¿Por qué se produce una aparente estimulación con el consumo de alcohol a niveles "bajos"?

A) Por tener un grado elevado de tolerancia al alcohol.
B) Por la depresión de los mecanismos de control inhibitorios existentes en el cerebro.
C) La estimulación solo se produce con el consumo de bebidas con graduación muy elevada.
D) La estimulación solo se produce con el consumo de vino.
Cod: 5352 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

34. ¿En qué momento los efectos del alcohol en la sangre son más notables?

A) Cuando la curva de alcoholemia está en su punto más elevado.
B) Cuando la curva de alcoholemia está en fase descendente.
C) Cuando la curva de alcoholemia está en fase plana.
D) En la última consumición.
Cod: 5360 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

35. ¿A partir de qué nivel de alcohol en sangre se producen efectos directos en el cerebro?

A) 0,9 gramos por litro.
B) 0,1 gramos por litro.
C) 0,3 gramos por litro o incluso inferiores.
D) 0,7 gramos por litro.
Cod: 5361 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

36. ¿En cuántos accidentes de tráfico con víctimas mortales en España se encuentra implicado el alcohol?

A) En el 2 %.
B) En uno de cada cuatro.
C) En el 75 %.
D) En la mitad.
Cod: 5365 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

37. ¿Qué fármacos pueden producir pérdida de capacidad auditiva?

A) Analgésicos.
B) Antihistamínicos.
C) Antihipertensivos.
D) Relajantes.
Cod: 5366 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

38. ¿Qué fármacos pueden producir pérdida de concentración?

A) Diuréticos.
B) Analgésicos.
C) Antihistamínicos.
D) Expectorantes.
Cod: 5367 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

39. ¿Qué fármacos pueden producir vértigos?

A) Antihipertensivos.
B) Relajantes.
C) Analgésicos.
D) Antihistamínicos.
Cod: 5368 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

40. ¿Qué fármacos pueden incrementar la fatiga?

A) Antihistamínicos.
B) Antihipertensivos.
C) Relajantes.
D) Analgésicos.
Cod: 5369 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

41. ¿Qué tipo de drogas producen efectos como la sedación, laxitud y vértigo?

A) Depresoras.
B) Estimulantes.
C) Psicodislépticos.
D) Alucinógenos.

Cod: 5370 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

42. ¿Qué tipo de drogas producen efectos como insomnio y sensación de disminución de la fatiga?

A) Psicodislépticos.
B) Depresoras.
C) Estimulantes.
D) Alucinógenos.

Cod: 5371 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

43. ¿Qué tipo de drogas producen efectos como alteraciones sensitivas, pérdida de la noción de tiempo y espacio?

A) Alucinógenos.
B) Estimulantes.
C) Depresoras.
D) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.

Cod: 5372 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

44. ¿Cuál es la droga ilegal más consumida en España?

A) LSD.
B) Marihuana.
C) Cocaína.
D) Heroína.

Cod: 5374 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

45. ¿Cuáles son los efectos más comunes que produce la cocaína en la conducción?

A) Sobrevaloración de los riesgos.
B) Conciencia de los riesgos.
C) Reacción ante los riesgos.
D) Minusvaloración de los riesgos.

Cod: 5375 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

46. ¿Qué tipo de droga enlentece las funciones del sistema nervioso central?

A) Cocaína.
B) Anfetaminas.
C) Heroína.
D) Estimulantes

Cod: 5376 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

47. ¿Qué elementos confluyen en la aparición del estrés?

A) A) El entorno.
B) B) Las respuestas fisiológicas ante él.
C) C) La actitud de quien lo sufre.
D) D) Todas las respuestas anteriores son correctas.

Cod: 5377 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

48. ¿Cuándo tiene el alcohol una absorción más rápida en la sangre?

A) Si tiene una graduación baja.
B) Si se consume caliente.
C) Si no está gasificado.
D) Si el estómago está lleno.

Cod: 5808 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

49. ¿Cuándo se alcanza la máxima concentración de alcohol en la sangre?

A) Después de media hora con comidas.
B) Después de una hora con comidas.
C) Después de una hora y media con comidas.
D) Después de dos horas con comidas.

Cod: 5809 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

50. ¿En cuántos accidentes de tráfico con víctimas mortales en España está presente el alcohol?

A) En la mitad.
B) En la cuarta parte.
C) En uno de cada tres.
D) En dos de cada tres.

Cod: 5810 | Norma: Sin referencia | Cat: Comunes: Objetivo 3.4

Soluciones

Marca ✓ en la casilla verde si has acertado o ✗ en la roja si has fallado.
Si no has respondido, deja ambas casillas vacías. Las letras corresponden a este PDF.

Nº: R	✓	✗	Nº: R	✓	✗	Nº: R	✓	✗	Nº: R	✓	✗	Nº: R	✓	✗	Nº: R	✓	✗	Nº: R	✓	✗	Nº: R	✓	✗	Nº: R	✓	✗	Nº: R	✓	✗
1:C			2:B			3:A			4:D			5:C			6:B			7:C			8:D			9:C			10:A		
11:D			12:B			13:B			14:A			15:D			16:C			17:B			18:D			19:A			20:B		
21:C			22:C			23:B			24:C			25:D			26:B			27:C			28:A			29:C			30:D		
31:D			32:C			33:B			34:A			35:C			36:B			37:A			38:C			39:A			40:C		
41:A			42:C			43:A			44:B			45:D			46:C			47:D			48:B			49:B			50:B		

Cuenta tus respuestas y calcula la puntuación

Correctas: _____ × 1 = _____ puntos a sumar

Falladas: _____ × 0.5 = _____ puntos a restar

Sin responder: _____ Total de preguntas: 50

PUNTUACIÓN TOTAL: _____ - _____ = _____ puntos

Puntuación mínima para aprobar: 25 puntos

RESULTADO: ☐ APTO ☐ NO APTO

➤ Volver al test online y consultar las explicaciones disponibles