

Ope Andalucía 2002

1. Los ejercicios de Kegel son utilizados para:
  - a. La preparación maternal
  - b. El tratamiento de la incontinencia urinaria.
  - c. Para potenciar la musculatura del periné
  - d. Todas son correctas.

OPE ANDALUCIA 2004-2007

2. ¿Cuales son las dos principales Intervenciones de Enfermería en el diagnostico enfermero "Incontinencia urinaria de esfuerzo, relacionado con la debilidad de los músculos pélvicos, manifestado por la observación y expresiones verbales?:
  - A) Evitar permanecer de pie durante largos periodos de tiempo y establecer conjuntamente una pauta para la ingesta de líquidos.
  - B) Mantener una higiene adecuada y confeccionar un registro de la ingesta de líquidos.
  - C) Evitar el té, el café, el alcohol y los líquidos que sean irritantes sobre la vejiga urinaria.
  - D) Valorar la conveniencia de explicar y demostrar los ejercicios de Kegel para reforzar los músculos pélvicos.
3. Los siguientes músculos forman parte del plano superficial del periné, excepto uno. ¿Cuál es?:
  - A) Isquiocavernoso.
  - B) Bulbocavernoso.
  - C) Elevador del ano.
  - D) Transverso superficial del periné.
4. La etiología de la incontinencia urinaria de esfuerzo en la mujer, puede estar causada por:
  - A) Alteración de la vejiga, aunque ésta se acomode al llenado.
  - B) Alteración de la uretra y de la vejiga.
  - C) Alteración de la uretra, con el esfínter dañado, el suelo de la pelvis descendido y las presiones abdominales alteradas.
  - D) Alteración de las presiones abdominales, que no llega a cerrar la uretra, y ésta es incapaz de mantener los mecanismos de cierre con descenso.
5. La incontinencia urinaria de esfuerzo se define como la pérdida de orina que se produce al aumentar al presión abdominal, en cantidad inferior a:
  - A) 40 ml.
  - B) 50 ml.
  - C) 60 ml.
  - D) 70 ml.
6. ¿Cuál de los siguientes no es un hábito saludable en el tratamiento de la Incontinencia de Esfuerzo?:
  - A) Vaciar completamente la vejiga, apretando si es preciso.
  - B) Orinar con frecuencia.
  - C) Combatir el estreñimiento.
  - D) Higiene adecuada
7. El prolapso uterino puede manifestarse en la menopausia pero se ha producido anteriormente a consecuencia de:
  - A) Del intento de expulsar el feto antes de la dilatación completa.
  - B) Mujeres multíparas con intento de expulsar el feto antes de la dilatación completa y la fuerza empleada para expulsar la placenta.
  - C) La obesidad de la mujer en la menopausia.
  - D) Por utilizar fórceps en un parto distócico.
8. El prolapso genital se define como el descenso de uno o varios de los órganos pélvicos por debajo de la situación que ocupan habitualmente, a través de la vagina e incluso por debajo de

## RECOPILATORIO PREGUNTAS OPES TEMA 71. SUELO PÉLVICO

ella. Se produce debido a un fallo de los medios de sujeción que fijan estos órganos a la pelvis.

¿Cuál es su clasificación?:

- A) Uretrocele y Cistocelos.
- B) Colpoccele anterior y posterior.
- C) Prolapso uterino y prolapso de la cúpula vaginal.
- D) Todas son correctas.

9. La definición del diagnóstico enfermero de incontinencia de esfuerzo es: "Pérdida de orina inferior a los 50 ml al aumentar la presión abdominal" ¿Cuáles serían las principales actividades a realizar por la enfermera para resolver este problema?:

- A) Enseñar a la paciente a identificar el músculo pubocoxígeo colocando un dedo en la vagina y procediendo a apretar.
- B) Explicar al paciente que la efectividad de los ejercicios se consigue a las 6 ó 12 semanas.
- C) Comentar el registro diario de continencia con el paciente para proporcionar seguridad.
- D) Todas son correctas.

### OPE ANDALUCIA 2016

10. La enseñanza del masaje perineal durante la preparación para el parto:

- A) Se recomienda en las dos últimas semanas del embarazo
- B) Tiene la finalidad de practicarlo 2 o 3 veces al día
- C) Es útil para la prevención de traumatismos perineales
- D) Todas las respuestas son correctas

11. El tratamiento de la incontinencia urinaria mixta pasa por:

- A) Si predomina el componente de urgencia, solo debe ser farmacológico
- B) Si predomina el componente de esfuerzo, podrá contemplarse el tratamiento quirúrgico antiincontinencia
- C) Una neuromodulación.
- D) El tratamiento depende de si predomina el componente de urgencia o el de esfuerzo. Según predomine uno u otro, el tratamiento debe ser distinto

12. ¿Qué inervación es la responsable de asegurar la continencia uretral y anal?

- A) Nervio pélvico
- B) Nervio hipogástrico
- C) Nervio pudendo
- D) Nervio Isquial

### OPE ARAGÓN 2017-2018

13. Los ejercicios de recuperación en el postparto, tienen como objetivo la prevención de posibles alteraciones tras el alumbramiento y la recuperación física de la mujer. De las siguientes afirmaciones respecto a los ejercicios de kegel, señale la incorrecta:

- A) Se proponen para la prevención de la disfunción del suelo pélvico
- B) Se trata de ejercicios para fortalecer la musculatura del suelo pélvico con resistencias progresivas
- C) Presentan buenos resultados para restaurar la función después del parto y para la prevención de la incontinencia urinaria de esfuerzo
- D) Mediante la exploración manual, sólo se enseñan los ejercicios de contracción lenta

### OPE SESCAM 2017- 2018

14. El espacio superficial del triángulo anterior del periné, contiene varias estructuras importantes que incluyen los músculos:

- a) Isquicavernoso, pubococígeo y transverso superficial del periné.
- b) Isquicavernoso, bulbocavernoso y transverso superficial del periné.
- c) ) Isquicavernoso, isquiococcígeo y transverso superficial del periné.
- d) Pubo coccígeo, isquicavernoso y puborectal.

## RECOPILATORIO PREGUNTAS OPES TEMA 71. SUELO PÉLVICO

15. ¿Cuál de los siguientes cuestionarios no se emplea de forma específica para valorar la incontinencia urinaria?

- A) ICIQ-IU-SF
- B) King's Health Questionnaire
- C) Test de Sandvik
- D) EuroQol-5D

16. ¿Cuál de los siguientes consejos no es adecuado proporcionar a mujeres con IU?

- A) Evitar consumo de bebidas irritantes
- B) Demorar el tiempo entre micciones
- C) No realizar micciones en un intervalo corto de tiempo
- D) Controlar el consumo de alimentos como espárragos, melón, sandía y ensaladas

### OPE SACYL 2006

17. Uno de estos ejercicios no es de reeducación perineal, indíquelo:

- a) Ejercicios de Kegel.
- b) Fisioterapia de la musculatura pélvica.
- c) Biofeedback vesical.
- d) Maniobra de retracción vesical.

### OPE SACYL 2008

18. Los ejercicios de Kegel son útiles para:

- A) Rehabilitación vaxular
- B) Reeducción perineal
- C) Rehabilitación respiratoria
- D) Rehabilitación cardíaca

19. El masaje perineal con aceite de rosa de mosqueta:

- a) Está contraindicado en el puerperio
- b) Está contraindicado si se ha realizado episiotomía
- c) Está contraindicado en multíparas
- d) No está contraindicado

### OPE MADRID 2012-2014

20. Indique los músculos del periné femenino que forman el diafragma pélvico:

- a) Isquicavernoso, transverso superficial, esfínter estriado del ano y constrictor vulvovaginal
- b) Esfínter externo de la uretra y transverso profundo
- c) Elevador del ano y el isquiococcigeo
- d) Músculos del plano profundo y superficial del periné

21. Para realizar ejercicios abdominales sin riesgo durante el embarazo es necesario:

- a) Mantener las costillas abiertas independientemente del tipo de respiración
- b) Coordinación entre abdominales y periné
- c) Trabajar conjuntamente abdominales y dorsales
- d) Todas son correctas

22. El pujo en expiración durante el período expulsivo del parto:

- a) Orienta el pujo hacia el periné anterior
- b) Orienta el pujo hacia el periné posterior
- c) Produce una anteversión del útero
- d) Desciende el diafragma y empuja hacia abajo el paquete abdominal

RECOPILATORIO PREGUNTAS OPES TEMA 71. SUELO PÉLVICO

1 D
2 D
3 C
4 C
5 B
6 A
7 B
8 D
9 D
10 C
11 D
12 C
13 D
14 B
15 D
16 B
17 D
18 B
19 D
20 C
21 D
22 A

Descarga autorizada a 44597401 Maria Aurora  
Gallego Gallero, agallegogallero@gmail.com, IP:  
188.26.222.218