

54. ¿A quién es aplicable el Estatuto marco del personal estatutario de los servicios de salud?

- a) Exclusivamente al personal sanitario funcionario y al personal sanitario laboral que presta servicios en los centros del Sistema Nacional de Salud.
- b) Al personal estatutario que desempeña su función en los centros y en las instituciones sanitarias de los servicios de salud de las comunidades autónomas.
- c) Al personal estatutario que desempeña su función en los centros y en las instituciones sanitarias de los servicios sanitarios de la Administración General del Estado.
- d) Al personal estatutario que desempeña su función en los centros y en las instituciones sanitarias de los servicios de salud de las comunidades autónomas o en los centros y servicios sanitarios de la Administración General del Estado.

55. ¿De quién es la obligación de mantener un número suficiente de sillas de ruedas y de camillas en la entrada del servicio de urgencias?

- a) Del servicio de mantenimiento.
- b) De los celadores de hospitalización.
- c) Del jefe del personal subalterno.
- d) De los celadores de urgencias.

PREGUNTAS DE RESERVA

56. Según el Estatuto del personal no sanitario, si un enfermero pide ayuda a un celador para hacer una cura a un paciente...

- a) ...el celador puede negarse si no sabe curar y no lo han formado para ello.
- b) ...el celador debe hacerlo cumpliendo todas las instrucciones del enfermero.
- c) ...el celador debe ayudarlo dentro de sus funciones.
- d) ...el celador le ayudará, o no, según lo crea conveniente en ese momento.

57. Respecto al transporte de documentación clínica, señale la respuesta correcta:

- a) Es una función de los celadores.
- b) Los celadores deben transportar la documentación clínica siempre acompañados del personal sanitario.
- c) Corresponde al personal de administración.
- d) Los celadores tienen expresamente prohibido el transporte de documentación clínica.

58. Según el artículo 6 de la Ley orgánica 1/2007, de 28 de febrero, de reforma del Estatuto de autonomía, la bandera de las Islas Baleares está constituida por cuatro barras rojas horizontales sobre fondo amarillo, con un cuartel situado en la parte superior izquierda de fondo morado y...

- a) ...con un castillo blanco de cinco torres en medio.
- b) ...con un castillo amarillo de cinco torres en medio.
- c) ...con un castillo blanco de tres torres en medio.
- d) ...con un castillo amarillo de tres torres en medio.

48. En caso de riesgos biológicos en centrales de esterilización causados por pinchazos, cortes o erosiones con material contaminado, ¿cuáles son las medidas de protección efectivas?

- a) Limpieza con agua y jabón abundante y vacunación contra el tétanos y la hepatitis B.
- b) Manipulación de objetos con guantes y vacunación contra el tétanos y la hepatitis B.
- c) Vacunación contra la gripe y la rubéola e higiene personal antes de acceder al centro de trabajo.
- d) Manipulación de objetos con guantes y limpieza con agua y jabón abundantes después de salir del centro de trabajo.

49. ¿A quién corresponde el transporte de material dentro de la farmacia de un hospital?

- a) Al celador.
- b) Al auxiliar de farmacia.
- c) Al celador encargado de turno.
- d) Al personal de enfermería.

50. Señale la respuesta correcta respecto a la organización territorial, de acuerdo con el artículo 8.1 del Estatuto de autonomía de las Islas Baleares:

- a) La comunidad autónoma articula su organización territorial en islas, municipios y localidades.
- b) Las instituciones de gobierno de las islas son los consejos insulares, y las de los municipios, los ayuntamientos.
- c) Esta organización se regula por real decreto del Parlamento de las Islas Baleares.
- d) Todas las respuestas anteriores son correctas.

51. Según el artículo 3 de la Ley de ordenación de las profesiones sanitarias, ¿en qué grupos se estructuran los profesionales del área sanitaria de formación profesional?

- a) De grado superior y de grado medio.
- b) De formación sanitaria y de formación no sanitaria.
- c) De grado sanitario y de grado no sanitario.
- d) De formación licenciada y de formación diplomada.

52. En un supuesto en que se avisa al celador de planta de que hay que trasladar a un paciente en ambulancia por orden médica y el traslado debe hacerse desde la habitación del paciente hasta el hospital de referencia, señale la respuesta correcta:

- a) El celador debe negarse a llevar a cabo el traslado, ya que solamente tiene entre sus funciones el traslado de pacientes dentro del recinto sanitario.
- b) Al tratarse de un traslado secundario, debe encargarse solamente el conductor de la ambulancia.
- c) El encargado de trasladar y acompañar al paciente es el equipo médico.
- d) El celador debe trasladar al paciente siguiendo siempre las indicaciones del personal facultativo para hacerlo de la manera más adecuada.

53. ¿A quién representan los delegados de prevención?

- a) A la administración.
- b) A los trabajadores.
- c) A la empresa.
- d) A las mutuas de trabajo.

- 42. ¿Cuál de las respuestas siguientes recoge el artículo 23.1 de la Constitución española de 1978 sobre el derecho de participación?**
- a) Los ciudadanos tienen el derecho a participar en los asuntos públicos, directamente o por medio de representantes libremente elegidos en elecciones periódicas por sufragio universal.
 - b) Los ciudadanos pueden ejercer la acción popular y participar en la administración de justicia mediante la institución del jurado, en la forma y con respecto a los procesos penales que la ley determine, así como en los tribunales consuetudinarios y tradicionales.
 - c) La comunidad participará en las plusvalías que genere la acción urbanística de los entes públicos.
 - d) La ley establecerá las formas de participación de los interesados en la Seguridad Social y en la actividad de los organismos públicos cuya función afecte directamente a la calidad de vida o al bienestar general.
- 43. Según el artículo 48.1.k del Estatuto básico del empleado público, ¿de cuántos días de permiso por asuntos particulares se puede disponer, como mínimo y en defecto de otra legislación aplicable?**
- a) De cinco días.
 - b) De seis días.
 - c) De siete días.
 - d) De nueve días.
- 44. ¿Dónde debe permanecer el celador durante una intervención quirúrgica?**
- a) En el antequirófano.
 - b) En la sala de reanimación.
 - c) En los pasillos del quirófano.
 - d) En cualquier sitio: es indiferente.
- 45. Señale la respuesta correcta en cuanto al óxido de etileno:**
- a) No es tóxico.
 - b) Es tóxico exclusivamente por la vía respiratoria.
 - c) Es tóxico si se mezcla con agua.
 - d) Es fundamentalmente tóxico por las vías cutánea y respiratoria.
- 46. Según la Ley 5/2003, de 4 de abril, de salud de las Islas Baleares, ¿quiénes son titulares de los derechos y de los deberes sanitarios?**
- a) Los españoles y los extranjeros, independientemente de cuál sea su residencia, que se encuentren en cualquiera de los municipios de las Islas Baleares.
 - b) Los españoles y los extranjeros residentes en cualquiera de los municipios de las Islas Baleares.
 - c) Solamente los españoles y los extranjeros, así como sus beneficiarios, que estén dados de alta en el régimen general de la Seguridad Social.
 - d) Los españoles y los extranjeros que hayan residido un mínimo de 18 meses en cualquiera de los municipios de las Islas Baleares.
- 47. Durante una autopsia, ¿cuál es la tarea del celador?**
- a) Colaborar con el personal sanitario en el uso del instrumental sobre el cadáver.
 - b) Limpiar el instrumental usado en la autopsia.
 - c) Desinfectar, preparar y colocar el instrumental y los equipos, y usarlos con el cadáver cuando se le solicite.
 - d) Colaborar con el médico diseccionando el cadáver.

36. Señale la respuesta correcta en cuanto a las funciones de un celador de almacén:

- a) Hacer el pedido de material fungible del almacén al proveedor.
- b) Entregar todo lo almacenado que le sea solicitado mediante un vale firmado debidamente por un superior responsable.
- c) Elaborar la memoria trimestral de movimientos del almacén.
- d) Todas las respuestas anteriores son correctas.

37. Según el artículo 55.2 de la Ley 16/2003, de 28 de mayo, de cohesión y calidad del Sistema Nacional de Salud, ¿de dónde debe recabarse la información necesaria para elaborar estadísticas de las actividades sanitarias?

- a) Del sector público.
- b) Del sector privado.
- c) Tanto del sector público como del sector privado.
- d) De las comunidades autónomas.

38. ¿Qué es la tarjeta sanitaria individual?

- a) Es un documento administrativo que tiene como finalidad posibilitar a los ciudadanos el acceso a las prestaciones de la Seguridad Social que proporciona el Ministerio de Trabajo.
- b) Es un documento administrativo que tiene como finalidad posibilitar a los ciudadanos el acceso a las prestaciones de servicios sociales.
- c) Es un documento administrativo que tiene como finalidad posibilitar a los ciudadanos el acceso a prestaciones de la atención sanitaria que proporciona el Sistema Nacional de Salud.
- d) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.

39. ¿En qué año fue aprobado el Estatuto del personal no sanitario de las instituciones sanitarias de la Seguridad Social, vigente en relación a las funciones de este personal?

- a) En 1971.
- b) En 1972.
- c) En 1975.
- d) En 1976.

40. ¿Qué debe hacer un celador para entrar y salir de un ascensor con una silla de ruedas?

- a) Entrar empujando la silla de ruedas de frente para que pase primero el paciente y quede colocado mirando al fondo, y salir tirando de la silla.
- b) Entrar primero caminando de espaldas y tirando de la silla para que el paciente también entre de espaldas. Una vez dentro, girar la silla de ruedas para salir de la misma manera como han entrado.
- c) Empujar la silla de ruedas de tal manera que entre primero el paciente de espaldas al fondo del ascensor y salir empujando la silla para que pase primero el paciente.
- d) Entrar empujando la silla de ruedas de frente para que entre primero el paciente y quede colocado mirando al fondo. Una vez dentro, girar la silla para poder salir de frente.

41. ¿Cómo debe colocarse generalmente el cadáver de un paciente?

- a) En la posición de decúbito prono con los brazos a los lados y las palmas hacia abajo, o cruzando las manos sobre el abdomen.
- b) En la posición de decúbito supino con los brazos a los lados y las palmas hacia abajo, o cruzando las manos sobre el abdomen.
- c) En la posición de decúbito supino con los brazos extendidos y las palmas hacia arriba.
- d) En la posición de decúbito prono con los brazos extendidos y las palmas hacia arriba.

- 29. En el supuesto en que en la unidad de psiquiatría del hospital un paciente empiece a actuar de manera muy violenta, ¿quién debe llevar a cabo las maniobras de contención mecánica?**
- Exclusivamente el celador de la unidad.
 - El personal sanitario.
 - La implicación en la actuación de reducir al paciente debe ser de todo el personal, independientemente del estamento profesional.
 - El personal de seguridad.
- 30. Para facilitar a un paciente inconsciente la eliminación de secreciones, ¿en qué posición hay que colocarlo?**
- En la posición de decúbito supino.
 - En la posición de Trendelenburg.
 - En la posición de Sims.
 - En la posición de Fowler.
- 31. ¿Quién debe vigilar personalmente la limpieza de un centro sanitario?**
- El gobernante.
 - El celador.
 - El jefe del personal subalterno.
 - El servicio de medicina preventiva.
- 32. ¿Qué tipo de barrera contra la infección es el uso de batas, mascarillas y guantes?**
- Física.
 - Biológica.
 - Química.
 - Educativa.
- 33. De acuerdo con el artículo 65 de la Ley 14/1986, de 25 de abril, general de sanidad, cada área de salud estará vinculada o dispondrá, al menos, de...**
- ...dos hospitales generales, con los servicios que aconseje la población a asistir, la estructura de esta y los problemas de salud.
 - ...un hospital general, con los servicios que aconseje la población a asistir, la estructura de esta y los problemas de salud.
 - ...un hospital general y un hospital de referencia, con los servicios que aconseje la población a asistir, la estructura de esta y los problemas de salud.
 - ...un hospital general y un centro de salud, con los servicios que aconseje la población a asistir, la estructura de esta y los problemas de salud.
- 34. ¿Qué instrumentos deben usar los celadores en una autopsia?**
- Solamente los autorizados por el facultativo.
 - Solamente instrumentos no punzantes.
 - El celador no puede usar ningún instrumento.
 - El celador no está presente en las autopsias.
- 35. ¿En qué supuesto se pueden utilizar barras laterales y correas con un enfermo mental para mantener la seguridad física?**
- En todo caso de agitación grave.
 - Siempre que el paciente pueda lesionarse a sí mismo.
 - Siempre que el paciente pueda lesionar a terceras personas.
 - En caso de agitación grave, cuando sea prescrito por un facultativo.

- 22. Si se indica a un celador que coloque a un paciente en la posición de Morestin, ¿cómo debe colocarlo?**
- a) En decúbito supino con la cabeza a un nivel superior que los pies.
 - b) En decúbito lateral izquierdo.
 - c) En decúbito supino con la cabeza al mismo nivel que los pies.
 - d) En decúbito supino con la cabeza a un nivel inferior que los pies.
- 23. ¿Quién debe comprobar que los paquetes recibidos en el almacén del hospital son los que figuran en el albarán de entrega?**
- a) El director de gestión y servicios generales.
 - b) El jefe de almacén.
 - c) El celador.
 - d) El controlador de suministros.
- 24. La Ley 41/2002, de 14 de noviembre, básica reguladora de la autonomía del paciente y de derechos y obligaciones en materia de información y documentación, establece que el consentimiento informado puede ser revocado por el paciente...**
- a) ...con la autorización previa de la dirección médica del hospital.
 - b) ...cuando no haya riesgo para la salud del paciente.
 - c) ...libremente y por escrito, en cualquier momento.
 - d) ...verbalmente, después de que el médico conceda la autorización oportuna.
- 25. ¿Quién debe cumplimentar las órdenes de ingreso hospitalario?**
- a) El celador de turno de la unidad.
 - b) El médico responsable del paciente.
 - c) Exclusivamente el jefe del servicio responsable del paciente.
 - d) La unidad de admisión.
- 26. Según el artículo 24 de la Ley 5/2003, de 4 de abril, de salud de las Islas Baleares, es un deber de los usuarios del sistema sanitario público...**
- a) ...planificar la asistencia de los servicios sanitarios.
 - b) ...cooperar con la autoridad sanitaria en la prevención de las enfermedades.
 - c) ...colaborar en la prescripción sanitaria.
 - d) Todas las respuestas anteriores son correctas.
- 27. El celador de farmacia puede preparar...**
- a) ...unidosis.
 - b) ...medicamentos antidiabéticos.
 - c) ...medicamentos analgésicos.
 - d) ...alcohol.
- 28. Para movilizar y trasladar a un paciente encamado que, a causa de sus dolencias, requiera un trato especial para hacerle la cama, ¿a quién deben ayudar los celadores?**
- a) A las enfermeras.
 - b) A las auxiliares de enfermería.
 - c) A las enfermeras y a las auxiliares de enfermería.
 - d) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.

15. **¿Cuál de las respuestas siguientes no es un tipo de reducción del paciente psiquiátrico?**
- a) Reducción farmacológica.
 - b) Reducción verbal.
 - c) Reducción psicológica.
 - d) Reducción física.
16. **Ante el caso de un paciente agitado, las medidas generales de actuación de un celador incluyen...**
- a) ...llamar inmediatamente a la enfermera de la unidad.
 - b) ...cuidar que la habitación del paciente esté iluminada suavemente.
 - c) ...evitar en lo posible el exceso de voces y timbres.
 - d) Todas las respuestas anteriores son correctas.
17. **¿Qué establece el artículo 4.1 del Estatuto de autonomía de las Islas Baleares respecto a la lengua propia?**
- a) Todos tienen el derecho y el deber de conocerla y utilizarla, y nadie podrá ser discriminado por razón del idioma.
 - b) La lengua catalana, propia de las Islas Baleares, tendrá, junto con la castellana, el carácter de idioma oficial.
 - c) No tiene carácter de idioma oficial.
 - d) Las respuestas a y b son correctas.
18. **Dentro del área quirúrgica, el antequirófano es una zona...**
- a) ...sin limitaciones: se puede deambular en ropa de calle.
 - b) ...semilimitada: es obligatorio usar atuendo quirúrgico.
 - c) ...semilimitada: es obligatorio usar mascarilla.
 - d) ...limitada: es necesario usar mascarilla y atuendo quirúrgico.
19. **Con qué material, generalmente, debe un celador rellenar los huecos de un cadáver después de la autopsia?**
- a) Algodón.
 - b) Papel de celulosa.
 - c) Cartón blando.
 - d) Líquido embalsamador.
20. **En un supuesto en que los familiares de un paciente que acaba de ingresar en el servicio de urgencias piden a un celador que les informe sobre el estado del paciente, ¿cuál es la actuación correcta del celador?**
- a) Pedir la información al médico para proporcionársela a los familiares.
 - b) Remitir a los familiares al servicio de atención al paciente para que les den la información clínica.
 - c) Abstenerse de informarles sobre el diagnóstico, el tratamiento, las exploraciones y el pronóstico, y orientar siempre estas consultas al médico correspondiente.
 - d) Tratar de tranquilizar a los familiares restando importancia a la situación del paciente.
21. **Señale la respuesta correcta respecto a la Ley de ordenación de las profesiones sanitarias:**
- a) Según esta Ley, tienen carácter de profesión sanitaria la de protésico dental y la de higienista dental.
 - b) No tiene carácter de profesión sanitaria la de auxiliar administrativo de las instituciones sanitarias.
 - c) La Ley de ordenación de las profesiones sanitarias es la 44/2003, de 21 de noviembre.
 - d) Todas las respuestas anteriores son correctas.

8. **Una vez que un paciente ha fallecido en el hospital, ¿cuánto tiempo debe transcurrir como mínimo antes de introducirlo en la cámara frigorífica, si procede?**
- a) 24 horas.
 - b) 12 horas.
 - c) 4 horas.
 - d) 8 horas.
9. **En el supuesto en que un celador destinado en el almacén de farmacia sea requerido por un médico para que le suministre un analgésico, ¿cómo debe actuar?**
- a) Debe remitir la petición al farmacéutico responsable.
 - b) Tiene que suministrárselo y notificarlo posteriormente al farmacéutico responsable.
 - c) Debe negárselo y avisar al jefe del personal subalterno.
 - d) Tiene que suministrárselo, pero debe comunicárselo al supervisor de guardia.
10. **¿En qué artículo del Estatuto del personal no sanitario se detallan las funciones de los celadores?**
- a) En el artículo 12.
 - b) En el artículo 13.
 - c) En el artículo 14.1.
 - d) En el artículo 14.2.
11. **¿Cuál es la vía de acceso básica a los servicios sociosanitarios en el campo de la salud psiquiátrica?**
- a) El hospital de día psiquiátrico.
 - b) La unidad de hospitalización psiquiátrica.
 - c) Las unidades o los centros de salud mental de la atención primaria.
 - d) El servicio de urgencias psiquiátrico.
12. **Una vez superadas las posibilidades de diagnóstico y tratamiento de la atención primaria, los usuarios del Sistema Nacional de Salud tienen derecho...**
- a) ...a ser atendidos en los servicios sanitarios privados.
 - b) ...a un segundo diagnóstico o tratamiento.
 - c) ...a ser atendidos en los servicios especializados de referencia.
 - d) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.
13. **Estando en la unidad de vigilancia intensiva (UVI), ¿de quién puede recibir órdenes un celador?**
- a) De los médicos.
 - b) De los supervisores.
 - c) De los enfermeros.
 - d) Todas las respuestas anteriores son correctas.
14. **Durante el traslado de un paciente en ambulancia, el celador de ambulancia...**
- a) ...debe ir sentado en el asiento existente al efecto junto al paciente.
 - b) ...debe ir sentado junto al conductor y orientarle, si es necesario, en las maniobras de conducción.
 - c) ...puede conducir la ambulancia en caso de necesidad.
 - d) ...debe dispensar medicación al paciente en el caso de que se lo solicite el personal de enfermería.

1. **El artículo 43 de la Constitución española de 1978 establece que compete a los poderes públicos organizar y tutelar la salud pública a través...**
 - a) ...de organizaciones asistenciales. *de organizaciones asistenciales*
 - b) ...de fundaciones sanitarias públicas. *de fundaciones sanitarias públicas*
 - c) ...de hospitales públicos de referencia. *de hospitales públicos de referencia*
 - d) ...de medidas preventivas y de las prestaciones y servicios necesarios.

2. **¿De qué se encargan los celadores de un hospital destinados en las oficinas?**
 - a) Principalmente del traslado de documentos y de la correspondencia de unas unidades a otras, tareas que deben llevar a cabo con la mayor diligencia.
 - b) Del mantenimiento del mobiliario.
 - c) Del traslado de documentos y de la correspondencia que impliquen salidas al exterior del centro sanitario.
 - d) Las respuestas a y c son correctas.

3. **De acuerdo con el Estatuto del personal no sanitario, ¿a quién corresponde la vigilancia nocturna del exterior del edificio?**
 - a) Al jefe del personal subalterno.
 - b) Al vigilante de seguridad.
 - c) Al celador.
 - d) Todas las respuestas anteriores son correctas.

4. **En un supuesto en que un celador haya participado en la movilización de un paciente aislado y haya usado bata, mascarilla, guantes y peucos, ¿qué prenda debe quitarse en primer lugar?**
 - a) La mascarilla.
 - b) La bata.
 - c) Los guantes.
 - d) Los peucos.

5. **Según la Ley 41/2002, de 14 de noviembre, básica reguladora de la autonomía del paciente y de derechos y obligaciones en materia de información y documentación, ¿cuál es la definición exacta de "usuario"?:**
 - a) La persona que requiere asistencia sanitaria especializada.
 - b) La persona que utiliza los servicios sanitarios de educación y promoción de la salud, de prevención de enfermedades y de información sanitaria.
 - c) La persona que está sometida a los cuidados de los profesionales médicos para el mantenimiento o la recuperación de la salud.
 - d) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.

6. **¿Qué organismo emite la tarjeta sanitaria?**
 - a) Las administraciones sanitarias autonómicas.
 - b) El Instituto Nacional de Gestión Sanitaria.
 - c) El Ministerio de Sanidad y Consumo.
 - d) Las respuestas a y b son correctas.

7. **En el supuesto en que un celador esté trasladando a un paciente encamado y súbitamente este tenga problemas respiratorios, ¿en qué posición debe colocarlo el celador?**
 - a) Posición de Fowler.
 - b) Posición antishock.
 - c) Posición lateral de seguridad.
 - d) Posición de decúbito prono.

- 59. En un supuesto en que en la zona de primer nivel de atención a pacientes críticos de urgencias se vaya a aplicar el desfibrilador a un paciente con una parada cardiorrespiratoria, ¿cómo debe actuar en ese momento el celador?**
- a) Debe sujetar fuertemente el abdomen del paciente.
 - b) Debe sujetar fuertemente la cabeza del paciente.
 - c) Debe sujetar fuertemente el tórax del paciente.
 - d) No debe tocar al enfermo.
- 60. ¿Qué hay que hacer para inmovilizar en su cama a un paciente agitado?**
- a) Atarle los cuatro miembros entrecruzándolos sobre el pecho.
 - b) Atarle la mano y el pie de un mismo lado.
 - c) Atarle las dos manos juntas.
 - d) Atarle los cuatro miembros sin entrecruzarlos sobre el pecho.
- 61. Según el artículo 2.2 de la Ley 44/2003, de 21 de noviembre, de ordenación de las profesiones sanitarias, las profesiones sanitarias tituladas se estructuran en los grupos siguientes:**
- a) De nivel licenciado y diplomado.
 - b) De nivel licenciado, diplomado y técnico.
 - c) De nivel médico, de enfermería y técnico.
 - d) Todas las respuestas anteriores son correctas dependiendo de los estatutos de las distintas comunidades autónomas.
- 62. Para practicar en la UVI una intubación endotraqueal, ¿en qué posición debe estar el paciente?**
- a) En la posición de Sims.
 - b) En la posición de Trendelenburg.
 - c) En la posición de Roser.
 - d) En la posición de Fowler.
- 63. Según el artículo 4 de la Ley 41/2002, de 14 de noviembre, básica reguladora de la autonomía del paciente y de derechos y obligaciones en materia de información y documentación, ¿cómo debe darse la información clínica a los usuarios?**
- a) En términos comprensibles.
 - b) De manera escueta y resumida.
 - c) Siempre por escrito.
 - d) De manera clara y sin divagaciones, y solamente debe darla el personal de admisión.
- 64. ¿Con qué antelación mínima debe solicitar la persona interesada la renuncia a la condición de personal estatutario?**
- a) Cinco días antes de la fecha en que quiera que se haga efectiva.
 - b) Diez días antes de la fecha en que quiera que se haga efectiva.
 - c) Quince días antes de la fecha en que quiera que se haga efectiva.
 - d) Veinte días antes de la fecha en que quiera que se haga efectiva.
- 65. ¿Cuál es la postura más correcta para evitar el riesgo de sufrir lesiones en la zona lumbar al levantar una carga?**
- a) Con el tronco inclinado hacia delante.
 - b) Con el tronco inclinado hacia atrás.
 - c) Con la espalda recta y las rodillas flexionadas.
 - d) No tiene importancia la posición.