

Oefenvragen Inspanningsfysiologie 2016

1. Wat is de unieke eigenschap die een enzym bezit?
 - a. Ze kunnen zich wisselen met elkaar
 - b. Ze kunnen aan chemische reacties deelnemen zonder dat ze verbruikt of veranderd worden.
 - c. Ze kunnen 'leren' om een andere functie te vervullen
 - d. Ze kunnen waar nodig continu actief blijven

2. Wat is de laatste elektronen-ontvanger in transportketen?
 - a. Waterstof (hydrogen)
 - b. Zuurstof (oxygen)
 - c. Stikstof (nitrogen)
 - d. Koolstof (carbon)

3. Welk enzym bepaalt de maximale snelheid waarop de glycogenolyse plaats kan vinden?
 - a. Fosfofructokinase (PFK)
 - b. Adenylate kinase
 - c. Glycogeen fosforylase
 - d. Pyruvaat dehydrogenase

4. De douglas-bag methode is een voorbeeld van?
 - a. Directe calorimetrie
 - b. Gesloten-circuit spirometrie
 - c. Directe calorimetrie en open-circuit spirometrie
 - d. Geen van allen

5. Een inspanningstest wordt uitgevoerd met het apparaat afgebeeld op de foto. In welke standaard wordt de data uitgedrukt?
 - a. STPD
 - b. ATPS

6. Wat is een reële waarde voor de VO_{2max} van Robert Gesink?
 - a. 120 ml/kg/min
 - b. 5,4 L/min
 - c. 45 ml/kg/min
 - d. 8,1 L/min

7. Voor welke macronutriënt is de DIT het hoogst?
- Vetten
 - Koolhydraten
 - Vitamines
 - Eiwitten
8. Welke baseline wordt er afgetrokken bij de 'net efficiency'?
- PI in rust
 - PI van de vorige inspanningsstap
 - PI tijdens fietsen op 0 W
 - Geen
9. Er wordt geen afvlakking van de VO_2 -curve waargenomen tijdens een maximaaltest, wat is een secundair criterium voor het bepalen van de VO_{2max} ?
- $RER > 1,10$
 - Behalen van de geschatte HR_{max}
 - Niet meer volhouden van test door proefpersoon
 - Alle van de bovengenoemde criteria
10. De Siri vergelijking neemt aan dat de dichtheden van de 'lean tissue' componenten, bot en spier, hetzelfde zijn voor verschillende personen.
- Waar
 - Niet waar
11. Een vrouwelijke marathonloopster kampt al een tijdje met de symptomen van de 'female athlete triad'. De diëtist wil graag de toename in vetmassa en vetvrije massa van haar cliënt in de gaten houden. Het gebruik van de BOD POD resulteert waarschijnlijk in...
- Een juiste schatting van het vetpercentage
 - Een onderschatting van het vetpercentage
 - Een overschatting van het vetpercentage
12. Welk somatotype past het beste bij een roeier uit een lichte boot?
- 1-4-5
 - 5-4-1
 - 4-1-5