

Prefeitura Municipal de Fraiburgo

Editais nº 01/2010

<http://fraiburgo.fepese.org.br>

Caderno de Prova



12 de setembro



das 9 às 12 h



3 h*



40 questões

M1S20

Nutricionista



Confira o número que você obteve no ato da inscrição com o que está indicado no cartão-resposta.

* A duração da prova inclui o tempo para o preenchimento do cartão-resposta.

Instruções

Para fazer a prova você usará:

- este **caderno de prova**;
- um **cartão-resposta** que contém o seu nome, número de inscrição e espaço para assinatura.

Verifique, no caderno de prova, se:

- faltam folhas e a sequência de questões está correta.
- há imperfeições gráficas que possam causar dúvidas.

Comunique imediatamente ao fiscal qualquer irregularidade.

Atenção!

- Não é permitido qualquer tipo de consulta durante a realização da prova.
- Para cada questão são apresentadas 5 (cinco) alternativas diferentes de respostas (a, b, c, d, e). Apenas uma delas constitui a resposta correta em relação ao enunciado da questão.
- A interpretação das questões é parte integrante da prova, não sendo permitidas perguntas aos fiscais.
- Não destaque folhas da prova.

Ao terminar a prova, entregue ao fiscal o caderno de prova completo e o cartão-resposta devidamente preenchido e assinado.

Conhecimentos Gerais

(15 questões)

Português

5 questões

Texto

Antioxidantes, vitaminas, vinho... A lista de suplementos "milagrosos" é grande, mas a maioria não traz qualquer benefício à saúde. Alguns podem até prejudicá-la. Milhões de pessoas em todo o mundo cumprem um rigoroso ritual todos os dias: ingerem suas doses de vitaminas E, A (betacaroteno) e D, entre outras substâncias antioxidantes que, supostamente, irão protegê-las de um infarto ou derrame. Elas estão certas em se preocupar, mas estão erradas ao achar que os suplementos irão protegê-las.

Isso não acontece, como mostram estudos em todo o mundo. A mortalidade por doenças cardíacas é muito similar entre as pessoas que têm a suplementação de vitaminas e aquelas que não têm. E mais: embora o risco seja pequeno, a vitamina E pode reduzir o HDL, o "bom colesterol"; e o betacaroteno pode estar associado ao aparecimento de tumores.

E os famosos benefícios do vinho, particularmente o tinto? Aqui, além das evidências de que os polifenóis – substâncias presentes nas uvas – ajudam a aumentar o HDL, o que temos são estudos mostrando que a incidência de doenças cardíacas é menor em países onde o consumo da bebida é maior. São principalmente países do sul da Europa, onde, além do vinho, consome-se mais peixes, azeite de oliva, verduras e legumes – a saudável dieta mediterrânea.

O vinho e a suplementação de vitaminas e substâncias antioxidantes não fazem parte das recomendações das associações médicas para a prevenção de doenças cardíacas. O que elas indicam é: ter uma alimentação saudável, fazer exercícios físicos e de relaxamento regularmente, não fumar e visitar o médico periodicamente. São recomendações bem mais prosaicas que as poções mágicas dos suplementos. Mas de efeito comprovado.

PÁGINA EINSTEIN. Antioxidantes, vitaminas, vinho... O que ajuda a prevenir doenças cardíacas? *Veja*. São Paulo: Abril, p. 39, ed. 2149, n. 4, 27 jan. 2010.

1. Segundo referências feitas ao problema da ingestão de antioxidantes, vitaminas e vinho, no texto, relacione os parágrafos da coluna 1 com seus conteúdos, explicitados na coluna 2.

Coluna 1

1. Primeiro parágrafo
2. Segundo parágrafo
3. Terceiro parágrafo
4. Quarto parágrafo

Coluna 2

- () Constata resultados e propõe solução.
- () Aponta aspectos negativos e riscos.
- () Apresenta o problema.
- () Indica aspectos positivos e benefícios.

Assinale a alternativa que indica a sequência **correta**, de cima para baixo.

- a. () 2 – 1 – 3 – 4
- b. () 2 – 4 – 1 – 3
- c. () 3 – 2 – 4 – 1
- d. (X) 4 – 2 – 1 – 3
- e. () 4 – 3 – 2 – 1

2. Assinale a alternativa cuja definição da palavra (sublinhada no texto) corresponde ao seu significado no texto.

- a. () similar – simples
- b. (X) prosaicas – comuns
- c. () benefício – benemérito
- d. () saudável – robusta
- e. () rigoroso – sisudo

3. Relacione as expressões do parágrafo abaixo, presentes na Coluna 1, com a sua correta classificação sintática, na Coluna 2.

“Milhões de pessoas cumprem um rigoroso ritual todos os dias.”

Coluna 1

1. Milhões de pessoas
2. cumprem um rigoroso ritual todos os dias
3. todos os dias
4. um rigoroso ritual

Coluna 2

- () Predicado verbal
- () Objeto direto
- () Sujeito simples
- () Adjunto adverbial de tempo

Assinale a alternativa que indica a sequência **correta**, de cima para baixo.

- a. () 1 – 3 – 2 – 4
- b. () 1 – 4 – 3 – 2
- c. () 2 – 1 – 3 – 4
- d. (X) 2 – 4 – 1 – 3
- e. () 3 – 2 – 4 – 1

4. Analise o período abaixo.

“A lista de suplementos ‘milagrosos’ é grande, mas a maioria não traz qualquer benefício à saúde.”

Assinale a alternativa que classifica **corretamente** a oração sublinhada no período

- a. (X) Oração coordenada sindética adversativa.
- b. () Oração coordenada sindética explicativa.
- c. () Oração subordinada adjetiva explicativa.
- d. () Oração subordinada adverbial consecutiva.
- e. () Oração subordinada substantiva predicativa.

5. Assinale a alternativa na qual uma frase do texto, depois de reescrita (em itálico), permanece **correta**, de acordo com as normas gramaticais da Língua Portuguesa.

- a. () “[...] a maioria não traz qualquer benefício à saúde.” / [...] *a saúde, a maioria não traz qualquer benefício.*
- b. () “Milhões de pessoas em todo o mundo cumprem um rigoroso ritual todos os dias [...]” / *Milhões de pessoas todos os dias, em todo o mundo, cumpre um rigoroso ritual.*
- c. (X) “O vinho e a suplementação de vitaminas e substâncias antioxidantes não fazem parte das recomendações das associações médicas [...]” / *O vinho, assim como a suplementação de vitaminas e substâncias antioxidantes, não faz parte das recomendações das associações médicas [...]*
- d. () “[...] ingerem suas doses de vitaminas E, A (betacaroteno) e D, entre outras substâncias antioxidantes que, supostamente, irão protegê-las de um infarto ou derrame.” / [...] *ingerem suas doses de vitaminas E, A (betacaroteno) e D que, entre outras substâncias antioxidantes, supostamente, irão as proteger de um infarto ou derrame.*
- e. () “Isso não acontece, como mostram estudos em todo o mundo.” / *Estudos em todo o mundo mostra que isso não acontece.*

Temas Atuais

4 questões

6. Assinale a alternativa que indica a localização geográfica do município de Fraiburgo.

- a. () Vale do Itapocu.
- b. () Alto Vale do Itajaí.
- c. () Nordeste catarinense.
- d. () Norte de Santa Catarina.
- e. (X) Meio oeste de Santa Catarina.

7. A energia nuclear tem sido apontada como solução para a crise energética em muitos países. Muitas pessoas, no entanto, encontram uma grande desvantagem no seu emprego. Qual?

- a. () A dificuldade de operação das usinas nucleares que exigem tecnologia de que não dispomos, necessitando que a quase totalidade da mão-de-obra nelas empregada seja de estrangeiros.
- b. (X) O perigo da radioatividade. A possibilidade de acidentes como o de Chernobyl, na ex-União das Repúblicas Socialistas Soviéticas.
- c. () O lançamento na atmosfera, no processo de produção de energia, de gases poluentes, como o dióxido de carbono.
- d. () A inexistência de urânio no Brasil, levando-nos à dependência desse mineral, fundamental para a produção do combustível nuclear.
- e. () A dependência econômica e tecnológica uma vez que o Brasil, por não dominar qualquer tecnologia nuclear, não pode fabricar as pastilhas que alimentam os reatores.

8. Daqui há alguns meses teremos eleições no Brasil. Entre os eleitos estará o futuro Presidente.

Assinale a alternativa **correta** a respeito do governo do Brasil.

- a. () O Brasil é uma república unitarista constitucional presidencialista.
- b. () O Brasil é uma república unitária constitucional parlamentarista.
- c. (X) O Brasil é uma república federativa constitucional presidencialista.
- d. () O Brasil é uma república federalista constitucional parlamentarista.
- e. () O Brasil é uma monarquia parlamentarista e constitucional

9. Em junho passado ocorreram eleições na Colômbia para escolher o substituto do presidente Álvaro Uribe Vélez.

A Colômbia aparece no noticiário internacional, com manchetes frequentemente associadas:

- a. () Ao apoio governamental às Forças Armadas Revolucionárias da Colômbia (Farc), organização terrorista comumente associada à produção e ao comércio de cocaína naquele país.
- b. () À oposição ferrenha e radical que fazem os seus governantes à política de combate ao tráfico de cocaína do governo dos Estados Unidos da América.
- c. () À aliança estratégica entre o governo Colombiano e o da Venezuela de quem os colombianos têm recebido ajuda financeira e militar para combater as Forças Armadas Revolucionárias da Colômbia (Farc).
- d. () Ao apoio do governo colombiano aos movimentos revolucionários e de guerrilha internacionais, notadamente à FRELIMO, UNITA e ao HAMAS.
- e. (X) Ao combate às Forças Armadas Revolucionárias da Colômbia (Farc) que, segundo as autoridades colombianas, é uma organização terrorista ligada à produção e ao comércio de cocaína naquele país.

Legislação

3 questões

10. Considerando a Lei Complementar nº 109, de 3 de março de 2010, que dispõe sobre o regime jurídico dos servidores públicos do município de Fraiburgo, Estado de Santa Catarina, assinale a alternativa **incorreta**.

São também considerados como de efetivo exercício as licenças, os afastamentos e as concessões em virtude de:

- a. () férias.
- b. () júri e outros serviços obrigatórios por lei.
- c. () licença à gestante, à adotante e à paternidade.
- d. (X) licença para tratamento de saúde superior 30 (trinta) dias.
- e. () participação em programa de treinamento regularmente instituído.

11. Considerando a Lei Complementar nº 109, de 3 de março de 2010, que dispõe sobre o regime jurídico dos servidores públicos do município de Fraiburgo, Estado de Santa Catarina, assinale a alternativa **incorreta**.

O servidor poderá ausentar-se do serviço:

- a. () por 1 (um) dia, para se alistar como eleitor.
- b. (X) por 1 (um) dia, para doação de sangue, a cada período de 12 (doze) meses.
- c. () por 4 (quatro) dias consecutivos em razão de falecimento do cônjuge, companheiro(a), ascendentes, madrasta ou padrasto, descendentes até 2º grau, enteados, menor sob guarda ou tutela e irmãos.
- d. () por 5 (cinco) dias consecutivos em razão de casamento.
- e. () pelo tempo necessário para atender a convocações do Poder Judiciário.

12. Em relação à defesa do direito ou interesse legítimo do servidor, assinale a alternativa **incorreta** de acordo com a Lei Complementar nº 109, de 3 de março de 2010, que dispõe sobre o regime jurídico dos servidores públicos do município de Fraiburgo, Estado de Santa Catarina:

- a. (X) Não é assegurado ao servidor o direito de requerer aos Poderes Públicos, em defesa de direito ou interesse legítimo.
- b. () O requerimento será dirigido à autoridade competente através do Protocolo Geral.
- c. () O prazo de resposta do requerimento é de 15 (quinze) dias, da data da Protocolização.
- d. () Da resposta cabe pedido de reconsideração, no prazo de 05 (cinco) dias, não podendo ser renovado.
- e. () Caberá recurso do indeferimento do pedido de reconsideração dirigido ao Prefeito Municipal, no prazo de 10 (dez) dias, contados da publicação ou da notificação válida.

Noções de Informática

3 questões

13. Assinale a alternativa **correta** a respeito da formatação de textos no Microsoft Word 2007.

- a. () A caixa de diálogo *Fonte* permite que sejam aplicados diversos tipos de efeito no texto, como sobrescrito, subscrito, contorno e sombra; no entanto, não é possível aplicar mais de um efeito no mesmo texto.
- b. () A caixa de diálogo *Parágrafo* pode ser usada para definir o tamanho das margens laterais da página.
- c. (X) O texto selecionado pode ser sublinhado por meio da caixa de diálogo *Fonte*, na qual é possível definir o estilo e a cor do sublinhado.
- d. () O estilo de um parágrafo pode ser definido por meio da caixa de diálogo *Parágrafo*.
- e. () A formatação do texto selecionado pode ser copiada pressionando as teclas **Ctrl** + **Alt** + **C**, e aplicada a outro texto, selecionando-o e pressionando as teclas **Ctrl** + **Alt** + **V**.

14. Assinale a alternativa **correta** a respeito das opções da caixa de diálogo Formatar Células do Microsoft Excel 2007.

- a. () Na guia *Fonte* é possível aumentar ou diminuir o espaçamento entre caracteres.
- b. () Na guia *Borda* é possível definir o recuo entre as bordas da célula e o seu conteúdo.
- c. () Ao aplicar o formato de número *Porcentagem* a uma célula com um valor numérico, será adicionado o símbolo % após o número contido na célula. O valor 15,5, por exemplo, passará a ser exibido como 15,5%.
- d. () Ao aplicar o formato de número *Científico* a uma célula com um valor numérico, este será representado usando notação exponencial. O número 1000, por exemplo, passará a ser representado como 10³.
- e. (X) Ao aplicar o formato de número *Fração* em uma célula com um número racional, este será exibido em formato fracionário. O valor 0,2, por exemplo, passará a ser exibido como 1/5.

- 15.** Assinale a alternativa **correta** a respeito da navegação na *World Wide Web*.
- a. (X) Uma página acessada usando um protocolo seguro pode conter um *link* que, ao ser clicado, acessará outra página usando um protocolo inseguro.
 - b. () Para acessar um site de maneira segura, deve-se utilizar o prefixo *https://* à frente do endereço do site, para que todos os dados enviados ao site sejam criptografados.
 - c. () Ao entrar com o endereço de um site no navegador, o prefixo que indica o protocolo utilizado para acessar o site pode ser omitido. Nesse caso, o protocolo HTML é utilizado para acessar o site.
 - d. () As páginas de um site podem ser baixadas para o computador do usuário usando o protocolo FTP (*File Transfer Protocol*). Para isso, o usuário deve colocar o prefixo *ftp://* à frente do endereço do site.
 - e. () Os endereços de sites podem conter somente letras não-acentuadas e o caractere “ (ponto).

Conhecimentos Específicos

(25 questões)

16. Assinale a alternativa **correta** sobre a obesidade.

- a. (X) A obesidade pode ser definida como o grau de armazenamento de gordura no organismo associado a riscos para a saúde, devido a sua relação com várias complicações metabólicas.
- b. () O índice de massa corporal (IMC) é o índice recomendado para a medida da obesidade na prática clínica, porém, não em nível populacional.
- c. () A distribuição regional de gordura no corpo interfere nos riscos associados ao excesso de peso. O excesso de gordura abdominal representa menor risco do que o excesso de gordura corporal por si só.
- d. () A obesidade ginecoide é definida como excesso de gordura abdominal, ao passo que a distribuição mais igual e periférica é definida como distribuição androide.
- e. () Indivíduos com circunferência abdominal aumentada apresentam aumento de tecido adiposo visceral, que confere risco para distúrbios metabólicos, em especial a hipertensão arterial; porém, são consequências dependentes do IMC.

17. Assinale a alternativa **correta** em relação ao tratamento da obesidade.

- a. () Dietas desbalanceadas nutricionalmente, na maioria dos casos, promovem a perda de massa gorda, água, eletrólitos, minerais e de pouca massa muscular.
- b. () Dietas de muito baixo valor calórico (com menos de 500 calorias) são recomendadas para uma rápida perda de peso, apesar de apresentarem riscos metabólicos graves, como alterações metabólicas, acidose e arritmias cardíacas.
- c. () A gastroplastia é um procedimento indicado para os sujeitos com obesidade severa (IMC acima de 35), independente da presença de co-morbidades como hipertensão, diabetes, dislipidemias, e que, além disso, tenham passado por tratamento dietoterápico e medicamentoso sem sucesso.
- d. () O uso de medicamentos para emagrecer, tais como moderadores de apetite, laxantes, diuréticos, hormônios e produtos manipulados, promove a perda de peso rapidamente, não levando a outros efeitos prejudiciais à saúde.
- e. (X) A terapia medicamentosa deve ser utilizada somente em "pacientes obesos de alto risco" sob supervisão médica e de acordo com avaliação permanente dos efeitos obtidos, nos usuários em quem as mudanças na dieta e o incremento na atividade física não foram capazes de surtir efeito de redução da massa corporal.

18. Em relação à hipertensão, assinale a alternativa **correta**.

- a. () A hipertensão essencial (primária) aparece com frequência antes dos 20 anos e é incomum entre os 25 e 55 anos de idade, faixa etária que também está relacionada à frequência da obesidade.
- b. (X) Para diagnosticar a hipertensão arterial sistêmica não se deve apenas valorizar os níveis de pressão arterial, fazendo-se também necessária uma avaliação do risco cardiovascular global.
- c. () O aumento da massa corporal está associado à pressão arterial elevada; entretanto, a perda de peso em indivíduos hipertensos não é geralmente acompanhada por uma redução na pressão arterial.
- d. () Para contribuir no controle da pressão arterial e reduzir o risco de doenças coronarianas, o consumo de sódio deve ser limitado. Isto é possível de ser conseguido, evitando-se o consumo de alimentos com elevado teor de sódio, como os industrializados, não sendo necessário alterar a adição de sal durante o preparo dos alimentos.
- e. () A hipertensão arterial é definida como uma pressão arterial diastólica maior ou igual a 140 mmHg e uma pressão arterial sistólica maior ou igual a 90 mmHg, em indivíduos que não estão fazendo uso de medicação anti-hipertensiva.

19. Assinale a alternativa **correta** sobre o uso da contagem dos carboidratos no tratamento do diabetes *mellitus*.

- a. () Nesta metodologia é contabilizada a quantidade somente de sacarose consumida nas refeições, proporcionando maior flexibilidade do plano alimentar prescrito, bem como maior estabilidade da glicemia.
- b. () O uso da contagem de carboidrato no tratamento do diabético surgiu de evidências de que mais do que a quantidade de carboidrato a ser ingerido em cada refeição, o tipo de carboidrato seria mais importante para o controle glicêmico.
- c. () Independente da fonte alimentar, o carboidrato consumido irá afetar da mesma forma a glicemia, se for ingerido em quantidades diferentes.
- d. (X) A contagem de carboidrato é um plano alimentar para diabéticos baseado na quantidade de carboidratos de uma refeição, cujo princípio baseia-se no fato de que o carboidrato é o nutriente que tem maior impacto na glicemia.
- e. () O uso da contagem dos carboidratos não enfatiza a relação entre alimento, atividade física, glicemia e medicação.

20. Assinale a alternativa **correta** sobre inquérito nutricional.

- a. () A anamnese alimentar realizada de forma clara possibilita um planejamento nutricional mais adequado, flexível, que atenda aos hábitos, à necessidade e não deve se adequar às possibilidades financeiras do usuário.
- b. () Não pode ser utilizada a conjugação de dois ou mais métodos de inquérito nutricional para o diagnóstico da situação alimentar.
- c. (X) Na prática clínica, recomenda-se a solicitação de registro alimentar de pelo menos três dias, sendo dois dias habituais e pelo menos um dia de final de semana. Entretanto, o recordatório de 24 horas tem sido o método mais utilizado, pois possibilita uma identificação pontual da alimentação cotidiana do usuário.
- d. () O questionário de frequência de alimentação pode ser qualitativo ou quantitativo, oferecendo informações a respeito dos padrões dietéticos e é mais preciso quando comparado ao recordatório alimentar.
- e. () Existem diferentes métodos para obtenção das informações dietéticas, como frequência alimentar, o registro alimentar de 1, 3, 7 ou 10 dias, recordatório alimentar de 24 horas, ou observação direta da ingestão alimentar. A escolha do método a ser empregado deve ser de acordo com a experiência do profissional.

21. Assinale a alternativa **correta**.

- a. () A Resolução-RDC número 24, de 15 de junho de 2010, da ANVISA, determina que: alimento com quantidade elevada de gordura trans é aquele que possui em sua composição uma quantidade igual ou superior a 5 g; alimento com quantidade elevada de gordura saturada é aquele que possui em sua composição uma quantidade igual ou superior a 0,6 g para 100 g de gordura saturada por 100 g.
- b. (X) O óleo de oliva (azeite) é rico em gorduras monoinsaturadas que contribuem para a diminuição do colesterol fração (LDL) e manutenção dos níveis do colesterol fração (HDL), ajudando assim a manter um equilíbrio entre estas duas frações.
- c. () Uma alimentação saudável deve ter no máximo 10% das calorias totais de gordura poli-insaturada, devendo ter de 6 a 10% das calorias totais de saturada, 1-2% das calorias totais de ômega-3 e 5-8% das calorias totais de ômega-6.
- d. () Menos de 10% das calorias totais de gordura devem ser de origem trans, e a recomendação de ingestão de colesterol é de menos de 300 mg colesterol por dia.
- e. () Os óleos em geral, como óleo de oliva, soja, canola, girassol, algodão, milho e outros como óleos de coco e de palma são fonte de gordura insaturada e, como qualquer alimento de origem vegetal, não contêm colesterol.

22. Na gestação, é **correto** afirmar:

- a. () A obesidade na gestação está cada vez mais colocada como um problema de saúde pública, contribuindo para a morbimortalidade gestacional, porém não fetal.
- b. () O excesso de peso materno é fator de risco para diabetes gestacional, síndrome hipertensiva arterial, tromboembolia, microssomia fetal, prematuridade e defeitos do tubo neural.
- c. () Gestantes com diagnóstico nutricional de obesidade devem apresentar mesmo ganho de peso do que gestantes normais para o peso.
- d. (X) A paridade tem sido associada ao ganho de peso, que varia segundo o número de gestações e o intervalo entre elas, número de filhos nascidos vivos, peso pré-gestacional, período de amamentação e dieta.
- e. () As necessidades calóricas da gestante variam de acordo com o peso pré-gestacional, estágio da gravidez, nível de atividade física e aumento de seu metabolismo basal. De um modo geral, recomenda-se que haja um aumento na ingestão calórica de 300 kcal a partir do primeiro trimestre.

23. Assinale a alternativa **correta**.

- a. () A biodisponibilidade de um nutriente reflete o conteúdo do nutriente presente no alimento.
- b. () Os alimentos de origem vegetal apresentam uma melhor biodisponibilidade de ferro (até 22% de absorção) do que os de origem animal (1 a 6%).
- c. () A quantidade e o tipo de fibra presente no alimento ou em uma refeição não influencia a absorção da pró-vitamina A.
- d. () Um alto consumo de vitamina A, farelo de trigo e pectina tem mostrado aumentar a biodisponibilidade da vitamina E.
- e. (X) A biodisponibilidade de um determinado nutriente é calculada como sendo a razão entre a concentração do nutriente disponível endogenamente, determinada por ensaios biológicos, sobre a concentração total do nutriente no alimento.

24. Assinale a alternativa **correta** quanto às atribuições do nutricionista na Equipe Multiprofissional de Terapia Nutricional (EMTN).

- a. (X) O nutricionista deve realizar a avaliação do estado nutricional do paciente, utilizando indicadores nutricionais subjetivos e objetivos, com base em protocolo pré-estabelecido, de forma a identificar o risco ou a deficiência nutricional.
- b. () A prescrição dietética é atribuição do nutricionista e deve contemplar o tipo e a quantidade dos nutrientes requeridos pelo paciente, considerando seu estado nutricional e suas necessidades nutricionais, independente das condições do trato digestivo.
- c. () O nutricionista deve formular a Nutrição Enteral, estabelecendo a sua composição qualitativa e quantitativa. O fracionamento da fórmula é o enfermeiro que estabelece de acordo com a rotina do serviço.
- d. () O nutricionista é responsável pela manutenção da qualidade da Nutrição Enteral e pela administração da mesma. Deve também orientar e treinar os funcionários que realizam o seu transporte.
- e. () O nutricionista deve acompanhar a evolução nutricional do paciente em Terapia Nutricional Enteral, independente da via de administração, até garantir a boa aceitação da fórmula pelo paciente.

25. Assinale a alternativa **correta** quanto às áreas e instalações destinadas à preparação de Nutrição Enteral (NE).

- a. () As áreas devem possuir superfícies internas (paredes e teto) de cor clara, lisas e sem rachaduras, não desprenderem partículas e serem facilmente laváveis. Os pisos devem ser rugosos, impermeáveis e resistentes.
- b. () Os ralos devem ser sifonados e de tamanho compatível com a necessidade. É obrigatório existir ralo no piso da sala de manipulação de NE para facilitar a limpeza.
- c. (X) As áreas e instalações devem ter dimensões suficientes ao desenvolvimento das operações, dispondo de todos os equipamentos e materiais de forma organizada e racional, objetivando evitar os riscos de contaminação, as misturas de componentes e garantindo a sequência das operações.
- d. () Os vestiários, lavatórios e sanitários devem ser de fácil acesso e suficientes para o número de funcionários. Os sanitários devem ter comunicação direta com a sala de manipulação e armazenamento, para facilitar o funcionamento do serviço.
- e. () A área de manipulação de Nutrição Enteral deve ser limpa e sanitizada, não precisando ser específica para a manipulação de nutrição enteral; porém, deve atender às exigências das Boas Práticas de Preparação de Nutrição Enteral (BPPNE).

26. Assinale a alternativa **correta**.

- a. () As gorduras saturadas são muito mais propensas à oxidação do que as insaturadas.
- b. (X) A maior parte dos produtos de oxidação lipídica, como o malonaldeído e óxidos de colesterol, tem chamado a atenção da comunidade científica devido à sua provável relação com a formação de câncer.
- c. () Os lipídios ligados às membranas são constituídos, na maioria das vezes, de colesterol, que são especialmente susceptíveis à oxidação lipídica. Aquecer, moer ou emulsificar expõe esses colesteróis lábeis não apenas ao oxigênio, mas também a outros componentes catalíticos como enzimas, pigmentos heme e íons metálicos.
- d. () No processo de fritura, torna-se necessário utilizar óleos e gorduras mais estáveis, entre os quais se destacam o óleo de palma e os óleos vegetais hidrogenados com baixos teores de ácidos graxos saturados.
- e. () Os lipídios insaturados, em consequência da oxidação, tornam-se rançosos. Essa alteração não provoca a deterioração de carnes.

27. Assinale a alternativa **correta** quanto aos métodos empregados para a conservação dos alimentos.

- a. () Pasteurização: aquecimento mais forte e mais prolongado, para eliminar todos os microrganismos do alimento, como na fabricação de comida enlatada.
- b. () Esterilização: o alimento é aquecido por um tempo relativamente curto, sem alterar as suas propriedades.
- c. () Branqueamento: é um tratamento térmico em que procura-se remover ou diminuir a quantidade de água no alimento.
- d. (X) Irradiação: os alimentos são expostos a uma dose controlada de uma radiação ionizante, tal como partículas alfa, beta ou neutrões, ou ainda a uma radiação eletromagnética, como raios gama ou raios X.
- e. () Desidratação: é destinado principalmente a inativar as enzimas e é usado antes de outro processo de conservação ou armazenamento, como a congelação.

28. Assinale a alternativa **correta.**

- a. () Na conservação dos alimentos deve-se considerar as características químicas e biológicas, não sendo importantes as características físicas.
- b. () As alterações físicas nos alimentos são geralmente causadas pela presença de micro-organismos deterioradores.
- c. () Considera-se como alterações químicas nos alimentos: as proteínas são hidrolisadas a aminoácidos e peptídeos e a degradação de aminoácidos resulta na formação de compostos como aminas biogênicas que causam odor agradável aos alimentos.
- d. () Nas toxinfecções alimentares o problema está na presença dos micro-organismos no alimento, mas não de toxinas produzidas por eles, uma vez que só os micro-organismos irão causar doenças de ordem alimentar nos consumidores.
- e. (X) A quebra, as rachaduras e as fissuras possibilitam contaminações dos alimentos. A partir daí, a conservação só pode agir na parte microbiológica, retardando o processo de proliferação dos micro-organismos com o controle de variáveis como a temperatura, o pH e a umidade.

29. Assinale a alternativa **correta em relação à Análise de Perigos e Pontos Críticos de Controle (APPCC).**

- a. (X) O sistema APPCC representa uma importante ferramenta no controle da qualidade higiênico-sanitária das refeições.
- b. () O sistema APPCC é formado por várias etapas inter-relacionadas só na produção do alimento, que devem ser seguidas sistematicamente em qualquer estabelecimento.
- c. () O sistema APPCC tem o objetivo de identificar e prevenir situações, onde estejam presentes perigos de veiculação de doenças através de vírus.
- d. () A análise de perigos constitui o primeiro passo do sistema APPCC. Seu propósito é identificar perigos reais e potenciais associados ao pré-preparo dos alimentos.
- e. () Perigo é uma contaminação inaceitável de natureza exclusivamente biológica, e/ou a sobrevivência ou multiplicação de microrganismos que comprometam a segurança do alimento, e/ou a produção ou persistência inaceitável de toxinas ou outros produtos indesejáveis do metabolismo microbiano em alimentos.

30. Sobre o Índice Glicêmico (IG), assinale a alternativa **correta.**

- a. () O índice glicêmico (IG) dos alimentos pode ser definido: $IG = \frac{\text{Área glicêmica do alimento}}{\text{Área glicêmica do alimento referência (pão)}} \times 100$.
- b. () Os fitatos, lecitina e amilase são importantes substâncias por não interferirem na digestão dos carboidratos, nem na resposta glicêmica dos mesmos.
- c. (X) A variabilidade das respostas glicêmicas e/ ou insulínicas no organismo, devido à dieta, pode afetar significativamente a utilidade clínica do índice glicêmico.
- d. () A dieta rica em fibras solúveis, encontrada em leguminosas, vegetais e frutas, tem alto (baixo) índice glicêmico.
- e. () O processamento térmico dos alimentos não influencia na resposta glicêmica e insulínica pós- prandial.

31. Assinale a alternativa correta.

- a. () Os ácidos graxos poliinsaturados linoléico (18:2 ômega-6) e alfa-linolênico (18:3 ômega-3) são semi essenciais.
- b. () Quanto ao tamanho da cadeia, os ácidos graxos (AG) são classificados em cadeia curta (AGCC), com até 4 carbonos em sua estrutura; cadeia média (AGCM) entre 6 a 8 carbonos e cadeia longa (AGCL) com 14 carbonos ou mais. Hoje, fala-se também em ácidos graxos de cadeia muito longa, com mais de 24 carbonos.
- c. () A classificação de ácidos graxos pode ser feita pelo grau de insaturação e pelo tamanho da cadeia. Quanto à insaturação, são divididos em saturados, com duplas ligações, monoinsaturados (com uma) ou poli-insaturados (mais de uma insaturação).
- d. () Os ácidos graxos das séries ômega-3 e ômega-6 como ácido araquidônico (AA, 20:4 ômega-6) e os ácidos graxos eicosapentaenoico (EPA, 20:5 ômega-3) e docosahexaenoico (DHA, 22:6 ômega-3) são essenciais.
- e. (X) Os lipídeos servem como importantes componentes estruturais de todas as membranas biológicas e funcionam como depósitos intracelulares de energia, além de regularem várias atividades metabólicas, através dos hormônios esteroides e eicosanoides.

32. Assinale a alternativa correta.

- a. () Os antioxidantes endógenos protegem contra a produção exacerbada de espécies reativas de oxigênio somente em indivíduos doentes.
- b. (X) A oxidação de lipídios, ácidos nucleicos ou proteínas está envolvida na etiologia de várias doenças crônicas, incluindo a doença cardiovascular, câncer e catarata.
- c. () Os antioxidantes agem por meio de diferentes mecanismos e em compartimentos distintos, mas são principalmente ativadores de radicais livres.
- d. () A vitamina E é o menor antioxidante lipossolúvel e mostra maior atuação na proteção de membranas lipídicas, prevenindo a formação de hidroperóxidos provenientes de ácidos graxos poli-insaturados, além da prevenção da oxidação de lipoproteína de baixa densidade (LDL).
- e. () A vitamina C é o maior antioxidante hidrossolúvel, neutralizando espécies reativas no núcleo e participando na preservação de outras vitaminas, como a vitamina E e o b-caroteno durante situações de estresse oxidativo.

33. Assinale a alternativa correta.

- a. () O cobre, constituinte da enzima ceruloplasmina, que catalisa a oxidação de Fe^{+2} para Fe^{+3} , é essencial para o transporte do ferro e sua deficiência causa anemia microcítica hipocrômica, que responde à terapia com ferro.
- b. () O zinco pode bloquear a absorção do cobre de origem dietética, mas não da secreção endógena.
- c. (X) A fortificação de alimentos com ferro parece não provocar efeito negativo na absorção de zinco, mas a suplementação de um destes nutrientes aumenta o risco de aparecimento dos efeitos negativos da interação.
- d. () O estado de ferro no organismo não afeta o metabolismo da tireoide, nem agrava as doenças causadas pela deficiência de iodo (bócio, hipotireoidismo e cretinismo).
- e. () A vitamina C é, notadamente, um forte promotor da absorção de ferro, mas não pode minimizar os efeitos inibitórios de fitatos e taninos.

34. Assinale a alternativa **correta** sobre o conjunto das DRIs (*Dietary Reference Intakes/Ingestão Dietética de Referências*).

- a. (X) As DRIs propõem fórmulas para cálculo das necessidades energéticas para indivíduos saudáveis ou não.
- b. () As DRIs são indicadas para o planejamento, mas não na avaliação da dieta individual e são estabelecidas para servir de meta de ingestão diária do nutriente para indivíduos.
- c. () Utiliza-se como meta de ingestão diária do nutriente para o indivíduo quando não se quer estabelecer o RDA (*Recommended Dietary Allowance/RDA - Ingestão dietética recomendada*) para o nutriente.
- d. () No passado, valores médios de consumo de grupos de indivíduos iguais ou que ultrapassavam os valores da RDA eram considerados inadequados.
- e. () No caso de grupos de indivíduos, o planejamento deve ser feito através da utilização da RDA juntamente com o coeficiente de variação da ingestão da população alvo.

35. Sobre a EAR (*Estimated Average Intake/ Necessidade média estimada*) assinale a alternativa **correta**.

- a. () Refere-se ao valor médio de ingestão diária estimado que atende às necessidades nutricionais de 50% de indivíduos saudáveis de um grupo de diferentes sexo e estágio de vida.
- b. () É aconselhada para a avaliação de adequação de ingestão somente de indivíduos.
- c. () Se a média de ingestão do grupo for igual aos valores de EAR, existe alta probabilidade de o consumo usual deste grupo ser suficiente.
- d. (X) É a melhor ferramenta para avaliar e planejar as necessidades nutricionais individuais.
- e. () A EAR não é utilizada na composição da RDA (*Recommended Dietary Allowance/Ingestão dietética recomendada*).

36. Assinale a alternativa **correta**.

- a. () A lipoproteína de muito baixa densidade (VLDL) tem metabolismo semelhante aos quilomícrons, não sofrendo a ação da lipase lipoproteica e, após, transformando-se nos remanescentes, também chamados de lipoproteína de densidade intermediária (IDL).
- b. () O fígado exporta a lipoproteína de muito baixa densidade (VLDL), rica em colesterol.
- c. () A lipoproteína de baixa densidade (LDL) esterifica o colesterol retirado de tecidos periféricos e o redistribui, sendo responsável pelo transporte reverso de colesterol.
- d. () Após a ação da enzima lipase lipoproteica, que retira os ácidos graxos (AG) para captação nos tecidos periféricos, os remanescentes de quilomícron são liberados para a circulação.
- e. (X) Triacilglicerol (TG), colesterol e demais lipídios absorvidos são transportados na circulação na forma de Quilomícron (Qm).

37. Assinale a alternativa **correta**.

- a. () A biodisponibilidade de um mineral depende da sua quantidade na dieta, da sua forma química, da presença de todos os nutrientes. Entretanto, os fatores favorecedores ou inibidores da absorção do mineral não influencia na sua biodisponibilidade.
- b. (X) O estudo da biodisponibilidade de nutrientes nos permite entender como estes se comportam em processos que ocorrem desde a liberação da matriz do alimento até sua utilização pelo organismo.
- c. () O fitato é um dos principais fatores que contribuem para a absorção de zinco e ferro; o efeito é potencializado pelo cálcio, pela formação de complexos insolúveis de fitato-cálcio-zinco no trato gastrointestinal superior.
- d. () O ácido oxálico, que é encontrado no espinafre, tomate e morango, é citado na literatura como interferente na biodisponibilidade de vários minerais. Inibe a absorção de zinco e ferro, mas não interfere no cálcio.
- e. () As interações que interferem na biodisponibilidade podem ocorrer somente entre minerais e entre minerais e vitaminas.

38. Assinale a alternativa **correta** sobre o aleitamento materno.

- a. () Aleitamento materno exclusivo: quando a criança recebe leite materno (direto da mama ou ordenhado), independentemente de receber ou não outros alimentos.
- b. () Aleitamento materno: quando criança recebe somente leite materno, direto da mama ou ordenhado, ou leite humano de outra fonte, sem outros líquidos ou sólidos, com exceção de gotas ou xaropes contendo vitaminas, sais de reidratação oral, suplementos minerais ou medicamentos.
- c. (X) Aleitamento materno complementado: quando a criança recebe, além do leite materno, qualquer alimento sólido ou semissólido com a finalidade de complementá-lo, e não de substituí-lo. Nessa categoria a criança pode receber, além do leite materno, outro tipo de leite, mas este não é considerado alimento complementar.
- d. () Aleitamento materno misto ou parcial: quando a criança recebe, além do leite materno, água ou bebidas à base de água (água adoçada, chás, infusões) e sucos de frutas.
- e. () Aleitamento materno predominante: quando a criança recebe leite materno e outros tipos de leite.

39. Assinale a alternativa **correta**.

- a. (X) As medidas corporais mais usadas no diagnóstico nutricional são: o peso (ou massa corporal); a estatura; as circunferências (cefálica, torácica, braquial, abdominal, da cintura, do quadril) e as dobras cutâneas (tricipital, bicipital, subescapular, suprailíaca).
- b. () A antropometria nutricional é um método de diagnóstico que se fundamenta na investigação das variações nas dimensões físicas e na composição do corpo humano, usada em diversas faixas etárias dos distintos ciclos de vida, exceto na infância.
- c. () Os índices antropométricos: Peso ao Nascer (PN), Peso/Idade (P/I), Peso/Estatura (P/E), Estatura/Idade (E/I) quando utilizados isoladamente apresentam maior especificidade para fins de diagnóstico nutricional.
- d. () Índice de Massa Corporal (IMC), Relação Cintura Quadril (RCQ), Circunferência da Cintura (CC) são indicadores nutricionais utilizados somente para os adultos e idosos.
- e. () Os indicadores do estado nutricional possibilitam a identificação e a quantificação da natureza, mas não a gravidade das doenças nutricionais.

40. Sobre o diabetes *mellitus*, assinale a alternativa correta.

- a. () Diabéticos Tipo 2 têm menor resistência periférica à ação da insulina. Quanto maior for o volume do adipócito, menos sensível é para a ação da insulina, pois ocorre diminuição do número de receptores na membrana das células adiposas.
- b. () Com a diminuição do peso corporal ocorre: diminuição do volume do adipócito; normalização da sensibilidade da célula à insulina; aumento da concentração da glicose no sangue.
- c. () A redução na ingestão energética pode ser muito mais efetiva no controle do diabetes do que simplesmente aumentar a proporção de carboidratos na dieta do diabético.
- d. (X) A necessidade energética do diabético adulto varia principalmente de acordo com o seu peso. O diabético com peso desejado deve ter sua necessidade energética adequada à sua manutenção. Já o diabético obeso deve diminuir a ingestão calórica até que atinja o peso desejado.
- e. () A sacarose tem sido tradicionalmente restrita na dieta do diabético por ser mais hiperglicêmica do que carboidratos complexos isocalóricos.

**Página
em Branco.
(rascunho)**



**FEPESE • Fundação de Estudos e
Pesquisas Sócio-Econômicos**
Campus Universitário • UFSC
88040-900 • Florianópolis • SC
Fone/Fax: (48) 3953-1000
<http://www.fepese.org.br>