

NUTRICIONISTA

LEIA AS INSTRUÇÕES:

- 1) Você deve receber do fiscal, além deste caderno contendo 40 (quarenta) questões objetivas, um cartão-resposta destinado às respostas objetivas da prova;
- 2) Verifique se este material está completo e se seus dados pessoais conferem com aqueles constantes do cartão-resposta. Caso contrário, informe ao fiscal de sala.
- 3) O tempo de duração da prova é de 04 (quatro) horas ininterruptas. Só será permitido ao candidato entregar sua prova após 01 (uma) hora do início da mesma, **sob pena de ser eliminado do certame**.
- 4) Ao término da prova, o candidato deverá assinar a lista de presença e o cartão-resposta e entregar ao Fiscal junto com o seu caderno de questões. Só será permitida a saída do candidato com o caderno de questões nos 30 minutos anteriores ao horário determinado para o término da prova.
- 5) Será excluído do certame o candidato que não assinar o cartão resposta ou o fizer fora do local indicado, bem como aquele que assinar em desconformidade com a assinatura constante no documento oficial de identificação.
- 6) Tenha cuidado com o seu cartão-resposta, pois este é personalizado e não será substituído em hipótese alguma.
- 7) No cartão-resposta, a marcação das letras correspondentes às respostas de sua opção, deve ser feita com o preenchimento de todo o espaço do campo reservado para tal fim, conforme modelo ex:
- 8) Para cada uma das questões são apresentadas cinco alternativas e somente uma responde adequadamente ao quesito proposto. A marcação em mais de uma alternativa ou marcações rasuradas anulam a questão.
- 9) As Provas Objetivas e os gabaritos serão divulgados no primeiro dia útil após a realização das mesmas, no endereço eletrônico www.institutoludus.com.br a partir das 18:00h;
- 10) Por motivo de segurança não será permitido ao candidato fazer uso de qualquer tipo de anotações que não seja o rascunho integrante desta Prova que será destacado na hora da entrega pelo fiscal. Caso o candidato seja surpreendido com qualquer outro tipo de anotações em documentos que não seja o previsto acima, **será eliminado do certame**.

FOLHA DE ANOTAÇÃO DO GABARITO: ATENÇÃO: Esta parte somente deverá ser destacada pelo fiscal da sala, após o término da prova.

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40

EM BRANCO

INSCRIÇÃO:

--	--	--	--	--	--

ASSINATURA: _____

Leia o seguinte poema de Alberto de Oliveira para responder às questões 01 e 02.

Enfim!

Enfim... Nas verdes pêndulas ramadas
Cantai, pássaros! vinde ouvi-lo! rosas,
Abri-vos! lírios, recendei! medrosas
Miosótis e acácias perfumadas,

Prestai-me ouvido! Saibam-no as cheirosas
Balças e as leiras úmidas plantadas,
Aves e flores, flores e alvoradas,
Alvoradas e estrelas luminosas

Saibam-no, saiba o céu com a esfera toda
Que, enfim, sua mão, enfim, sua mão de leve...
Borboletas, que pressa! andais-me em roda!

Auras, silêncio! Enfim, sua mãozinha,
Sua mão de jaspe, sua mão de neve,
Sua alva mão pude apertar na minha!

(OLIVEIRA, Alberto de. Enfim!. In:

AZEVEDO, Sânzio de (Org.). *Parnasianismo*.

São Paulo: Global, 2006, p.18-19).

01. A mensagem que o eu lírico deseja insistentemente comunicar trata-se de um(a):

- a) nota de pesar
- b) notícia alvissareira
- c) bênção apostólica
- d) anúncio de má notícia
- e) lamento de boquirroto

02. O eu lírico quer comunicar-se com diversos elementos da natureza. Estão entre esses elementos, **EXCETO**:

- a) balças e leiras
- b) aves e flores
- c) flores e alvoradas
- d) alvoradas e alcatifas
- e) auras e estrelas

03. Em: “Cantai, pássaros!”, temos um verbo no:

- a) presente do indicativo
- b) presente do subjuntivo
- c) futuro do subjuntivo
- d) imperativo negativo
- e) imperativo afirmativo

04. Em: “vinde ouvi-lo! **rosas**”, o termo destacado funciona morfossintaticamente como:

- a) substantivo e aposto
- b) substantivo e sujeito
- c) substantivo e vocativo
- d) interjeição e predicativo
- e) interjeição e sujeito

05. No verso: “Sua mão de jaspe, sua mão **de neve**”, a expressão destacada é uma locução:

- a) adverbial
- b) adjetiva
- c) interjetiva
- d) prepositiva
- e) verbal

06. Assinale o item em que todos os substantivos compostos estão corretamente pluralizados.

- a) ares-condicionados, ervas-doces, livres-docentes
- b) peixes-boi, cavalo-marinhos, tatus-bolas
- c) matéria-primas, segunda-feiras, ave-marias
- d) altares-mor, puxa-sacos, dedo-duros
- e) furas-greve, vira-latas, tiras-gostos

07. Em “mãozinha”, o sufixo assinala o grau diminutivo. Assinale o item em que a palavra apresenta também um sufixo no grau diminutivo.

- a) florzinha
- b) sardinha
- c) galinha
- d) rainha
- e) vizinha

08. A palavra “luminosa” é escrita com a letra **S**. Assinale o item em que todas as palavras são escritas com a letra **S**.

- a) go _ o, gaso _ o, garni _ é, gulo _ o
- b) verdo _ o, vermino _ e, valio _ o, va _ o
- c) ga _ es, ga _ e, ga _ ela, ga _ eta
- d) pi _ o, picolé _ eiro, pa _ es, pe _ o
- e) oleo _ o, obe _ o, oca _ o, ojjeri _ a

09. Em: “**Sua** alva mão pude apertar na **minha**!”, os pronomes destacados são classificados respectivamente como:

- a) pronome possessivo e pronome demonstrativo
- b) pronome pessoal e pronome de tratamento
- c) pronome indefinido e pronome substantivo
- d) pronome adjetivo e pronome substantivo
- e) pronome substantivo e pronome adjetivo

10. Em: "saiba o céu com a esfera toda", temos a seguinte figura de linguagem:

- a) anáfora
- b) anacoluto
- c) antítese
- d) catacrese
- e) hipérbole

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS + CONHECIMENTOS LOCAIS

11. Certas vitaminas tem um significado em particular no resultado da gestação, em alguns exemplos a necessidade de vitaminas específicas pode ser atingida pela dieta e algumas vezes somente por meio de suplementação. Sobre dietoterapia na gestação e lactação analise as afirmações e marque a alternativa correta:

- a) As necessidades de ácido fólico aumentam durante a gravidez em resposta as demandas de eritropoiese materna.
- b) As necessidades de vitamina E em seres humanos não é rara e esta diretamente ligada a redução da fertilidade e malformações fetais.
- c) A deficiência de vitamina D está associada à hipercalemia neonatal e ainda hiperplasia de esmalte dental.
- d) As mulheres que tomam análogo da vitamina A para Acne e engravidam apresentam baixo risco de apresentar anomalias fetais.
- e) Não há nenhuma evidencia ou estudo que relacione baixos níveis plasmáticos de vitamina C e pré-eclâmpsia.

12. A dor associada à pancreatite está parcialmente relacionada aos mecanismos secretórios de enzimas pancreáticas e bile. A terapia nutricional é, pois ajustada para fornecer a estimulação mínima destes sistemas e provocar diminuição do quadro doloroso. A respeito do tema exposto analise as afirmações abaixo e marque a alternativa **CORRETA**:

- a) Durante as crises agudas a alimentação oral deve ser estimulada e a hidratação por via intravenosa deve ser vigorosa.
- b) Em crises graves uma dieta líquida clara e com pouca gordura pode ser administrada livremente.
- c) Em crises não muito graves os alimentos podem ser mais bem tolerados se divididos em seis pequenas refeições sempre com baixo teor de gordura.
- d) A nutrição oral pode se mantida por alguns dias independente dos níveis de amilase sérica.

e) Os níveis séricos elevados de cálcio são frequentemente presentes em paciente com pancreatite aguda.

13. Um baixo IMC (índice de massa corporal) está associado a maior risco de mortalidade do que os indivíduos normais, especialmente com o envelhecimento. Com relação a etiologia do baixo peso, analise as proposições abaixo:

- I - Ingestão em quantidade insuficiente para atingir as necessidades de atividade
- II - baixa absorção e utilização de alimento consumido
- III - estresse psicológico ou emocional

Marque a alternativa correta:

- a) somente I é correta
- b) apenas I e II estão corretas
- c) apenas II e III estão corretas
- d) apenas I e III estão corretas
- e) todas estão corretas

14. Apesar dos pacientes hipertensos serem com frequência assintomática, a hipertensão não é uma doença benigna, as pessoas com maior risco devem ser estimuladas a estilos de vida mais saudáveis. Marque a alternativa que **NÃO** apresenta uma modificação de estilo de vida para prevenção e controle de hipertensão:

- a) Reduzir a ingestão de gordura saturada e colesterol .
- b) Manter a ingestão adequada de cálcio e magnésio .
- c) Manter a ingestão adequada de potássio, aproximadamente 90mmol/dia.
- d) Reduzir a ingestão de sódio para até 24g/dia ou 60g/dia de cloreto de sódio.
- e) Limitar a ingestão de álcool.

15. Os pacientes que necessitam de terapia nutricional parenteral em geral são moderada ou gravemente desnutridos. A administração agressiva de alimentação principalmente através da via intravenosa, pode precipitar complicações; a mais frequente é:

- a) Síndrome de realimentação
- b) Hipoglicemia de rebote
- c) Hidromediastino
- d) Embolia
- e) Desidratação

16. A síndrome do ovário policístico (SOPC) é um distúrbio endócrino caracterizado pelo hiperandrogenismo e resistência insulínica e esta associado intimamente a obesidade em mulheres em idade fértil. Com relação à SOPC analise as afirmações e marque a alternativa correta:

- I - A hiperinsulinemia aumenta o risco cardíaco
- II - O tratamento inclui dieta individualizada
- III - As pessoas com SOPC apresentam com frequência padrões alimentares desorganizados

IV - O tratamento é orientado pelos sintomas devido à ausência de um mecanismo etiológico claro.

V - São sintomas acne, infertilidade, hirsutismo e alopecia.

- a) Todas as afirmações são verdadeiras
- b) Existem somente quatro afirmações verdadeiras.
- c) Existem somente três afirmações verdadeiras.
- d) Existem somente duas afirmações verdadeiras.
- e) Existe apenas uma afirmação verdadeira.

17. Faça a associação entre as colunas e marque a alternativa **CORRETA**:

- I. Condição caracterizada por auto inanição e emaciação.
- II. Enfermidade caracterizada por ingestão excessiva de alimentos seguida de métodos compensatórios.
- III. Episódio marcado por ingestão excessiva de alimentos em um período menor que 2h e em quantidade maior que o consumo da maioria das pessoas em condições similares

A - Anorexia nervosa

B - Binge

C - Bulimia nervosa

- a) IC, IIB, IIIA
- b) IA, IIB, IIIC
- c) IA, IIC, IIIB
- d) IC, IIA, IIIB
- e) IB, IIC, IIIA

18. Marque a alternativa que relaciona corretamente a condição com a fórmula de alimentação por sonda sugerida:

	CONDIÇÃO	FÓRMULA SUGERIDA
a)	Insuficiência renal	Fórmula concentrada com limitação de potássio e fósforo.
b)	Má absorção de gordura	Fórmula contendo triglicerídeos de cadeia longa.
c)	Hiperglicemia	Fórmula com polimérica concentrada.
d)	Níveis elevados de CO ₂ no sangue	Fórmula polimérica com alto teor de nitrogênio.
e)	Diarreia ou constipação	Fórmula com alto teor de lipídeos.

19. No Acidente Vascular Cerebral (AVC) as dificuldades de alimentação são determinadas pela extensão da lesão e da área do cérebro afetada. A disfagia é um preditor independente da mortalidade que contribui para complicações e o mau prognóstico por maior desnutrição, infecção pulmonar, incapacidade e cuidados institucional prolongado. Marque a alternativa que **NÃO** apresenta uma dieta apropriada para paciente com seqüela de AVC para facilitar a mastigação e deglutição:

- a) Vegetais macios, batata cozidas amassadas ou fervidas com margarina ou caldo e ainda vegetais em purê.
- b) Frutas cruas exceto banana, frutas em purê fino e abacaxi fibroso.
- c) Carnes moídas ensopadas, ovos mexidos.
- d) Queijo ricota cremoso ou batido e massas úmidas e ensopadas.
- e) Sorvete de frutas e e pudim se tolerados.

20. Os processos de conservação de alimentos baseiam-se na destruição total ou parcial dos microrganismos capazes de alterar o alimento ou na modificação/eliminação de um ou mais fatores que são essenciais para sua multiplicação. Com base na conservação de alimentos marque a alternativa **INCORRETA**:

- a) Na utilização do calor sempre ocorre eliminação total dos microrganismos independente do tratamento térmico adequado.
- b) Para calcular o tratamento necessário para esterilizar um produto é preciso conhecer a resistência do microrganismo alvo, através do seu valor D e Z e determinar a curva de penetração de calor no produto.
- c) Na refrigeração utilizam-se temperaturas superiores às do ponto de congelamento, este método de conservação é usado como conservação básica/ temporária complementar.
- d) O processo de liofilização elimina a água do alimento por sublimação.
- e) Bactérias Gram⁻ aeróbias estritas são as que mais reduzem seu n° durante o congelamento.

21. O uso de radiação ionizante na conservação de alimentos foi patenteado nos Estados Unidos em 1929. No entanto, só nos últimos 30 – 40 anos é que os cientistas de muitos países começaram realmente a dar maior atenção a este método.

Dependendo da dosagem de radiação às quais submetemos os alimentos podemos denominar o processo de Radapertização, Radicidação e Radurização.

Com base neste contexto, relacione as colunas de acordo com as características dos métodos de conservação descritos acima.

I - Resulta em efeito semelhante à esterilização.

II - Reduz o número de bactérias patogênicas não produtoras de esporos.

III - Pode ser utilizado para prevenir brotamentos em bulbos e tubérculos e retardar o tempo de maturação em frutas.

A - Radapertização

B - Radidicação

C - Radurização

a) IA, IIB e IIIC

b) IA, IIC e IIIB

c) IB, IIC e IIIA

d) IB, IIA e IIIC

e) IC, IIB e IIIA

22. “Desnutrição é um estado de diferentes graus de intensidade e variadas manifestações clínicas produzido pela deficiente assimilação, pelo organismo, de quantidades adequadas dos diversos componentes do complexo nutriente (proteínas, hidratos de carbono, gorduras, sais minerais e vitaminas)”. (MARCONDES, 1976).

Com relação à terapêutica da recuperação da criança com desnutrição grave marque a alternativa **correta**.

a) Considera-se que tem hipoglicemia a criança com desnutrição grave cujo nível de glicose sanguínea é inferior a 70mg/dL e deve ser tratada imediatamente com solução de glicose ou sacarose a 10%.

b) O soro de reidratação oral para crianças com desnutrição grave (RESOMAL) tem mais sódio e menos potássio que a solução padrão de reidratação oral.

c) Os preparos alimentares oferecidos na fase de estabilização da desnutrição grave deve fornecer no máximo 100 Kcal/kg de peso /dia e o mínimo aceitável é de 80kcal/kg de peso/dia.

d) A suplementação com ferro é recomendada na fase de estabilização inicial do tratamento da criança com desnutrição grave, porque melhora a infecção que ocorre neste período.

e) Na fase de reabilitação a criança deve receber um total de calorias na faixa de 130 a 150kcal/kg de peso/dia e um total de proteínas na faixa de 4 a 5g/kg de peso/dia.

23. Os benefícios do Programa Bolsa Família (PBF) conseguem retirar da extrema pobreza cerca de 4,3 milhões de famílias. Outros 5,2 milhões de famílias beneficiárias extremamente pobres não conseguem ultrapassar a linha da extrema pobreza.

(Fonte: MDS – Cadastro Único).

Com relação ao PBF marque a alternativa **INCORRETA**:

a) Compete à Secretaria Nacional de Renda de Cidadania (Decreto nº 7.079, de 2010): formular e implementar a política de transferência de renda com condicionalidades do Programa Bolsa Família.

b) O PBF não pode e não deve ser visto como elemento único ou isolado na estratégia de erradicação da extrema pobreza.

c) O papel dos Estados na gestão do Bolsa Família e do Cadastro Único está concentrado: no apoio técnico, logístico e operacional a seus municípios.

d) Cabe aos municípios a articulação e integração das políticas públicas voltadas ao público alvo do Bolsa Família.

e) Os estados devem se responsabilizar quanto ao fornecimento de informações aos municípios e aos órgãos federais, entre outras ações.

24. Em relação ao código de ética profissional do nutricionista assinale a alternativa correta.

a) É facultado ao nutricionista recusar-se a executar atividades incompatíveis com suas atribuições profissionais ou que não sejam de sua competência legal.

b) No artigo 8º afirma que é dever do nutricionista o pronunciamento em matéria de sua habilitação, sobretudo quando se trata de assuntos de interesse da coletividade.

c) É permitido ao nutricionista posicionar-se contrariamente a movimentos legítimos da categoria com a finalidade de obter vantagens.

d) O nutricionista deve comprometer-se na obtenção de meios que garantam ao ser humano condições de satisfação das suas necessidades alimentares e nutricionais.

e) A resolução do CFN nº 234/04 dispõe sobre o código de ética do nutricionista e dá outras providências.

25. Dietas milagrosas encorajam práticas irracionais algumas vezes perigosas, que passam a ser feitas pela população que esta em busca de padrões estéticos em pouco tempo. Sobre a prática adequada de dietas marque a alternativa **INCORRETA**:

a) Dietas que contenham 1400 a 1500 Kcal/dia independente da composição de macronutrientes.

b) O sucesso de qualquer dieta depende de um balanço energético negativo.

c) Dietas de baixíssimas calorias (400 a 800 kcal/dia) produzem perda de peso maior a curto prazo, em comparação a dietas de baixa caloria (1200 a 1500 Kcal/dia), entretanto a longo prazo, no período de um ano, a perda de peso é similar.

d) Dietas pobres em gordura, sem redução do total de calorias, não leva à perda de peso.

e) Quando a escolha de alimentos é apropriada, dietas hipercalóricas são nutricionalmente adequadas e promovem a perda de peso.

26. A identificação precoce de crianças como hipertensas potenciais tem sido recomendada. Com relação a parâmetros usados na identificação e situações relacionadas a hipertensão em criança marque a alternativa **correta**:

a) A gordura corporal acima de 25% nas meninas e 30% nos meninos aumenta o risco de pressão alta.

b) A obesidade infantil é fator determinante na anormalidade de pressão sanguínea em crianças e adolescentes.

c) A criança que já excede seu peso ótimo adulto pode em segurança passar por uma perda rápida de 6,5 a 7,5Kg/ano visando diminuição de chances de se tornar hipertenso.

d) O aumento da atividade física é uma medida coadjuvante para o programa de controle de níveis pressóricos em crianças.

e) Um programa de redução de peso para prevenção de pressão sanguínea em crianças deve ser rápido e definitivo.

27. Relacione a 1ª coluna com a 2ª coluna e marque a alternativa **correta**:

COLUNA1

I. Gram positivo, formador de esporo, temperatura ótima de multiplicação entre 35° e 40°C.

II. Gram positivo, produzem toxinas termoestáveis, cresce com pH entre 4,0 a 9,8 cm ótimo entre 6,0 e 7,0.

III. Gram negativo, o pH ótimo de multiplicação fica em torno de 7,0.

IV. Gram positivo, aeróbio, mesófilo, e produtor de esporo, catalase positivo.

V. Gram positivo, anaeróbio, temperatura ótima de crescimento entre 40 na 45° C, produtor de esporos.

COLUN

A 2

() *Salmonella*

() *Bacillus cereus*

() *Clostridium botulinum*

() *Clostridium pefringens*

() *Staphylococcus aureus*

a) III,V,I,II,IV

b) III,IV,II,I,V

c) IV,V,I,II,III

d) IV,V,II,I,III

e) II,IV,III,I,V

28. Para projeto físico de uma UAN é importante a questão econômica e também a funcionalidade da cozinha. Com relação à área dimensionada para os setores de estocagem, preparo de refeições e administração em uma UAN, segundo Haydée é de, respectivamente.

a) 20% a 25%; 10%; 30%

b) 5% a 15%; 16% a 20%; 8%

c) 15%; 20% a 25%; 10%

d) 10 a 12%; 16% a 20%; 12%

e) 10% a 12%; 10% a 20%, 12%

29. A osteoporose é um complexo distúrbio heterogêneo de etiologia ainda desconhecida. Sobre o tema marque a alternativa **correta**:

a) A perda da menstruação em qualquer idade é um determinante principal do risco de osteoporose em mulheres.

b) Historia familiar não é um fator de risco.

c) Os caucasianos e asiáticos sofrem menos fraturas por osteoporose que os africanos, americanos e hispânicos.

d) Os não nutrientes como a fibra dietética não tem papel importante na manutenção óssea.

e) A ingestão elevada de cálcio pode manter a concentração de PTH e assim diminuir a absorção de vitamina D.

30. Os ataques de enxaqueca são disparados por uma variedade de fatores, inclusive alimento, e respondem a uma variedade de tratamentos (Rapoport e Edmeads, 2011).

Com relação à terapia nutricional e enxaqueca marque a alternativa **CORRETA**:

a) Os mecanismos propostos que preveem a enxaqueca quanto aos fatores nutricionais estão totalmente compreendidos.

b) Recomendações gerais sobre evitar alimentos são imprudentes.

c) São alimentos que não contribuem para enxaqueca: frutas cítricas, chás, café, leite e nozes.

d) Os alimentos que em um indivíduo dispararam ataques de enxaqueca podem ter o mesmo efeito em outra pessoa, sempre com igual limiar de intolerância.

e) Não há alimentos que supostamente disparam crise de enxaqueca após período de hipoglicemia.

31. A anemia megaloblástica reflete uma síntese desordenada de DNA, que resulta em processos defeituosos nos eritrócitos, leucócitos, plaquetas e seus precursores no sangue e medula óssea. Qual deficiência normalmente está relacionada a anemia megaloblástica?

a) Vitamina D

b) Vitamina B₁₂

c) Acido fólico

d) Acido fólico ou vitamina B₁₂

e) Vitamina K

32. A antropometria envolve a obtenção de medidas físicas de um indivíduo e as relaciona a um padrão que reflita o crescimento e desenvolvimento do indivíduo, essas medidas físicas são componentes da avaliação nutricional. Sobre antropometria analise os itens abaixo:

I - A taxa de ganho de altura em crianças reflete uma adequação nutricional a longo prazo.

II - Pacientes com peso entre 75 a 84% de seu peso corporal habitual reflete desnutrição moderada.

III - O IMC leva em consideração as diferenças na composição corporal ao definir o nível de adiposidade de acordo com a relação de peso para altura.

IV - A circunferência do braço é medida no ponto médio entre o acrômio da escápula e a ponta do cotovelo.

Quantas afirmações são verdadeiras?

- a) 0
- b) 1
- c) 2
- d) 3
- e) 4

33. Atletas e pessoas interessadas em aumentar a massa corporal acreditam que devem fazer uso de suplementos a base de proteínas. O pensamento de muitos desse meio é: "quanto mais proteína consumida maiores os músculos". Com relação às implicações nutricionais da ingestão de suplemento com alto teor de proteínas marque a alternativa **correta**:

- a) Consumir mais proteínas do que o organismo pode utilizar não é necessário e deve ser evitado.
- b) A ingestão de alto teor de proteína não tem relação com diurese e potencial desidratação.
- c) Para atletas a suplementação com proteínas sob a forma de pó ou pílulas é sempre necessária.
- d) Os alimentos proteicos são pobres em gorduras.
- e) O consumo exagerado de proteínas pode ajudar na manutenção de uma dieta de baixo teor de gordura.

34. É importante a presença nutricionista nos NASF e nas unidades básicas convencionais para:

- () atuar diretamente junto a indivíduos, famílias e comunidade.
- () participar de ações de educação continuada de profissionais de saúde.
- () articular estratégias de ação com os equipamentos sociais de seu território de atuação a favor da segurança nutricional.

Marque a sequencia correta colocando **V** para verdadeiro e **F** para itens falsos:

- a) V F F
- b) F V V
- c) V V V
- d) F F V
- e) V V F

35. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, os fatores de risco mais importantes para a morbimortalidade relacionada às doenças crônicas não-transmissíveis são: hipertensão arterial sistêmica, hipercolesterolemia,

ingestão insuficiente de frutas, hortaliças e leguminosas, sobrepeso ou obesidade, inatividade física e tabagismo.

Cinco desses fatores de risco estão relacionados à alimentação e à atividade física e três deles têm grande impacto no aparecimento da Síndrome Metabólica (SM).

A adoção precoce por toda a população de estilos de vida relacionados à manutenção da saúde, como dieta adequada e prática regular de atividade física, preferencialmente desde a infância, é componente básico da prevenção da SM.

A alimentação adequada deve, **EXCETO**:

- a) evitar a manutenção do balanço energético e do peso saudável
- b) reduzir a ingestão de calorias sob a forma de gorduras, mudar o consumo de gorduras saturadas para gorduras insaturadas.
- c) reduzir o consumo de gorduras *trans* (hidrogenada)
- d) aumentar a ingestão de frutas, hortaliças, leguminosas e cereais integrais; reduzir a ingestão de açúcar livre
- e) reduzir a ingestão de sal (sódio) sob todas as formas.

36. Lei Municipal que estabelece o Código de Posturas do Município de Araguaína. Trata-se da

- a) Lei n.º 1.124/1986.
- b) Lei n.º 1.778/1997.
- c) Lei n.º 1.828/1998.
- d) Lei n.º 2.193/2003.
- e) Lei n.º 2.420/2005.

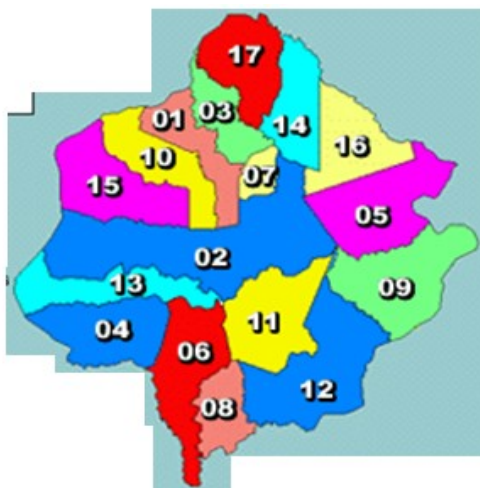
37. Na última eleição Municipal, o número de eleitores de Araguaína era, aproximadamente, de 86.400 eleitores. No momento atual (março/2012), segundo o TSE (Tribunal Superior Eleitoral), o número de eleitores é, aproximadamente,

- a) 89.800
- b) 91.800
- c) 92.800
- d) 93.800
- e) 94.800

38. Dentre os Municípios que compõem a Microrregião na qual está cravado o Município de Araguaína, aquele com a menor área demográfica (medida em km²) é

- a) Pau D'Arco
- b) Colinas de Tocantins
- c) Carmolândia
- d) Piraquê
- e) Aguiarnópolis

39. O mapa ilustrativo abaixo representa a Microrregião na qual está cravado o Município de Araguaína



Os Municípios de Araguaína, Filadélfia e Araganã são representados, na figura, respectivamente, pelos números

- a) 02 – 05 – 14
- b) 02 – 05 – 01
- c) 15 – 03 – 01
- d) 02 – 09 – 03
- e) 02 – 05 – 16

40. O Estado de Tocantins é, conforme divisão do IBGE, dividido em(1)..... mesorregiões, sendo que o Município de Araguaína está cravado na Mesorregião (2).....

As duas lacunas, 1 e 2, acima, são preenchidas corretamente pelos elementos dispostos, respectivamente, na alternativa

- a) 02(duas) – Ocidental do Tocantins.
- b) 04 (quatro) – Oriental do Tocantins.
- c) 08 (oito) – de Araguaína.
- d) 02 (duas) – Oriental do Tocantins.
- e) 04 (quatro) – Ocidental do Tocantins