

NUTRICIONISTA

CONHECIMENTOS GERAIS

PORTUGUÊS

1. Assinale a alternativa que apresenta erro no emprego da pontuação (leve em conta que o conjunto das alternativas forma um texto):

- a) Pesquisa realizada pela área de psicologia da Universidade de Michigan, nos EUA, apontou a relação entre o tempo de uso da rede social e a insatisfação dos usuários.
- b) O estudo afirma que o excesso de ostentação gera inveja que acaba se transformando em comparação e insegurança.
- c) Para Lídia Maria, psicóloga de Brasília esse sentimento é extremamente tóxico, e afeta diretamente o ambiente de trabalho do indivíduo.
- d) “A baixa autoestima está ligada ao mau desempenho profissional. Quando alguém não se sente bom o bastante, não se sente estimulado para conquistar novos objetivos. É um círculo vicioso que deve ser quebrado”, afirma.
- e) Fernando Senna, de 31 anos, sentia-se inseguro no início de sua carreira em um escritório de advocacia e lembra como atrapalhava o desempenho na firma.

2. Assinale a alternativa que apresenta erro no emprego da acentuação gráfica:

- a) O antigo relógio pendurado na cozinha lhe mostrava que tinha o tempo necessário.
- b) Amarrou os cabelos negros com um broche cor de pérolas e vestia obedientemente a roupa de cetim que ele lhe deixou sobre a cama pela manhã.
- c) Tirou os copos do armário e preparou a mesa com disposição dos objetos quase obsessiva.
- d) Pos o ferro para aquecer enquanto desfazia a mesa e tirava a toalha.
- e) Deixou o vapor agir sobre o tecido até vê-lo liso.

3. Há erro no emprego do sinal indicativo de crase na alternativa:

- a) Quando a porta se abriu, o cheiro lhe chegou antes ao nariz que o marido à retina.
- b) Após a palestra, aconteceu homenagem da Prefeitura às empresas com mais de 15 anos de fundação e às organizações com 5 e 10 anos.

- c) Visitem nosso município de 20 à 25 de março durante as festas em comemoração ao seu aniversário de emancipação.
- d) Eu acordava às 6 horas para correr na praia, fazia o café e ia surfar até ao meio-dia. Depois estudava a tarde inteira, até a hora do curso, que começava às 18 horas.
- e) Algumas pessoas viajam para um lugar longe de tudo e de todos à procura de tranquilidade, qualidade de vida, descanso.

4. Assinale a alternativa em que a concordância da porcentagem está errada:

- a) ... 70% do lixo das cidades são jogados em lixões e alagados.
- b) Somente 10% dos municípios brasileiros contêm coleta seletiva de lixo.
- c) Somente 1% dos brasileiros tem consciência do problema do lixo.
- d) 18% dos rios estão poluídos por causa do lixo.
- e) 1,5% da população brasileira desconhecem o problema do lixo.

5. A concordância nominal está incorreta na alternativa:

- a) Já estou quite das minhas obrigações.
- b) Senhor Prefeito, V. Ex.^a tem sido atencioso com seus subordinados.
- c) A bandeira brasileira e a catarinense foram hasteadas no mesmo mastro.
- d) As crianças surdo-mudas merecem atendimento especializado.
- e) Ele comprou dois ternos cinza.

6. A regência está incorreta na alternativa:

- a) Prefeito atendeu as reivindicações dos munícipes.
- b) Em nossa cidade aspiramos o ar puro.
- c) Assisti ao programa de entrevistas horrorizado. As crianças não podem assistir a ele.
- d) Paguei os impostos.
- e) Paguei os funcionários.

7. Observe o período: *Fazem muito barulho as crianças*. O sujeito desse período é:

- a) Fazem.
- b) Barulho.
- c) As crianças.
- d) Crianças.
- e) Muito barulho.

8. *Tenho milhares de coisas para fazer.* Nessa oração temos uma figura de linguagem chamada:

- a) Comparação.
- b) Hipérbole.
- c) Metáfora.
- d) Eufemismo.
- e) Metonímia.

9. Banhou-se. Secou-se. Perfumou-se. As expressões sublinhadas são classificadas morfologicamente como:

- a) Verbos.
- b) Substantivos.
- c) Artigos.
- d) Adjetivos.
- e) Preposições.

10. Anestesiada e derrotada, a sociedade nem está percebendo a enorme inversão de valores em curso. As palavras sublinhadas são classificadas morfologicamente como:

- a) Verbos.
- b) Substantivos.
- c) Artigos.
- d) Adjetivos.
- e) Preposições.

ESTUDOS SOCIAIS

11. Águas Frias, desbravada na década de 1950 por imigrantes vindos do Rio Grande do Sul, a maior parte da população do município ainda é de origem:

- a) Italiana.
- b) Alemã.
- c) Polonesa.
- d) Negra.
- e) Mestiça.

12. O escândalo envolvendo a Petrobras, grandes empreiteiras e políticos, que investiga um grande esquema de lavagem e desvio de dinheiro, é conhecido como:

- a) Operação Lava Jato.
- b) Operação do Mensalão.

- c) Operação Ostentação.
- d) Operação Pasadena.
- e) Operação Trato Feito.

13. Em 2014 no Brasil, foi comemorado os 50 anos de um importante conjunto de ações promovidas pelo Exército para que se restaurasse a ordem e o progresso do país. Este se denomina:

- a) Golpe Militar.
- b) Guerra do Contestado.
- c) Guerra Fria.
- d) Todas as alternativas estão corretas.
- e) Nenhuma das alternativas está correta.

14. Vários acontecimentos envolvendo pessoas que fazem justiça com as próprias mãos foram relatados em todos os cantos do País. Muito se comentou em 2014, com várias manifestações nas ruas, com depredações e insatisfação com a política, com os gastos do dinheiro público e com a falta de saúde, educação e qualidade de vida. Esses acontecimentos foram entre:

- a) As Olimpíadas de 2014.
- b) A Copa do Mundo.
- c) Os Jogos Pan-americanos.
- d) A Visita do Papa.
- e) Nenhuma das alternativas está correta.

15. Quando falamos de meio ambiente e sustentabilidade, sabemos das graves alterações climáticas, as crises no fornecimento de água devido à falta de chuva e da destruição dos mananciais e a constatação de que, se não fizermos nada para mudar, o planeta será alterado de tal forma que a vida como a conhecemos deixará de existir. Quais as práticas que podemos ter para conter esses danos?

- a) Estimular o plantio de árvores, a reciclagem de lixo, a coleta seletiva, o aproveitamento de partes normalmente descartadas dos alimentos como cascas, folhas e talos.
- b) Calcular a energia elétrica consumida pela família; o número de carros e outros veículos que ela utilize e a forma como o faz e os resíduos que ela produza.
- c) Cada família poderá dar a sua contribuição para promover práticas e procedimentos que garantam a devolução à natureza de tudo o que usaram.
- d) Desenvolvimento de cursos, palestras e estudos que informem e orientem todos os cidadãos da importância da participação e do engajamento nos projetos.
- e) Todas as alternativas estão corretas.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

16. Identifique a alternativa correta nas sentenças abaixo:

I. Os ácidos graxos *trans* são sintetizados durante o processo de hidrogenação dos óleos vegetais na produção de margarinas.

II. Um alimento pode ser considerado *diet* e *light* ao mesmo tempo.

III. Quanto mais mole for a consistência de uma margarina, maior será o seu teor de ácidos graxos *trans*.

IV. O pigmento encontrado nas frutas e que desaparece com o amadurecimento é a antocianina.

a) Somente I e II estão corretas.

b) I, II e IV estão corretas.

c) I, II e III estão corretas.

d) Somente II e IV estão corretas.

e) Somente III está correta.

17. O ferro é um importante mineral participante de vários processos em nosso organismo. Sua deficiência tem ainda alta prevalência, ocorrendo em várias fases da vida, desde lactente, infância, adolescência, vida adulta, idoso, gravidez e lactação. Pode levar a patologias de diversas intensidades e associar-se a relevantes complicações clínicas, sociais e econômicas. O estágio final da deficiência de ferro se manifesta por:

a) Alopecia.

b) Neutropenia.

c) Anormalidades esqueléticas.

d) Cianose.

e) Anemia hipocrômica, microcítica.

18. Em relação aos sintomas iniciais de tiamina no organismo, assinale a alternativa correta:

a) Diarreia, hipertensão.

b) Atrofia muscular e anemia.

c) Formigamento nas extremidades e disúria.

d) Cansaço e perda de apetite.

e) Desequilíbrio no metabolismo dos hormônios sexuais.

19. Dentre as deficiências nutricionais de maior importância epidemiológica, a deficiência de vitamina A ainda hoje assume graves proporções no contexto da saúde pública em todo o mundo. Quanto aos indicadores bioquímicos de deficiência de vitamina A, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), assinale a alternativa correta:

- I. Utiliza-se o ponto de corte de $\leq 0.70 \mu\text{mol/L}$ para indicar baixo nível de vitamina A no sangue.
- II. O nível de retinol sérico está sob controle homeostático e reflete as reservas corporais somente quando estas são muito baixas ou muito altas. Nesse sentido, a concentração sérica do retinol não é um bom indicador para diagnóstico da deficiência de vitamina A.
- III. A secreção de vitamina A no leite materno está diretamente relacionada ao estado de vitamina A da mãe, ressaltando-se que os recém-nascidos têm baixos estoques dessa vitamina.
- IV. Em populações com níveis adequados de vitamina A, a concentração média desta vitamina no leite materno é de $1.75 - 2.45 \mu\text{mol/L}$.
- a) Somente I e II estão corretas.
b) Somente I, II e IV estão corretas.
c) I, II, III e IV estão corretas.
d) Somente II e IV estão corretas.
e) Somente III está correta.

20. O significado de Disbiose é:

- a) Disfunção do reto devido à alergia alimentar.
b) Disfunção do cólon devido à *alteração da flora intestinal*.
c) Inflamação esofagiana.
d) Alteração da morfologia dos leucócitos.
e) Microbiota intestinal.

21. A doença pulmonar obstrutiva crônica caracteriza-se pela obstrução progressiva e parcialmente reversível do fluxo aéreo pulmonar. A terapia nutricional individualizada é muito importante no tratamento destes pacientes, mostrando-se fundamental na evolução do quadro e na melhoria da qualidade de vida. Sendo assim, as dietas para esses pacientes devem ser:

- a) Hiperproteicas (1 a $1,5 \text{ g/kg}$ de peso/dia).
b) Hipolipídicas, na vigência de insuficiência respiratória.
c) Hipercalóricas.
d) Volumosas e com maior quantidade de hidratos de carbono.
e) Pobres em fibras.

22. A síndrome do intestino curto (SIC) é um estado clínico de má-absorção intestinal secundário à perda da superfície mucosa funcionante, em consequência de ressecção cirúrgica, derivações do trânsito intestinal, ou por perda das células mucosas. Em relação à terapia nutricional e recomendações de tratamento, assinale o que for correto:

- I. O manejo dietético de pacientes com SIC visa estimular a adaptação intestinal e reduzir as perdas fecais.

II. Dietas hipogordurosas, ricas em carboidratos e fibras solúveis com restrição de oxalato são as mais indicadas para estes pacientes.

III. O uso de medicações para controlar o peristaltismo intestinal não é indicado em nenhuma fase da síndrome.

IV. Os triglicérides de cadeia média (TCM) são usados com frequência nos pacientes com SIC, visando reduzir a esteatorreia.

- a) I, II e IV estão corretas.
- b) Somente I e II estão corretas.
- c) I, II, III e IV estão corretas.
- d) Somente II e IV estão corretas.
- e) Somente III está correta.

23. Com relação à Nutrição Humana, é incorreto afirmar:

- a) O suco gástrico atua no estômago.
- b) A biliar e o suco pancreático são produzidos no pâncreas.
- c) A absorção dos nutrientes ocorre essencialmente através das paredes intestinais.
- d) O fenômeno segundo o qual o bolo alimentar passa da boca para o esôfago denomina-se deglutição.
- e) A alta ingestão de Cálcio inibe a absorção intestinal de fósforo e vitamina C.

24. Alguns medicamentos têm sua absorção e metabolismos afetados pela composição de uma refeição e dessa forma, o consumo de alimentos com medicamentos pode ter efeito marcante sobre a ação dos fármacos. Com base nisso, assinale alternativa incorreta:

- a) O retardo na absorção de certos fármacos, quando ingeridos com alimentos, nem sempre indica redução da quantidade absorvida.
- b) Os nutrientes aumentam a velocidade de absorção dos fármacos por retardarem o esvaziamento gástrico.
- c) Analgésicos e anti-inflamatórios, por exemplo, são com frequência administrados com alimentos. O objetivo é diminuir as irritações da mucosa gástrica provocadas, principalmente, pela administração destes medicamentos por tempo prolongado.
- d) A influência dos nutrientes sobre a absorção dos fármacos depende do tipo de alimento, da formulação farmacêutica e do intervalo de tempo entre a refeição e sua administração.
- e) Substâncias sensíveis a pH baixo podem ser alteradas ou até inativadas pelo ácido gástrico quando ingeridas com alimentos.

25. Na Gastroenterite por Rotavírus os sintomas são:

- a) Cefaleia / febre.
- b) Pirose/anorexia.
- c) Náuseas / tosse.
- d) Desidratação / calafrios.
- e) Vômito/ febre/ diarreia.

26. O método de avaliação da composição corporal por bioimpedância avalia os seguintes parâmetros:

- a) Hidratação / Gordura corporal / Massa corporal gorda.
- b) Massa corporal magra / Massa corporal gorda.
- c) Massa corporal gorda/ Água corporal mínima.
- d) Água corporal total / Gordura corporal / Massa corporal magra.
- e) Apenas massa corporal magra.

27. Os diabéticos devem evitar o consumo de bebidas alcólicas, considerando que o etanol é rapidamente absorvido, podendo desencadear as seguintes alterações:

- I. Risco de desencadeamento da acidose láctica.
 - II. Aumento da liberação de glicose pelo fígado podendo levar a uma hiperglicemia.
 - III. Risco de desencadeamento da acidose láctica.
 - IV. Aumento da síntese de ácidos graxos que resultam em esteatose hepática e hipertrigliceridemia.
- a) Somente I e II estão corretas.
 - b) I, II e IV estão corretas.
 - c) I, II, III estão corretas.
 - d) I, II, III, IV estão corretas.
 - e) I, III e IV estão corretas.

28. Em relação aos flavonoides e suas fontes alimentares, assinale a alternativa incorreta:

- a) Antocianinas estão predominantemente em frutas e flores.
- b) Flavanonas são encontradas quase que exclusivamente em frutas cítricas.
- c) A quercetina e a rutina são exemplos de isoflavonoides.
- d) Isoflavonoides são encontrados quase que exclusivamente em legumes, particularmente na soja.
- e) O sabor peculiar de algumas bebidas, frutas, chás e vinhos são devidos, principalmente, à presença de flavanas.

29. A atividade de água (a_w) está intimamente relacionada à conservação dos alimentos. Os microrganismos que conseguem se multiplicar em menor atividade de água, são:

- a) Salmonellas.
- b) Bactérias esporuladas.
- c) Bactérias aneróbicas.
- d) Bolores deteriorantes.
- e) Fungos osmofílicos .

30. Sobre o sistema centralizado de distribuição de refeições, assinale a alternativa correta:

- a) Utiliza maior área de distribuição aos clientes.
- b) Ocasiona maior desperdício de área física.
- c) Exige maior quantidade de mão de obra.
- d) Implica em maior custo de implantação com equipamentos e utensílios.
- e) Gera excesso de transporte.

31. Em relação ao almoxarifado para estocagem de alimentos não perecíveis nas unidades de alimentação e nutrição é indicado:

- a) No estoque seco, a temperatura no local não ultrapassar 26°C.
- b) As mercadorias não devem ser retiradas da embalagem secundária.
- c) Os alimentos devem estar afastados pelo menos 5 cm da parede e 30 cm do teto para permitir a circulação de ar.
- d) O controle de temperatura e umidade deve ser feito esporadicamente.
- e) Os vidros devem ser armazenados, preferencialmente, vidros de "cabeça para baixo".

32. Para prestar uma assistência nutricional de excelência em Nutrição, é necessário organizar o trabalho de forma a alcançar os resultados esperados, da melhor forma possível. A normatização de todas as operações realizadas com vistas à produção e distribuição de refeições em Unidades de Alimentação e Nutrição deve estar respaldada nos seguintes elementos do processo administrativo:

- a) Organização, segurança, ajuste e comando.
- b) Planejamento, delegação, coordenação e direção.
- c) Planejamento, organização, direção e controle.
- d) Equilíbrio, responsabilidade, comando e controle.
- e) Organização, segurança, ajuste e responsabilidade.

33. Caso existam vários produtos para serem armazenados sob refrigeração, deve-se seguir a seguinte ordem:

- I. Perecíveis congelados.
 - II. Não perecíveis.
 - III. Perecíveis resfriados e refrigerados.
 - IV. Perecíveis em temperatura ambiente.
- a) I, IV, III, II,
 - b) III, I, IV, II.
 - c) IV, I, III, II.
 - d) I, III, IV, II.
 - e) IV, III, I, II.

34. Sobre o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN), assinale a relação correta:

- I. Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional.

II. Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional.

III. Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional.

a. Detalha os procedimentos da gestão, do financiamento e do monitoramento/avaliação.

b. Emana as diretrizes da ação do Estado.

c. Define objetivos, desafios, diretrizes e metas.

a) I -a; II-b; III-c.

b) I-c; II-a; III-b.

c) I-b; II-a; III-c.

d) I-b; II-c; III-a

e) I-c; II-b; III-a.

35. O nutricionista é o profissional de saúde, que, atendendo aos princípios da ciência da Nutrição, tem como função contribuir para a saúde dos indivíduos e da coletividade. De acordo com o Código de Ética, assinale o que for correto:

a) O profissional nutricionista que não possui empresa não necessita atender às determinações da legislação de proteção e defesa do consumidor.

b) O profissional nutricionista deve colaborar com as autoridades sanitárias realizando a fiscalização sanitária.

c) O profissional nutricionista pode delegar suas atividades e decisões profissionais para estagiários ou técnicos em Nutrição.

d) O profissional nutricionista deve manter sigilo no exercício da profissão sempre que tal seja do interesse dos indivíduos ou da coletividade assistida.

e) O profissional nutricionista não pode prestar serviços profissionais gratuitos às instituições filantrópicas.