

## NUTRICIONISTA

- |   |   |
|---|---|
| <p>1. São as diretrizes programáticas da Política nacional de alimentação e nutrição:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>I. <i>Estímulo a ações intra-setoriais com vistas ao acesso universal aos alimentos.</i></li> <li>II. <i>Garantia da segurança e qualidade dos alimentos.</i></li> <li>III. <i>Monitoramento da situação alimentar e nutricional.</i></li> <li>IV. <i>Promoção de práticas alimentares e estilos de vida saudáveis.</i></li> <li>V. <i>Prevenção e controle dos distúrbios e doenças nutricionais.</i></li> <li>VI. <i>Promoção do desenvolvimento de linhas de investigação.</i></li> <li>VII. <i>Desenvolvimento e capacitação de recursos humanos em saúde e nutrição.</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Todas, exceto I.</li> <li>b) Todas, exceto V e VI.</li> <li>c) Todas.</li> <li>d) Apenas I.</li> </ol> </li> </ol> <hr/> <p>2. A deficiência de vitamina A, de acordo com publicação do Projeto HOPE, constitui problema endêmico em grandes espaços das Regiões, exceto:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Norte.</li> <li>b) Nordeste.</li> <li>c) Sudeste.</li> <li>d) Sul.</li> </ol> <hr/> <p>3. Um ponto prioritário da questão alimentar e nutricional na saúde pública está relacionado às deficiências de micronutrientes, centralizadas no trinômio de vitaminas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) A/ferro/iodo</li> <li>b) A/ferro/ácido fólico.</li> <li>c) A/zinco/cobre.</li> <li>d) B/ferro/iodo.</li> </ol> <hr/> <p>4. "Estudos promovidos pelo Unicef, em 1980, indicaram que cerca de 25% dos sobreviventes à xerofthalmia grave perdem completamente a visão". Sobre a frase apresentada no enunciado, assinale a alternativa correta:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Esta doença é causada pela desnutrição protéico - calórica.</li> <li>b) Esta doença é a principal causa de cegueira evitável no mundo.</li> <li>c) É causada pela hipervitaminose A.</li> <li>d) Esta situação relaciona-se à deficiência de ferro.</li> </ol> <hr/> <p>5. O bócio é um problema decorrente da deficiência de qual micronutriente?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Vitamina A.</li> <li>b) Ferro.</li> <li>c) Iodo.</li> <li>d) Ácido fólico.</li> </ol> | <p>6. "A promoção de práticas alimentares saudáveis, que se inicia com _____, está inserida no contexto da adoção de estilos de vida saudáveis, componente importante da promoção da saúde". Assinale a alternativa que preenche a lacuna de forma correta segundo a Política Nacional de Nutrição:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) A adoção de diretrizes sobre a alimentação em escolas de ensino fundamental.</li> <li>b) O incentivo ao aleitamento materno.</li> <li>c) A adoção de novos comportamentos alimentares na infância.</li> <li>d) O gerenciamento de recursos destinados à alimentação infantil.</li> </ol> <hr/> <p>7. Inclui todos os tipos de alimentos sob qualquer forma de preparação, conforme hábitos e costumes regionais. Este é o tipo de dieta:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Geral.</li> <li>b) Modificada.</li> <li>c) Especial.</li> <li>d) Terapêutica.</li> </ol> <hr/> <p>8. Dentre as indicações e características das dietas hospitalares, esta produz mínimo resíduo intestinal:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Líquida clara.</li> <li>b) Líquida com pedacinhos sólidos.</li> <li>c) Branda.</li> <li>d) Pastosa.</li> </ol> <hr/> <p>9. Pacientes em fase de pós-operatório imediato, em geral, têm indicação de dieta:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Líquida restrita.</li> <li>b) Líquida.</li> <li>c) Branda.</li> <li>d) Pastosa.</li> </ol> <hr/> <p>10. Útil em doenças do cólon, doenças cardiovasculares, obesidade, dislipidemia, diabetes e hemorróidas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Dieta rica em fibras.</li> <li>b) Dieta pobre em fibras.</li> <li>c) Dieta hipossódica.</li> <li>d) Dieta hipocalórica.</li> </ol> <hr/> <p>11. Neste tipo de dieta incluem-se frutas sem casca e verduras cozidas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Dieta isenta de glúten.</li> <li>b) Dieta pobre em fibras.</li> <li>c) Dieta hipossódica.</li> <li>d) Dieta hipocalórica.</li> </ol> |
|---|---|

12. Geralmente está indicada para pacientes com insuficiência renal crônica e problemas hepáticos:
- Dieta hipocalórica.
  - Dieta hipoprotéica.
  - Dieta pobre em fibras.
  - Dieta rica em fibras.
13. Este tipo de dieta deve ser fracionada em 4 a 6 refeições ao dia; deve ser adequada em vitaminas e minerais; o paciente deve ser monitorado quanto aos níveis de cálcio e ferro. Assinale a melhor alternativa:
- Dieta isenta de glúten.
  - Dieta pobre em fibras.
  - Dieta hipercalórica.
  - Dieta hipocalórica.
14. Está indicada para pacientes em estado de hipercatabolismo:
- Dieta hipocalórica.
  - Dieta hiperprotéica.
  - Dieta hipersódica.
  - Dieta rica em fibras.
15. Esteatorria por má absorção; doença de Crohn; insuficiência pancreática e doenças hepáticas são situações em que comumente há indicação deste tipo de dieta. Trata-se:
- Dieta hipocalórica.
  - Dieta hiperprotéica.
  - Dieta hipogordurosa.
  - Dieta rica em fibras.
16. **"A ingestão suficiente de \_\_\_\_\_ antes da concepção e muito no início da gravidez diminui o risco de defeitos no tubo neural"**. Assinale a alternativa que preenche corretamente a lacuna.
- Vitamina A.
  - Vitamina E.
  - Iodo.
  - Ácido fólico.
17. "A \_\_\_\_\_ inibe a síntese química de nitrosaminas (a maioria delas é cancerígena), importante fator de risco para câncer do estômago". Assinale a alternativa que preenche corretamente a lacuna.
- Vitamina A.
  - Vitamina C.
  - Vitamina B12.
  - Ácido fólico.
18. São alimentos ricos em Vitamina A (Retinol):
- Fígado, rim, manteiga, gema de ovo.
  - Leite integral, creme de leite, espinafre, batata doce.
  - Cenoura, abóbora, rúcula, agrião.
  - Gérmen de trigo, cereais integrais, gema de ovo, creme de leite.
19. São alimentos ricos em Tiamina (B1):
- Fígado, peixes oleosos, manteiga, gema de ovo.
  - Queijos em geral, leite, requeijão e aveia.
  - Gérmen de trigo, carne de porco magra, ervilhas, feijão.
  - Couve flor, brócolis, gema de ovo, creme de leite.
20. Sobre o sódio, assinale a alternativa incorreta:
- Redução do consumo de sal requer grande redução do consumo de alimentos processados.
  - Produtos enlatados têm até 20 vezes mais sal do que o produto natural.
  - Embora existam controvérsias sobre o papel do sal na gênese da hipertensão arterial, não parece haver risco em se reduzir o consumo para 110 máximo 3.000 mg de sódio ou 7,5g de sal para a população hipertensa.
  - O processamento dos enlatados pode ser feito com menor teor de sódio, estratégia que deveria ser estimulada pelo Ministério da Saúde, bem como a rotulagem dos produtos em relação ao sal.
21. Sobre o cálcio, assinale a alternativa incorreta:
- Estimular um adequado consumo de cálcio parece ser uma importante estratégia de prevenção em relação à osteoporose.
  - Estima-se que mais de 51% do pico de massa óssea seja acumulado durante a puberdade nas mulheres.
  - Os alimentos fontes de cálcio são também fonte de colesterol e gorduras saturadas, e devem, portanto, ser considerados em conjunto na elaboração de guias alimentares para a população.
  - 95% da quantidade total de mineral do osso deposita-se entre os 12 e os 18 anos, com o cálcio da dieta sendo muito importante na otimização do pico de massa óssea.
22. São alimentos ricos em Riboflavina (B2); exceto:
- Leite, requeijão, queijo cheddar.
  - Requeijão, vísceras, carnes magras.
  - Vegetais de folhas verdes, pães, cereais enriquecidos.
  - Ovos, frutas oleaginosas, grãos integrais.

23. Na prevenção primária do diabetes tipo 2, pode-se afirmar:

- Estudos mostram que apenas a intervenção nutricional é realmente efetiva para este objetivo.
- A adoção de práticas esportivas é o principal fator na prevenção do diabetes 2, não havendo diferenças significativas na incidência entre aqueles que apenas adotaram medidas nutricionais e grupos controle.
- A intervenção medicamentosa é, de longe, a medida mais efetiva na prevenção desta doença.
- Resultados de ensaios clínicos aleatorizados conduzidos em indivíduos portadores de fatores de risco fornecem evidências sobre a eficácia da intervenção no estilo de vida com ênfase na alimentação saudável e prática de atividades físicas na redução do risco para o diabetes tipo 2.

**A frase a seguir é base para as questões 24, 25 e 26.**

**Visando a manutenção de peso saudável, a prevenção de obesidade, doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e osteoporose, recomenda-se:**

24. Assinale a recomendação falsa ou incompleta:

- Consuma alimentos variados, em 4 refeições ao dia. Pular refeições não emagrece e prejudica a saúde.
- Mantenha um peso saudável e evite ganhar peso após os 20 anos. Evite também o aumento da cintura.
- Faça atividade física todos os dias. Inclua na sua rotina andar a pé, subir escada, jogar bola, dançar, passear e outras atividades.
- Evite arroz e feijão todos os dias. Acompanhe as duas principais refeições com legumes e vegetais folhosos.

25. Assinale a recomendação falsa ou incompleta:

- Evite alimentos enlatados e produtos como salame, mortadela e presunto, que contêm muito sal.
- Evite adicionar sal à comida já preparada. Aumente o uso de alho, salsinha e cebolinha.
- Alimentos ingeridos na sua forma natural como feijão, arroz, frutas, grãos e verduras têm pouquíssimo sal.
- Evite óleos e azeite no preparo de bolos, tortas e refeições.

26. Assinale a recomendação falsa ou incompleta:

- Coma 4 a 5 porções de frutas, todos os dias, na forma natural.
- Reduza o açúcar. Evite tomar refrigerantes.
- Para lanches, coma frutas ao invés de biscoitos, bolos e salgadinhos.
- Tome leite e coma produtos lácteos com baixo teor de gordura, pelo menos 1 vez ao dia.

27. São alimentos ricos em Vitamina D (Calciferol):

- Fígado, peixes oleosos, manteiga, gema de ovo.
- Queijos em geral, gema de ovo, fígado e aveia.
- Cenoura, abóbora, rúcula, agrião.
- Gérmen de trigo, cereais integrais, gema de ovo, creme de leite.

28. Para o desenvolvimento de guias alimentares, deve haver um processo de pesquisa que inclui:

- O diagnóstico da situação nutricional e dados epidemiológicos que fundamentem as dietas.*
- Os objetivos, as metas nutricionais e um banco de dados contendo a composição dos alimentos escolhidos.*
- Os guias alimentares devem promover e manter a saúde global do indivíduo com orientações direcionadas para prevenção ou tratamento de qualquer doença.*
- Os guias alimentares devem ser baseados em pesquisas atualizadas buscando se adaptar às realidades do público alvo.*

Estão corretas:

- Apenas I e II.
- Apenas I, II e III.
- Apenas II e IV.
- Todas.

29. Sobre a pirâmide alimentar, originalmente proposta nos Estados Unidos em 1992 pelo USDA, pode-se afirmar:

- Faz a distribuição dos alimentos baseada nas necessidades alimentares diárias gerais da população alvo, estipulando quantidades a serem ingeridas dos 4 principais grupos de alimentos (cereais, hortaliças, carnes e açúcares).
- É composta por 4 níveis, nos quais se distribuem 8 grupos alimentares.
- Embora defina as proporções dos grupos alimentares, não define a quantidade a ser ingerida, pois esta deve ser adaptada segundo as necessidades individuais seguindo critérios de sexo, atividade, idade, etc.
- É uma forma pouco efetiva de orientação nutricional.

30. Principais fontes: vegetais de folhas verdes, principalmente o espinafre, o aspargo natural e o brócolis. Outras fontes são: o levedo de cerveja carne, fígado, pão integral, gérmen de trigo, farelo de trigo, gema de ovo, batata e feijão. Trata-se da (o):
- Vitamina C.
  - Caroteno (precursor vitamina A).
  - Ácido fólico.
  - Biotina.

31. Veja a tira abaixo:



Copyright © 2000 Mauricio de Sousa Produções Ltda. Todos os direitos reservados.

7723

Segundo a tira, pode-se afirmar que:

- Há uma ironia quanto à devastação das florestas.
  - A crítica é construída sobre a falta de empregos no campo.
  - A morte está em descrédito na sociedade contemporânea.
  - A foice é mais eficiente que o machado no campo.
32. O discurso será direto quando o ficcionista, através da narrativa, reproduz a *fala direta* das personagens.
- **Sim, é amanhã. Você vai a bordo?**  
 — **Está doida? É impossível...**  
 — **Então, adeus, Roberto!**  
 — **Adeus, querida!**
- O recurso gramatical utilizado pelo autor, em substituição aos verbos de elocução, para que o leitor possa identificar quem está com a palavra, foram:
- Períodos curtos.
  - Travessões.
  - Vocativos.
  - Reticência.
33. Leia a manchete a seguir:
- PRESIDENTE E SEUS MINISTROS VOLTARAM DOS PAÍSES EUROPEUS ANIMADOS**
- A palavra que gera duplo sentido é:
- O substantivo "presidente", que denota um julgamento de valor.
  - O adjetivo "animados", o qual pode indicar uma qualidade permanente ou passageira.
  - O verbo "voltar", que aponta para uma ação concluída.
  - A conjunção "e", que estabelece uma noção de sobreposição.
34. Há um equívoco de colocação de vírgula em:
- É linda a igreja, mas sua beleza é realmente muito triste.
  - Oh! Não, disse a menina, eu te ensinarei a conhecer Deus.
  - Ele prometeu fazer alguma coisa, e creio que o fará.
  - Os sentimentos de Madalena, sempre esbarravam na minha brutalidade.
35. Em "*despertei cogitando em mares – que dão sempre um toque feminino a qualquer cidade – e me dizendo que o único possível defeito de Ubatuba é não ter mulheres.*" o autor usou travessão para:
- Ligar grupos de palavras.
  - Iniciar um diálogo.
  - Destacar um aposto.
  - Destacar um adjunto adnominal explicativo.
36. Completam as lacunas abaixo, respectivamente:
- Sabiam que era para \_\_\_\_\_ providenciar o que ele \_\_\_\_\_, mas nem \_\_\_\_\_ nada.**
- Mim – solicitastes – me disseram.
  - Eu – solicitastes – me disseram.
  - Mim – solicitou – disseram-me.
  - Eu – solicitou – me disseram.

37. Indique a alternativa em que todas as palavras estão corretamente grafadas:

- a) Duquesa, coxixo, pixe, invés, magreza.
- b) Duqueza, cochicho, pixe, invés, magresa.
- c) Duquesa, cochicho, piche, invés, magreza.
- d) Duquesa, cochicho, piche, invece, magreza.

38. Leia a frase abaixo:

**Fazia de papel toda uma armada.**

Com pronomes no lugar da expressão sublinhada e o verbo no futuro do presente, a frase seria escrita da seguinte maneira:

- a) Fazer-lhe-ei de papel.
- b) Fá-la-ei de papel.
- c) Fazê-la-ei de papel.
- d) Farei-lhe de papel.

39. O verbo está conjugado de forma adequada, segundo a Norma Culta, na alternativa:

- a) Tu é o futuro do Brasil! Cante teus versos alegremente.
- b) Tu és bela! Não desperdice tua mocidade!
- c) Você é livre! Opta pelo melhor caminho!
- d) Vós sois o sal da terra! Sede felizes!

40. Leia o texto abaixo:

### Capítulo 1

*Algum tempo hesitei se devia abrir estas memórias pelo princípio ou pelo fim, isto é, se poria em primeiro lugar o meu nascimento ou a minha morte. Suposto o uso vulgar seja começar pelo nascimento, duas considerações me levaram a adotar diferente método: a primeira é que eu não sou propriamente um autor defunto, mas um defunto autor, para quem a campa foi outro berço; a segunda é que o escrito ficaria assim mais galante e mais novo. Moisés, que também contou a sua morte, não a pôs no introito, mas no cabo; diferença radical entre este livro e o Pentateuco.*

Memórias Póstumas de Brás Cubas – Machado de Assis - 1881

A estruturação dos capítulos de *Memórias Póstumas de Brás Cubas*:

- a) Estabelece uma linha cronológica em sentido inverso.
- b) Revela a preocupação do narrador em submeter constantemente a matéria narrada ao julgamento do leitor.
- c) Estabelece um padrão próprio, constituindo-se numa série de divagações sobre a impossibilidade de se organizar a narrativa.
- d) Revela os movimentos caprichosos de um narrador sem obrigações com a cronologia e a forma do romance convencional.

41. O Movimento Sionista, resultado do nacionalismo judaico, apareceu na Europa, no final do século XIX. Seus objetivos baseavam-se no estabelecimento de um Estado para os judeus. Assim, surgiu a campanha pelo retorno à "Terra Santa", através da compra de terras e acampamentos de imigrantes judeus na Palestina. Uma das consequências deste retorno foi:

- a) Conflitos com católicos nômades na região do Oriente Médio.
- b) Recepção calorosa pelos xiitas islâmicos, primeiros moradores de Jerusalém.
- c) Coabitação junto aos cristãos na periferia de Israel e ocupação lenta do sul do Iraque.
- d) Conflitos contra muçulmanos pela posse da Palestina.

42. No dia 1º de maio de 2004, ingressaram na União Europeia dez novos membros. Três deles são ex-integrantes da União Soviética. Marque a opção que apresenta estas três nações:

- a) Cazaquistão, Sérvia e Croácia.
- b) Ucrânia, Moldávia e Bulgária.
- c) Rússia, Tadjiquistão e Uzbequistão.
- d) Letônia, Estônia e Lituânia.

43. Não é indicado para diminuir os problemas climáticos e o aquecimento global:

- a) Conservar as florestas que sequestram carbono da atmosfera.
- b) Estimular práticas agropecuárias baseadas no princípio da sustentabilidade ambiental.
- c) Eliminar por completo a emissão de gases causadores do efeito estufa.
- d) Estimular o uso de fontes alternativas e renováveis de energia.

44. Leia o texto abaixo:

### Chuva Ácida

Em 1989 cientistas da Holanda noticiaram que um determinado pássaro canoro que habita as florestas daquele país estava produzindo ovos com a casca fina e porosa. Problema similar fora detectado nas décadas de 60 e 70, causado pelo inseticida DDT. Durante as investigações não foi encontrada nenhuma evidência de intoxicação. Os cientistas resolveram verificar então o suprimento de cálcio disponível para os pássaros na natureza e necessário para a formação de cascas resistentes nos ovos. Aqueles pássaros usavam normalmente como fonte de cálcio os caramujos, que constituíam componente importante na dieta. Entretanto, os caramujos tinham praticamente desaparecido das florestas.

Sem caramujos para comer, os pássaros passaram a se alimentar de sobras de alimentos de galinhas e de outros animais domésticos e sobras de piqueniques, muito comuns na Europa. A queda no conteúdo de cálcio do solo da Europa e dos Estados Unidos da América foi atribuída à ocorrência de chuva ácida.

Fonte: <http://www.cdcc.usp.br/quimica/ciencia/chuva.html>, acessado em 08 de dezembro de 2009.

Os impactos causados pela chuva ácida ultrapassam os limites regionais e nacionais. O fenômeno está relacionado principalmente com:

- A circulação do ar e o volume de óxidos de nitrogênio e enxofre na atmosfera.
- A quantidade de gases CFCs e o volume da rede hidrográfica em áreas impactadas pela atividade industrial.
- O relevo do local e o nível do lençol freático poluído com descargas de esgoto industrial.
- A contaminação de águas potáveis e o excesso de gases do efeito estufa na troposfera.

45. Dá-se o nome de hierarquia urbana à polarização que os centros urbanos exercem uns sobre os outros. Desta forma, a ideia de metrópole sugere:

- Centros regionais de pequeno porte, com pequeno raio de influência.
- Um pólo exclusivamente nacional, que orienta a economia e a política de áreas do interior do país.
- Um município onde suas influências ultrapassam seus limites territoriais.
- Regiões que orientam o desenvolvimento econômico de áreas degradadas pela exploração ambiental, através do avanço dos sistemas ferroviários e hidroviários.

46. Bete está de férias com seus sobrinhos e, para evitar problemas, ela guardou em seu armário uma garrafa cheia de licor, trancada a chave. Um de seus sobrinhos conseguiu uma cópia da chave, abriu o armário, bebeu metade do conteúdo da garrafa, completou a garrafa com água, e colocou-a no lugar. Ele deu a chave para outro sobrinho, que fez a mesma coisa. Quando Bete percebeu, já havia menos de 2% de licor na garrafa. Assim, o número mínimo de vezes que os sobrinhos de Bete beberam da garrafa é dado por:

- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

47. Aponte os dois números, respectivamente, tais que a soma do triplo do primeiro com o dobro do segundo é igual a -21, e a soma do dobro do primeiro com o triplo do segundo é 6:

- 15 e 12.
- 14 e 19.
- 19 e 14.
- 12 e 15.

48. Uma pesquisa sobre alimentação realizada recentemente mostrou os gastos de dois grupos de famílias com renda mensais bem diferentes:

- Renda até R\$ 500,00 - 36%
  - Renda maior ou igual a R\$ 6.000,00 - 9%
- Os valores em reais gastos com alimentação pela família de maior renda, em relação aos da família de menor renda, são:
- 8 vezes maiores.
  - Equivalentes.
  - Três vezes maiores.
  - Oito vezes menores.

49. Dividindo-se um polinômio  $P(x)$  por  $x^2 + 2$ , obtém-se o quociente  $x^2 - 5$  e o resto  $x + 3$ . Logo, determine  $P(x)$ :

- $P(x) = x^5 - 2x^3 + 4x + 3$ .
- $P(x) = x^4 - 3x^2 + 4x - 2$ .
- $P(x) = x^5 - 5x^3 + 2x^2 + x - 7$ .
- $P(x) = x^5 - 3x^2 + 3x - 4$ .

50. Dividir 552 em duas partes que sejam, ao mesmo tempo, diretamente proporcionais a  $\frac{2}{3}$  e  $\frac{3}{4}$ , e inversamente proporcionais a  $\frac{5}{6}$  e  $\frac{1}{2}$ , respectivamente. O maior número é:

- 224.
- 360.
- 480.
- 192.