

-- CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS --

Acerca das características das gorduras, julgue os itens a seguir.

- 51 Em geral, as gorduras ricas em ácidos graxos que apresentam cadeia de hidrocarboneto curta sem a presença de duplas ligações são líquidas à temperatura ambiente.
- 52 Os seres humanos armazenam triglicerídeos no tecido adiposo predominantemente na forma de ácidos graxos saturados, que são mais inertes e menos suscetíveis ao dano oxidativo.
- 53 O óleo de dendê é fonte dietética de gorduras saturadas, o óleo de oliva é fonte de gorduras monoinsaturadas, o óleo de girassol é fonte de gorduras poli-insaturadas da família ômega-6, e o óleo de linhaça é fonte de gorduras poli-insaturadas da família ômega-3.
- 54 Os triglicerídeos de cadeia média diferenciam-se dos triglicerídeos de cadeia longa por apresentarem maior tempo de solubilização pela bile e maior tempo de absorção pelas células intestinais.

Acerca da avaliação nutricional subjetiva global (ANSG), julgue os itens seguintes.

- 55 A ANSG é uma ferramenta integrada de avaliação nutricional que pode ser utilizada tanto para triagem de risco nutricional como para avaliação do estado nutricional.
- 56 A ANSG é uma ferramenta validada para a avaliação do estado nutricional, apresenta baixo custo e não é invasiva, o que facilita seu uso em pacientes hospitalizados e ambulatoriais.
- 57 A ANSG aborda aspectos como alterações no peso nos últimos seis meses e sintomas gastrointestinais, como diarreia e vômito, além de considerar os valores de albumina sérica para o diagnóstico nutricional.

A respeito das doenças transmitidas por alimentos (DTA), que são uma importante causa de morbidade e mortalidade em todo o mundo, julgue os itens subsequentes.

- 58 No Brasil, a maioria das DTA apresenta agentes etiológicos de origem bacteriana, mas vírus e substâncias químicas também podem causar DTA.
- 59 A cólera se caracteriza como uma doença cuja transmissão ocorre por via fecal-oral, podendo ser transmitida pelo consumo de alimentos crus ou mal cozidos de origem marinha, como mariscos e moluscos.
- 60 Os principais sintomas da salmonelose, doença causada pela bactéria *Salmonella* a partir da ingestão de alimentos contaminados, são diarreia, vômitos, febre, rigidez muscular e cansaço.

Julgue os próximos itens, à luz do novo Código de Ética do Nutricionista (Resolução CFN n.º 599/2018).

- 61 O nutricionista tem o direito de modificar a conduta profissional determinada por outro nutricionista se identificar inadequação ou omissão na conduta anterior, sem a obrigação de informar ao responsável pela conduta anterior.
- 62 O nutricionista tem o dever de divulgar resultados e técnicas que comprovem seu sucesso profissional, podendo tal divulgação ser realizada em mídias sociais.
- 63 É vedado ao nutricionista realizar consultas e prescrição nutricional em locais cuja atividade-fim seja a comercialização de alimentos, suplementos ou equipamentos ligados à área de alimentação e nutrição.
- 64 O nutricionista é o profissional capacitado para fornecer orientações sobre alimentação e saúde, o que engloba escolhas alimentares, composição corporal, atividade física e lazer.

Um paciente idoso, de 76 anos de idade, apresenta índice de massa corporal (IMC) igual a 20 kg/m², 85% de adequação da circunferência do braço (CB) e 70% de adequação da prega cutânea tricriptal (PCT); a circunferência da panturrilha (CP) foi mensurada em 28 cm.

Considerando esse caso clínico, julgue os itens que se seguem.

- 65 De acordo com os atuais critérios da Organização Mundial da Saúde, esse paciente é classificado como eutrófico pelo IMC.
- 66 A CP, parâmetro sensível para mensurar perda de massa muscular em idosos, está inadequada no caso do paciente em apreço.
- 67 Caso esse idoso esteja acamado, seu peso poderá ser estimado pela fórmula de Chumlea utilizando-se somente os dados que foram informados no caso clínico.

Um paciente portador de doença renal crônica iniciou tratamento com terapia hemodialítica (hemodiálise).

Considerando esse caso clínico, julgue os itens a seguir, acerca da dietoterapia para micronutrientes e líquidos.

- 68 A suplementação de ferro intramuscular é suficiente para evitar a anemia crônica nesse paciente e normalizar os valores de ferro sérico.
- 69 Para garantir a hidratação desse paciente, é recomendado o consumo adequado de melancia, melão e carambola, frutas ricas em água.
- 70 Para manter a fosfatemia adequada, é recomendado o maior consumo de proteínas vegetais em detrimento de proteínas de origem animal.
- 71 Para auxiliar na redução da sede e evitar excessos no consumo de líquidos, recomenda-se a redução do consumo de sódio.

Com relação à vitamina D, essencial para a homeostase da saúde óssea, julgue os itens que se seguem.

- 72** O nível sérico de vitamina D pode ser mensurado a partir do marcador 25-hidroxivitamina D (25-OHD), que reflete a síntese endógena decorrente da exposição solar e ingestão dietética, bem como a conversão de vitamina D a partir dos depósitos adiposos no fígado.
- 73** A recomendação de ingestão diária de vitamina D é de 600 unidades internacionais por dia, até os 70 anos de idade, e 800 unidades internacionais por dia a partir de 71 anos de idade, para homens e mulheres.
- 74** As principais fontes de vitamina D na alimentação são os vegetais de coloração amarela, leite e derivados do leite.

O ano de 2021 é considerado o Ano Internacional das Frutas e Vegetais. Acerca desses alimentos e de assuntos correlatos, julgue os itens a seguir.

- 75** Banana, manga e maracujá são considerados alimentos climatéricos.
- 76** O feijão é um alimento que se destaca entre os vegetais por ser rico em proteína e apresentar, especialmente, alto teor de metionina e cisteína.
- 77** No Brasil, tanto as farinhas de trigo quanto as de milho são enriquecidas com ferro e ácido fólico, como estratégia nacional de prevenção à anemia ferropriva e a patologias no tubo neural.
- 78** O raquitismo é caracterizado pela deficiência de vitamina E no organismo.
- 79** O alto teor de óleo encontrado na polpa do abacate tem sido aproveitado tanto na indústria alimentícia quanto na farmacêutica e na cosmética.

Maria, durante anamnese alimentar, foi questionada pelo nutricionista sobre a periodicidade de consumo de uma lista de alimentos. Ela relatou consumir pães e arroz diariamente, leite três vezes por semana e, nunca ou raramente, refrigerante e feijão.

Considerando a situação hipotética precedente e aspectos relacionados à avaliação do consumo alimentar, julgue os itens subsequentes.

- 80** Na avaliação do consumo alimentar, utilizar fotos de alimentos em diferentes porções é uma estratégia indicada para estimar o tamanho das porções consumidas.
- 81** A pesagem direta de alimentos, método de avaliação de consumo alimentar utilizado pelo Estudo Nacional de Despesa Familiar (ENDEF), consiste em o entrevistador pesar os alimentos consumidos pela família e os resíduos durante sete dias consecutivos.
- 82** O questionário de frequência alimentar (QFA) aplicado visa avaliar o consumo habitual de Maria.
- 83** O questionário de frequência alimentar (QFA) apresenta como vantagem uma menor subnotificação, em comparação com outros métodos.
- 84** O recordatório de 24 horas não deve ser aplicado a Maria caso ela seja analfabeta.

Considerando a produção de leite pasteurizado tipo A e a implantação das boas práticas de fabricação (BPF) no processamento de produtos de uma empresa de laticínios, julgue os itens a seguir.

- 85** Embora classificado como alimento *in natura* ou minimamente processado, o leite é considerado um alimento inflamatório e, por isso, seu consumo deve ser evitado por indivíduos com doenças inflamatórias como a obesidade.
- 86** O procedimento operacional padronizado (POP) é um sistema utilizado para garantir a inocuidade, a qualidade e a integridade dos alimentos.
- 87** Caso, durante o processo de pasteurização do leite, seja identificada, como ponto crítico de controle, a sobrevivência de taxas elevadas de microrganismos patogênicos, será correta, como medida preventiva nessa situação, a adoção do binômio tempo *versus* temperatura de 85 °C por 30 segundos, seguida de refrigeração.
- 88** A implantação das BPF e do procedimento operacional padronizado (POP) pode contribuir para o aumento da lucratividade da empresa fabricante de laticínios.

Acerca do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), julgue os itens que se seguem.

- 89** O PNAE abrange somente alunos matriculados em escolas públicas brasileiras e, por excluir os alunos da rede privada de ensino, não possui caráter universal.
- 90** O PNAE é uma estratégia que contribui para a concretização da segurança alimentar e nutricional.
- 91** Visando reduzir o número de colaboradores nas escolas no decorrer da pandemia de covid-19, os nutricionistas da alimentação escolar assumem as competências do conselho de alimentação escolar (CAE) e devem acompanhar a oferta de *kits* de alimentação aos estudantes.
- 92** Em virtude da pandemia de covid-19, foi publicada lei autorizando a distribuição de gêneros alimentícios adquiridos com recursos do PNAE aos pais ou responsáveis dos estudantes das escolas públicas da educação básica, durante o período de suspensão das aulas.
- 93** Apesar da suspensão das aulas em virtude da pandemia de covid-19, foi determinada a continuidade do fornecimento de gêneros alimentícios perecíveis às escolas públicas da educação básica, sem possibilidade de interrupção ou adiamento desse fornecimento, para o devido cumprimento da PNAE.

A respeito do planejamento das unidades de alimentação e nutrição (UAN), julgue os itens a seguir.

- 94** O planejamento do cardápio pode ser realizado pelo gerente da UAN, desde que supervisionado por nutricionista.
- 95** O número de funcionários da UAN deve ser considerado para a definição das preparações do cardápio.
- 96** Devido à necessidade de uso de agrotóxicos, a agricultura urbana é uma estratégia contrária aos princípios da segurança alimentar e nutricional sustentável.
- 97** A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) visa aprimorar as condições de alimentação e nutrição relacionadas ao Sistema Único de Saúde (SUS), por isso ela não alcança outros âmbitos de atuação do nutricionista, como escolas e UAN.

Cinco consumidores almoçaram em um serviço de alimentação e, passadas entre 2,5 horas e 4 horas, apresentaram náuseas e diarreia, sem febre. Por esse motivo, eles denunciaram o estabelecimento, que foi fiscalizado pela vigilância sanitária e autuado por apresentar as seguintes irregularidades:

- arroz, carne e maionese prontos para o consumo expostos à temperatura ambiente de 30 graus Celsius;
- ausência de sanitizante para higienização de frutas e hortaliças;
- uso de luvas descartáveis para manipular tanto saneantes quanto chapas quentes;
- reutilização de óleo de fritura, que estava armazenado de forma inadequada;
- ausência de telas milimétricas nas aberturas para o exterior, luminárias não protegidas contra explosão, frestas nas paredes e pisos;
- falta de capacitação dos manipuladores dos alimentos.

Considerando essa situação hipotética, julgue os itens a seguir.

- 98** Os sintomas descritos e as condições irregulares dos alimentos mencionados indicam que a infecção que acometeu os consumidores foi ocasionada por salmonela.
- 99** A limpeza de frutas e verduras estava inviabilizada no citado estabelecimento, por não haver sanitizante.
- 100** Para a manipulação de saneantes, é obrigatório o uso de luvas nitrílicas de cano longo.
- 101** O óleo a ser reutilizado na preparação de alimentos deve ser armazenado em recipientes tampados e protegidos da luz e, se o intervalo entre usos for superior a doze horas, o óleo deve ser armazenado em geladeira.
- 102** A capacitação dos manipuladores deve abordar higiene pessoal, manipulação higiênica dos alimentos e doenças transmitidas por alimentos.
- 103** Telas milimétricas nas aberturas para o exterior, luminárias protegidas contra explosão e piso e paredes íntegros são itens que visam auxiliar no controle de vetores de pragas urbanas.

Para o preparo de refeições oferecidas em creches, escolas de ensino fundamental e instituições de longa permanência para idosos, foram disponibilizadas as seguintes matérias-primas destinadas à composição do cardápio: arroz, feijão, carne bovina (acém), ovos, farinha de mandioca, alface, tomate, abóbora, cenoura, batata, limão, banana, laranja, leite integral, café, pão, manteiga, açúcar, óleo e temperos.

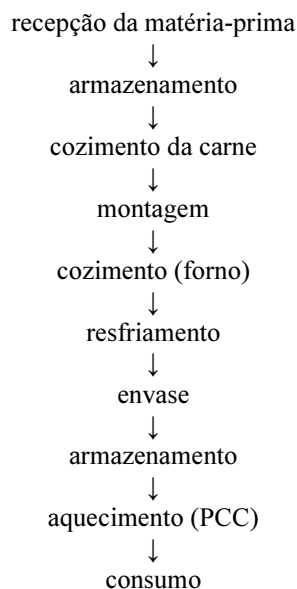
Considerando essa situação hipotética e os princípios para elaboração de um cardápio, julgue os itens subsequentes.

- 104** Na previsão de compra das matérias-primas que compõem o cardápio, é correto considerar que o índice ou fator de cocção (IC) da carne e do arroz é maior que 1.
- 105** As matérias-primas disponíveis nessa situação possibilitam a elaboração de um cardápio que contemple todos os grupos de alimentos da pirâmide alimentar.
- 106** O cardápio pode ser o mesmo para atender aos diversos públicos mencionados, desde que se alterem a forma de pré-preparo e o preparo dos alimentos, obtendo-se diversas formas de apresentação e consistência.
- 107** O indicador de parte comestível (IPC), também denominado de fator de correção (FC), a ser utilizado para a aquisição das frutas, das hortaliças e dos legumes independe da forma como esses alimentos serão preparados e servidos.
- 108** O arroz e o feijão compõem a base da pirâmide alimentar.
- 109** O processo de caramelização do açúcar pode ser executado para obtenção de doce de banana e como método de conservação dessa fruta, aumentando sua vida de prateleira.

Com relação aos processos e métodos de cocção, julgue os itens que se seguem.

- 110** O calor úmido é indicado para cortes de carne que contenham mais tecido conjuntivo e fibras musculares mais grossas, como é o caso da paleta, do acém, da fraldinha, do peito, da capa de filé e do músculo, por exemplo.
- 111** O mingau de amido de milho é obtido pelo processo de gelatinização, que, nesse caso, ocorre quando o amido é submetido ao aquecimento em meio seco.
- 112** A única leguminosa que pode ser submetida ao calor seco é o amendoim, devido ao seu alto teor de gorduras.
- 113** A reação de Maillard é o escurecimento enzimático que ocorre quando a carne é submetida ao calor seco (processo de grelhar).
- 114** A gema de ovo é utilizada no preparo de várias emulsões, por ser rica em lecitina, agente emulsificador constituído por uma extremidade atraída pela água (extremidade polar) e por uma extremidade atraída pelo óleo (extremidade apolar).

O fluxograma a seguir refere-se à produção de lasanha preparada com massa seca, carne moída, molho de tomate, fatias de presunto e queijo. O produto é destinado ao consumo em cozinha institucional.



Considerando o fluxograma e as informações apresentadas, bem como as normas de boas práticas de manipulação de alimentos, julgue os itens a seguir.

- 115** Para a produção da lasanha, pode ser adquirida carne previamente moída que tenha sido manipulada e embalada em ambiente climatizado.
- 116** A etapa de resfriamento pode ser realizada de forma lenta, a temperatura ambiente, pois possíveis multiplicações bacterianas serão eliminadas na fase de cozimento.
- 117** A etapa de aquecimento é um ponto crítico de controle, e o limite crítico a ser considerado é a temperatura mínima de 74 graus Celsius no centro geométrico.
- 118** Nas fases de montagem e envase, pode ocorrer contaminação cruzada decorrente de práticas inadequadas de manipuladores não capacitados.
- 119** A lasanha deve ser exposta ao consumo à temperatura de, no mínimo, 50 graus Celsius, pelo tempo máximo de quatro horas.
- 120** A atividade de água na massa para lasanha utilizada na situação em questão é alta, o que pode apresentar risco biológico na recepção.