

EDITAL Nº 001/2025 DO CONCURSO  
PÚBLICO UNIFICADO PARA O MUNICÍPIO DE  
CRAÍBAS (AL)

MUNICÍPIO DE CRAÍBAS (AL)

PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TARDE

Atenção: Fraudar ou tentar fraudar Concursos Públicos é Crime previsto no art. 311-A do Código Penal.

**ORIENTAÇÕES IMPORTANTES AO CANDIDATO:**

**1. Conferência de documentos:**

- ✓ Verifique seu nome, número do documento e número de inscrição em todos os materiais entregues.
- ✓ Confira o Caderno de Questões quanto a falhas de impressão ou numeração.

**2. Cumprimento das normas:**

- ✓ O descumprimento de qualquer regra constante no Edital, Caderno de Questões ou Folha de Respostas poderá acarretar a eliminação do candidato.

**3. Folha de Respostas:**

- ✓ É o único documento válido para avaliação.
- ✓ Preencha corretamente o campo da assinatura.
- ✓ Assinale apenas uma alternativa por item.
- ✓ Utilize apenas caneta esferográfica azul ou preta.
- ✓ Devolva a Folha de Respostas preenchida e assinada ao fiscal.

**4. Divulgação de provas e gabaritos:**

- ✓ Estarão disponíveis no site do Instituto IGEDUC ([www.igeduc.org.br](http://www.igeduc.org.br)), conforme o Edital.

**5. Condutas proibidas:**

- ✓ Manusear o Caderno de Questões antes do horário oficial.
- ✓ Comunicar-se com outros candidatos durante a prova.
- ✓ Usar aparelhos eletrônicos de qualquer tipo.
- ✓ Anotar o gabarito fora da Folha de Respostas.

**6. Exceto quando o enunciado da questão determinar o contrário, considere as seguintes regras:**

- ✓ As questões de Língua Portuguesa devem ser respondidas conforme a norma culta vigente à época da aplicação da prova; as de informática, com base na versão mais atualizada dos softwares mencionados na mesma data; e as de legislação, considerando a versão vigente e mais atual de cada lei.



## CONHECIMENTOS GERAIS

O texto seguinte servirá de base para responder às questões de 1 a 5.

### O ciclone de "altíssimo risco" que se aproxima do sul do Brasil

Um ciclone extratropical classificado pela MetSul como poderoso e incomum deve atingir, nos próximos dias, estados das regiões Sul, Centro-Oeste e Sudeste, em um cenário de elevado perigo. Desde esta segunda-feira, há risco de tempestades e vendavais com potencial para danos, com rajadas acima de 100 km/h, especialmente no litoral e em áreas serranas do Sul.

O Rio Grande do Sul está em situação de altíssimo risco, com previsão de temporais, chuvas excessivas e ventos intensos por trinta e seis horas. Na noite de segunda-feira, os acumulados ultrapassaram cento e cinquenta milímetros em alguns pontos, superando a média de todo o mês de dezembro em poucas horas. A sequência de dias críticos deve se estender até quinta-feira, quando o ciclone começará a se afastar.

Meteorologistas explicam que o fenômeno é incomum pela época do ano, pela formação sobre o continente, pela trajetória irregular e pela pressão atmosférica excepcionalmente baixa, fator que intensifica os ventos e as nuvens carregadas. Para Luiz Fernando Nachtigall, da UFPEL, em uma atmosfera aquecida, essa combinação representa risco extremo, com possibilidade de valores comparáveis aos do furacão Catarina, em 2004.

A formação ocorre a partir da intensificação de uma baixa pressão entre o sul do Paraguai, o nordeste da Argentina e o Rio Grande do Sul. O sistema atravessa o estado na terça-feira, com reflexos também em Santa Catarina, Paraná, Mato Grosso do Sul, São Paulo e parte de Minas Gerais. Virá acompanhado de frente fria e temporais isolados, com previsão de até cem milímetros de chuva em vinte e quatro horas no leste de Santa Catarina e do Rio Grande do Sul.

Na quarta-feira, o ciclone estará em alto-mar, no Oceano Atlântico, quando são esperadas rajadas intensas. Em São Paulo, os ventos podem alcançar 90 km/h. Há risco de destelhamentos, queda de postes e interrupções no fornecimento de energia. Meteorologistas orientam que a população siga as recomendações da Defesa Civil e fique atenta aos alertas.

<https://www.bbc.com/portuguese/articles/cjezdv4zlyxo>. adaptado.

#### Questão 01

A formação ocorre a partir da intensificação de uma baixa pressão entre o sul do Paraguai, o nordeste da Argentina e o Rio Grande do Sul.

Sintaticamente, o período classifica-se como

- (A) período simples, constituído por uma única oração estruturada em torno do verbo ocorre.

- (B) período composto por coordenação, organizado por duas orações independentes unidas por relação aditiva.
- (C) período composto por subordinação adverbial, em que a segunda oração indica circunstância de causa.
- (D) período composto por subordinação substantiva, funcionando como complemento do verbo principal.

#### Questão 02

Na quarta-feira, o ciclone estará em "alto-mar", no Oceano Atlântico, quando são esperadas rajadas intensas.

Em relação à classificação de palavra do termo destacado, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) locução adverbial de lugar formada por preposição e substantivo simples.
- (B) adjetivo composto formado pelos elementos "alto" + "mar", ambos empregados com valor qualificativo do termo "ciclone".
- (C) substantivo composto formado por adjetivo + substantivo.
- (D) locução interjetiva formada por dois adjetivo e substantivo coletivo.

#### Questão 03

O texto aborda um fenômeno meteorológico de grande intensidade que afeta diferentes regiões do país, destacando tanto suas características físicas quanto seus impactos potenciais sobre a população e a infraestrutura.

De acordo com o texto-base, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) O ciclone apresenta risco restrito às áreas de litoral do Rio Grande do Sul, sem possibilidade de atingir outros estados brasileiros, à exceção da região Sul e toda Minas Gerais na parte oeste.
- (B) Os ventos associados ao ciclone mantêm intensidade moderada e não provocam riscos significativos à rede elétrica urbana, com ventos a quase 100 km/s e interrupções de energia elétrica parcial.
- (C) O ciclone extratropical representa alto risco principalmente para o Rio Grande do Sul, com previsão de temporais, chuvas intensas e ventos fortes por várias horas consecutivas.
- (D) A formação do ciclone decorre do aquecimento do Oceano Atlântico e tem deslocamento marítimo desde sua origem, a partir de uma alta pressão atmosférica advinda do norte do Paraguai.

#### Questão 04

Desde esta segunda-feira, há risco de tempestades e vendavais com potencial para danos.

Em relação à análise sintática do período, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) Trata-se de uma oração sem sujeito, com verbo impessoal, sendo toda a frase classificada como predicado verbal.
- (B) O termo "Desde esta segunda-feira" exerce a função de adjunto adnominal do núcleo "risco".
- (C) O verbo "há" apresenta sujeito indeterminado, exigindo complemento nominal para completar seu sentido.
- (D) A expressão "risco de tempestades e vendavais com potencial para danos" exerce a função de sujeito simples da oração.

### Questão 05

A sequência de dias críticos deve se estender até quinta-feira, quando o ciclone começará a se afastar.

De acordo com os mecanismos de coesão textual empregados no período, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) A expressão "a sequência de dias críticos" estabelece coesão por correferência pronominal com "o ciclone", pois os termos designam referentes iguais, indicando período de estabilidade.
- (B) O termo "até" promove coesão por substituição, pois retoma o afastamento do ciclone por meio de valor adversativo, expressão comum que funciona em vários contextos anafóricos.
- (C) O termo "quando" estabelece uma relação de coesão temporal, ligando o limite da duração dos dias críticos ao momento em que se inicia o afastamento do ciclone.
- (D) A expressão "deve se estender" garante a coesão por elipse verbal, pois omite o sujeito do segundo segmento do período, criando uma supressão morfossintática característica desse tipo de escrita.

### Questão 06

Para garantir a confidencialidade e a integridade dos dados trocados entre o seu navegador e um site (especialmente em lojas virtuais e internet banking), é utilizado um protocolo de segurança que criptografa a comunicação. A presença desse protocolo é geralmente indicada por um ícone de cadeado na barra de endereço e pelo endereço do site começando com "https". Qual protocolo é responsável por essa camada de segurança?

- (A) HTTPS.
- (B) HTTP.
- (C) SMTP.
- (D) FTP.

### Questão 07

Senhas e autenticação segura são pilares fundamentais da segurança online. Compreender as melhores práticas para criar e gerenciar senhas é essencial para proteger contas e dados pessoais.

Julgue os itens abaixo como Verdadeiro (V) ou Falso (F)

sobre senhas e autenticação segura:

( ) Senhas fortes devem ser curtas e fáceis de lembrar, como "123456" ou a data de nascimento.

( ) A autenticação de dois fatores (2FA) adiciona uma camada extra de segurança, exigindo uma segunda forma de verificação além da senha (como um código enviado para o celular).

( ) É uma boa prática de segurança usar a mesma senha para todos os serviços online, para facilitar a memorização.

( ) Clicar em "lembrar minha senha" em computadores públicos ou compartilhados é uma prática segura.

A sequência correta é:

- (A) F, F, V, V.
- (B) V, F, V, F.
- (C) F, V, F, F.
- (D) V, V, F, V.

### Questão 08

Ao criar uma planilha, um usuário precisa garantir que os títulos de sua tabela permaneçam visíveis enquanto ele rola para baixo para ver os dados. Além disso, ele quer formatar os números como moeda. Essas são funcionalidades importantes para melhorar a usabilidade e a apresentação dos dados.

Analise as seguintes afirmações:

I. O recurso "Congelar Painéis" permite que o usuário bloqueie linhas e/ou colunas para que fiquem sempre visíveis na tela.

II. Para formatar um número como moeda, o usuário deve selecionar a célula e aplicar o formato "Moeda" ou "Contábil" na guia "Página Inicial".

III. A impressão de uma planilha sempre inclui as linhas de grade por padrão, não sendo possível removê-las.

Está CORRETO o que se afirma em:

- (A) I e III, apenas.
- (B) II e III, apenas.
- (C) I e II, apenas.
- (D) I, apenas.

### Questão 09

No ambiente Windows, existe uma ferramenta central para gerenciar arquivos e pastas. Através dela, o usuário pode copiar, mover, renomear e excluir arquivos, além de navegar pela estrutura de diretórios do computador e de unidades de rede. Essa ferramenta é essencial para o gerenciamento eficiente de dados.

Qual é o nome dessa ferramenta?

- (A) Painel de Controle.
- (B) Gerenciador de Tarefas.
- (C) Prompt de Comando.

(D) Explorador de Arquivos.

### Questão 10

Um usuário precisa formatar seu trabalho acadêmico de acordo com as normas da ABNT, o que exige a criação de um sumário automático que liste os títulos e as respectivas páginas. Para que isso funcione corretamente, ele precisa primeiro aplicar estilos específicos aos títulos e subtítulos do seu documento.

Qual recurso do Microsoft Word permite a criação de um sumário automático baseado nos títulos do texto?

- (A) Inserir Legenda.
- (B) Mala Direta.
- (C) Inserir Instantâneo.
- (D) Estilos de Título.

### Questão 11

Durante um curso de formação, servidores públicos foram convidados a analisar os fundamentos e direitos constitucionais aplicáveis à atuação estatal. O instrutor solicitou que cada participante identificasse princípios e garantias essenciais ao Estado Democrático de Direito, especialmente aqueles previstos nos arts. 1º ao 5º da Constituição Federal de 1988. Considerando exclusivamente o texto constitucional (sem uso de doutrina ou jurisprudência), avalie as proposições:

I. O art. 1º estabelece como fundamento da República a cidadania, entre outros valores, reconhecendo-a como elemento estruturante do regime democrático.

II. O art. 3º define como um dos objetivos fundamentais da República promover o bem de todos, sem preconceitos de origem, raça, sexo, cor, idade e quaisquer outras formas de discriminação.

III. O art. 5º assegura a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança e à propriedade, incorporando garantias individuais e coletivas.

Assinale a alternativa CORRETA.

- (A) Apenas as proposições I e III estão corretas.
- (B) I, II e III estão corretos.
- (C) Apenas a proposição II está correta.
- (D) Apenas as proposições I e II estão corretas.

### Questão 12

Uma autarquia federal instaurou processo administrativo para apurar a conduta de uma analista que, embora não tenha causado prejuízo financeiro direto, omitiu deliberadamente informações relevantes sobre a execução de um contrato, comprometendo a confiança da chefia e gerando dificuldades na tomada de decisões. Ao analisar a situação, a comissão questionou quais valores éticos deveriam orientar a atuação da servidora, segundo o Decreto Federal nº 1.171/1994. Considerando exclusivamente o referido decreto, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) A conduta não configura violação ética, pois o decreto trata apenas de comportamentos que gerem dano financeiro ao erário.
- (B) A conduta viola os deveres de boa-fé, lealdade, lealdade às instituições e probidade, que impõem ao servidor transparência e veracidade nas informações prestadas.
- (C) A omissão de informações somente é vedada quando expressamente prevista em legislação específica, não podendo ser enquadrada no Código de Ética.
- (D) A responsabilidade ética depende de comprovação de intenção de causar enriquecimento ilícito próprio ou de terceiros.

### Questão 13

Em uma auditoria interna, servidores recém-empossados foram avaliados quanto ao conhecimento mínimo do Decreto Federal nº 1.171/1994. O avaliador apresentou as seguintes afirmações sobre deveres éticos básicos do agente público, solicitando que marcassem (V) para verdadeira e (F) para falsa:

(\_\_ ) O servidor deve desempenhar seu trabalho com rapidez, perfeição e rendimento, buscando a melhor utilização dos recursos públicos.

(\_\_ ) É vedado ao servidor opor resistência injustificada ao andamento de processos ou à execução de serviços.

(\_\_ ) O servidor pode omitir informação necessária ao usuário, desde que não haja prejuízo imediato ao serviço público.

Com base exclusivamente no referido decreto, assinale a alternativa CORRETA que corresponda à sequência disposta "de cima para baixo".

- (A) F, V, F.
- (B) V, V, V.
- (C) V, F, F.
- (D) V, V, F.

### Questão 14

Em uma secretaria municipal, Jonas, servidor público de nível superior, foi designado para avaliar propostas de fornecedores para aquisição de equipamentos. Durante a análise, percebeu que um dos proponentes era proprietário de uma empresa administrada por seu cunhado. Apesar de a legislação não proibir expressamente a participação, Jonas reconheceu que sua atuação direta comprometeria a confiança no processo e comunicou de imediato a situação à chefia. Com base exclusivamente nas diretrizes contidas no Decreto Federal nº 1.171/1994 (Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal), assinale a alternativa CORRETA.

- (A) Ao contrário do que fez Jonas, o servidor deve atuar normalmente, pois o Código de Ética não prevê dever de comunicação prévia de potenciais conflitos.

- (B) A comunicação da situação configura excesso de zelo, visto que parentesco por afinidade de segundo grau não é tratado pelo Decreto Federal nº 1.171/1994 como risco ético relevante.
- (C) A conduta de Jonas está alinhada ao dever ético de evitar situações que possam gerar conflito de interesses ou comprometer a honra e o decoro das funções públicas.
- (D) Jonas somente deveria comunicar o fato se houvesse previsão legal expressa de impedimento em lei formal específica que tratasse da licitação pública.

### Questão 15

Em um processo de capacitação para gestores públicos, foi solicitado aos participantes que associassem princípios constitucionais a seus respectivos conteúdos. O exercício envolvia fundamentos e objetivos que orientam a atuação estatal conforme os arts. 1º a 4º da Constituição Federal de 1988.

Coluna I – Princípio

1. Soberania.
2. Valores sociais do trabalho.
3. Prevalência dos direitos humanos.
4. Objetivo de construção de sociedade livre, justa e solidária.

Coluna II – Conteúdo

- ( ) Objetivo fundamental da República.
- ( ) Fundamento da República.
- ( ) Princípio de regência das relações internacionais.
- ( ) Fundamento da República.

Com base exclusivamente no texto constitucional, assinale a alternativa que correlaciona CORRETAMENTE as colunas dispostas "de cima para baixo"..

- (A) 4 – 1 – 2 – 3.
- (B) 2 – 4 – 1 – 3.
- (C) 4 – 2 – 3 – 1.
- (D) 1 – 2 – 3 – 4.

## CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

### Questão 16

A contração muscular esquelética depende do ciclo de pontes cruzadas e da disponibilidade de cálcio intracelular. Assinale a alternativa CORRETA sobre os eventos moleculares que ocorrem durante o acoplamento excitação-contração e o relaxamento.

- (A) O potencial de ação ativa os túbulos T, promovendo a liberação de cálcio do retículo sarcoplasmático, que se liga à troponina, desloca a tropomiosina e permite a ligação da miosina à actina.

- (B) A hidrólise do ATP na cabeça da miosina é responsável pelo "golpe de força" (power stroke), enquanto a ligação de uma nova molécula de ATP é necessária para fixar a cabeça da miosina na actina permanentemente.
- (C) O cálcio é liberado diretamente do meio extracelular para o sarcoplasma através da bomba de sódio-potássio, ligando-se à miosina quinase para iniciar a contração das fibras lentas.
- (D) O relaxamento muscular ocorre passivamente quando o ATP se esgota, permitindo que o cálcio permaneça ligado à troponina e mantenha a ponte cruzada em estado de rigor até que novo estímulo nervoso ocorra.

### Questão 17

Nos esportes coletivos intermitentes de alta intensidade, como o futebol e o handebol, a demanda bioenergética é complexa. Assinale a alternativa CORRETA sobre a interação dos sistemas energéticos nessas modalidades.

- (A) Nos esportes coletivos, a via aeróbia sustenta a partida e a recuperação, enquanto as ações decisivas dependem do sistema ATP-CP e da glicólise anaeróbia.
- (B) O futebol é um esporte puramente aeróbio, pois dura 90 minutos, sendo irrelevante o treinamento de potência anaeróbia ou velocidade para os jogadores de linha.
- (C) Durante uma partida de handebol, o lactato nunca se acumula, pois as pausas no jogo permitem a recuperação completa instantânea, mantendo o metabolismo sempre alático.
- (D) A principal fonte de energia para um goleiro durante o jogo é a oxidação de gorduras (lipólise), devido à sua movimentação constante e de baixa intensidade em toda a quadra.

### Questão 18

As diretrizes do Colégio Americano de Medicina do Esporte (ACSM) para a triagem pré-participação foram atualizadas para reduzir barreiras desnecessárias à prática de atividade física. Assinale a alternativa CORRETA sobre o algoritmo de triagem atual.

- (A) A realização de teste ergométrico máximo com médico é obrigatória para todos os indivíduos sedentários antes de iniciar qualquer programa de caminhada leve, independentemente de serem assintomáticos.
- (B) Indivíduos sintomáticos (dor no peito, dispneia) podem iniciar exercícios de alta intensidade imediatamente, desde que assinem um termo de isenção de responsabilidade, pois o exercício cura a angina.
- (C) A triagem considera o nível de atividade física, a presença de sintomas ou doenças e a intensidade do exercício pretendida, não exigindo liberação médica automática para todos.

(D) A triagem deve focar exclusivamente nos fatores de risco coronariano (colesterol, tabagismo, histórico familiar), exigindo liberação médica se o indivíduo tiver 1 ou mais fatores de risco, mesmo que seja assintomático e ativo.

### Questão 19

A periodização organiza o treinamento em estruturas temporais para otimizar adaptações e evitar o overtraining. Acerca dos modelos de periodização, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

(\_\_\_) O Modelo Clássico (Matveev) caracteriza-se por uma relação inversa entre volume e intensidade: inicia-se com alto volume e baixa intensidade na fase preparatória geral, evoluindo para baixo volume e alta intensidade na fase competitiva.

(\_\_\_) A Periodização em Blocos (Verkhoshansky/Issurin) propõe o desenvolvimento sequencial de capacidades motoras em blocos concentrados (Acumulação, Transmutação, Realização), sendo mais indicada para atletas de elite que necessitam de múltiplos picos de performance ou que não sustentam adaptações mistas simultâneas.

(\_\_\_) A Periodização Ondulatória diária varia o volume e a intensidade a cada sessão de treino (ex: treino de força na segunda, hipertrofia na quarta, resistência na sexta), evitando a monotonia de cargas constantes.

(\_\_\_) O macrociclo deve ser composto sempre por apenas um mesociclo de 4 semanas, independentemente do calendário competitivo, pois a fisiologia humana reseta as adaptações a cada mês.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, V, V, F.
- (B) V, F, V, F.
- (C) V, V, F, V.
- (D) F, V, F, V.

### Questão 20

O desenvolvimento motor é um processo sequencial e contínuo, influenciado por fatores biológicos e ambientais. Acerca das fases do desenvolvimento motor segundo o modelo de Gallahue, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

(\_\_\_) A fase de movimentos fundamentais (2 a 7 anos) é caracterizada pela exploração e experimentação das capacidades motoras do corpo, sendo subdividida nos estágios inicial, elementar e maduro, onde a criança adquire proficiência em habilidades como correr, saltar e arremessar.

(\_\_\_) A fase de movimentos reflexos ocorre intraútero e nos primeiros meses de vida, sendo composta por movimentos involuntários controlados subcorticalmente que servem para proteção, nutrição e coleta de informações.

(\_\_\_) O estágio especializado da fase de movimentos fundamentais ocorre na adolescência, quando o indivíduo refina as habilidades motoras para a prática esportiva de alto rendimento competitiva.

(\_\_\_) A barreira de proficiência ocorre entre a fase de movimentos fundamentais e a fase de movimentos especializados, indicando que falhas no desenvolvimento de padrões maduros na infância podem dificultar a aquisição de habilidades complexas posteriormente.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) F, V, V, F.
- (B) V, V, V, F.
- (C) V, F, F, V.
- (D) V, V, F, V.

### Questão 21

O déficit de oxigênio e o consumo excessivo de oxigênio pós-exercício (EPOC) são fenômenos bioenergéticos fundamentais. Analise as afirmativas a seguir:

I. O déficit de oxigênio representa a diferença entre a demanda de oxigênio necessária para uma determinada intensidade de exercício e o oxigênio efetivamente consumido no início da atividade, sendo suprido pelos sistemas anaeróbios (ATP-CP e glicólise).

II. O EPOC possui um componente rápido (restauração dos estoques de ATP-CP e oximioglobina) e um componente lento (remoção de lactato, termorregulação, aumento da frequência cardíaca e ventilação residual).

III. Indivíduos treinados (atletas de endurance) apresentam um déficit de oxigênio maior e um EPOC menor em comparação a sedentários na mesma carga absoluta de trabalho, pois demoram mais para ativar o metabolismo aeróbio.

Está correto o que se afirma em:

- (A) I e III apenas.
- (B) I, II e III.
- (C) II e III apenas.
- (D) I e II apenas.

### Questão 22

A intervenção do Profissional de Educação Física na área da saúde transcende a mera aplicação de exercícios, fundamentando-se em princípios éticos e bioéticos que regem a conduta profissional e a responsabilidade social. Considerando o Código de Ética do Profissional de Educação Física (CONFEF) e os princípios da bioética, assinale a alternativa CORRETA sobre a atuação técnica.

- (A) O princípio da Autonomia permite que o profissional imponha qualquer tipo de treinamento ao aluno, desde que ele assine um termo de responsabilidade, isentando o profissional de qualquer culpa em caso de lesão.
- (B) O objetivo primordial da Educação Física na saúde é a estética corporal e a hipertrofia muscular máxima, devendo o profissional priorizar o uso de suplementos e recursos ergogênicos para atingir resultados rápidos, independentemente dos riscos à saúde a longo prazo.
- (C) O princípio da Beneficência impõe ao profissional o dever de agir sempre em prol do bem-estar do beneficiário, maximizando os benefícios e minimizando os riscos das intervenções, o que exige atualização técnico-científica contínua para prescrever exercícios baseados em evidências e não em empirismo ou modismos.
- (D) A atuação na área da saúde dispensa o registro no Conselho Regional de Educação Física (CREF), visto que o profissional trabalha em equipes multidisciplinares sob a supervisão de médicos ou fisioterapeutas.

### Questão 23

A Teoria do Esquema (Schema Theory), proposta por Richard Schmidt, e a Teoria dos Sistemas Dinâmicos oferecem explicações distintas para o controle motor. Analise as afirmativas a seguir sobre essas teorias:

I. A Teoria do Esquema baseia-se no conceito de Programa Motor Generalizado (PMG), uma estrutura de memória abstrata que armazena as características invariantes de uma classe de movimentos (como a ordem dos eventos e o tempo relativo), exigindo parâmetros específicos (como força e duração total) para a execução.

II. A Teoria dos Sistemas Dinâmicos rejeita a ideia de um controlador central hierárquico (como o PMG), propondo que o movimento emerge da auto-organização espontânea dos graus de liberdade do sistema em resposta às restrições (constraints) do organismo, do ambiente e da tarefa.

III. O problema dos graus de liberdade, formulado por Bernstein, é resolvido na Teoria do Esquema através do congelamento rígido das articulações, impedindo qualquer variabilidade ou adaptação durante a execução de habilidades motoras complexas.

Está correto o que se afirma em:

- (A) I, II e III.
- (B) I e III apenas.
- (C) II e III apenas.
- (D) I e II apenas.

### Questão 24

O "Conceito de Crossover" (Crossover Concept) descreve a interação entre a intensidade do exercício e a

utilização de substratos energéticos. Assinale a alternativa CORRETA sobre esse fenômeno metabólico.

- (A) Em exercícios de baixa intensidade (< 30% do VO<sub>2</sub>máx), a principal fonte de energia é o glicogênio muscular, enquanto a gordura plasmática é preservada para intensidades extremas.
- (B) O treinamento de endurance desloca o ponto de crossover para a esquerda, fazendo com que o atleta utilize mais carboidratos em intensidades leves, poupando gordura para o sprint final.
- (C) Com o aumento da intensidade do exercício, há maior utilização de carboidratos e menor oxidação de gorduras, caracterizando o ponto de crossover.
- (D) O ponto de crossover ocorre quando o corpo para de usar glicose e passa a usar exclusivamente proteínas como fonte de energia, o que acontece geralmente após 10 minutos de caminhada leve.

### Questão 25

A epidemiologia da atividade física utiliza conceitos como "Comportamento Sedentário" e "Inatividade Física", que não são sinônimos. Assinale a alternativa CORRETA que distingue esses conceitos e seus riscos.

- (A) Comportamento Sedentário refere-se apenas ao sono, pois é o único momento em que o gasto energético é baixo, devendo ser combatido dormindo-se menos horas.
- (B) Inatividade Física é ficar deitado o dia todo, enquanto Comportamento Sedentário é fazer exercícios leves como caminhada lenta, que não geram suor.
- (C) Uma pessoa que corre 30 minutos todos os dias pela manhã não pode ser considerada sedentária, mesmo que passe as outras 15 horas do dia sentada no escritório e no sofá, pois o exercício elimina os riscos do tempo sentado.
- (D) Inatividade física é não cumprir as recomendações mínimas de exercício, enquanto comportamento sedentário envolve permanecer sentado ou reclinado com baixo gasto energético; ambos configuram riscos independentes à saúde.

### Questão 26

O Princípio da Especificidade (Princípio SAID - Specific Adaptation to Imposed Demands) é determinante para a transferência dos ganhos de treinamento para a performance real. Assinale a alternativa CORRETA sobre sua aplicação.

- (A) A especificidade metabólica implica que treinos de sprints de 10 segundos (anaeróbio alático) são a melhor estratégia para preparar um maratonista para os 42km, pois aumentam a potência muscular.
- (B) Para melhorar a performance na natação, o atleta deve treinar exclusivamente corrida na areia fofa, pois isso gera uma sobrecarga geral que se transfere integralmente para a água.

- (C) As adaptações ao treinamento são específicas ao estímulo aplicado, envolvendo músculos, sistema energético, tipo e velocidade do movimento, o que limita a transferência direta entre modalidades diferentes.
- (D) O princípio da especificidade sugere que o treinamento deve ser sempre genérico e abrangente, pois treinar força no braço aumenta automaticamente a força na perna devido à irradiação neural sistêmica.

### Questão 27

Durante o exercício físico incremental, a ventilação pulmonar aumenta de forma desproporcional ao consumo de oxigênio em determinados momentos, marcando os limiares ventilatórios. Assinale a alternativa CORRETA sobre o segundo limiar ventilatório (LV2) ou Ponto de Compensação Respiratória.

- (A) No LV2, ocorre uma diminuição abrupta da frequência respiratória devido à fadiga dos músculos diafragmáticos, levando à hipoventilação e acidose respiratória.
- (B) O LV2 é controlado exclusivamente pelos hormônios tireoidianos, não tendo relação com o equilíbrio ácido-base ou com a produção de CO<sub>2</sub>.
- (C) O LV2 ocorre em intensidades elevadas e está associado à acidose metabólica, que estimula a hiperventilação e provoca queda da pressão arterial de CO<sub>2</sub>.
- (D) O LV2 corresponde ao início do acúmulo de lactato no sangue (cerca de 2 mmol/L), onde a ventilação aumenta linearmente com o consumo de oxigênio, sem alteração do pH sanguíneo.

### Questão 28

O exercício físico crônico promove adaptações morfofuncionais no sistema cardiovascular, conhecidas como "coração de atleta". Acerca dessas adaptações, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

- (\_\_\_) O treinamento de resistência aeróbia (endurance) induz uma hipertrofia cardíaca excêntrica, caracterizada pelo aumento do volume da câmara ventricular esquerda e da espessura da parede proporcional, visando aumentar o volume sistólico e o débito cardíaco máximo.
- (\_\_\_) O treinamento de força de alta intensidade (resistido) tende a promover uma hipertrofia cardíaca concêntrica leve a moderada, com aumento da espessura da parede ventricular sem aumento significativo do volume da câmara, em resposta à sobrecarga de pressão (pós-carga) durante o exercício.
- (\_\_\_) A bradicardia de repouso observada em atletas de endurance é causada exclusivamente pela redução patológica da contratilidade miocárdica, indicando insuficiência cardíaca incipiente.
- (\_\_\_) A angiogênese capilar no miocárdio e no músculo esquelético é uma adaptação crônica que melhora a perfusão tecidual, a extração de oxigênio e a remoção de

metabólitos.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, V, F, V.  
(B) V, F, V, F.  
(C) F, F, V, V.  
(D) V, V, V, F.

### Questão 29

O Ciclo Alongamento-Encurtamento (CAE) é a base fisiológica do treinamento pliométrico, visando o desenvolvimento da potência muscular. Analise as afirmativas a seguir sobre os mecanismos do CAE:

I. O CAE envolve uma fase excêntrica rápida (pré-alongamento), seguida de uma fase de amortização (transição) curta e uma fase concêntrica explosiva, utilizando a energia elástica armazenada nos componentes elásticos em série e o reflexo miotático (fuso muscular) para potencializar a força.

II. A fase de amortização deve ser a mais longa possível para garantir que toda a energia elástica seja dissipada em forma de calor, prevenindo lesões tendíneas durante o salto.

III. O reflexo miotático, ativado pelo estiramento rápido do fuso muscular na fase excêntrica, recruta unidades motoras adicionais na fase concêntrica subsequente, aumentando a produção de força voluntária.

Está correto o que se afirma em:

- (A) I e II apenas.  
(B) II apenas.  
(C) I e III apenas.  
(D) I, II e III.

### Questão 30

No contexto da promoção da saúde, a distinção entre atividade física e exercício físico é crucial para a prescrição adequada e a avaliação epidemiológica. Assinale a alternativa CORRETA que estabelece essa diferenciação conceitual e suas implicações.

- (A) Os termos são sinônimos absolutos e intercambiáveis na literatura científica, não havendo diferença prática entre caminhar para o trabalho e realizar um treino intervalado de alta intensidade.
- (B) Atividade física é qualquer movimento corporal com gasto energético acima do repouso, enquanto o exercício físico é planejado, estruturado e repetitivo, com finalidade de melhorar a aptidão física.
- (C) A atividade física não gera benefícios para a saúde cardiovascular, pois não possui intensidade suficiente para estimular o miocárdio, sendo o exercício físico anaeróbio a única forma eficaz de prevenção de doenças.

- (D) Exercício físico refere-se apenas a esportes competitivos de alto rendimento, enquanto atividade física engloba as práticas realizadas em academias de ginástica sob supervisão profissional.

### Questão 31

O gerenciamento de Resíduos de Serviços de Saúde (RSS) é crucial para a biossegurança e proteção ambiental. Analise as afirmativas a seguir sobre a segregação dos resíduos:

I. O Grupo A (Resíduos Biológicos) engloba materiais com possível presença de agentes biológicos que podem apresentar risco de infecção, devendo ser descartados em sacos brancos leitosos com o símbolo de risco infectante.

II. O Grupo E (Materiais Perfurocortantes) deve ser descartado em recipientes rígidos, estanques e resistentes a pontura e ruptura, identificados com o símbolo de risco biológico.

III. Os resíduos do Grupo D (Resíduos Comuns), como papel de escritório e restos de alimentos não provenientes de áreas de isolamento, devem ser descartados em sacos vermelhos destinados a resíduos químicos perigosos.

Está correto o que se afirma em:

- (A) I e II apenas.  
(B) I e III apenas.  
(C) I, II e III.  
(D) II apenas.

### Questão 32

A Lei 8.080/90 define em seu Artigo 5º os objetivos do Sistema Único de Saúde (SUS). Assinale a alternativa que apresenta um desses objetivos CORRETA.

- (A) A promoção da saúde por meio exclusivo da ampliação do acesso a planos de saúde privados subsidiados com recursos públicos, transferindo progressivamente ao mercado a responsabilidade pela assistência à população e diminuindo a atuação direta do Estado.
- (B) O controle das doenças apenas quando estas atingem níveis epidêmicos ou pandêmicos, não cabendo ao SUS desenvolver ações permanentes de promoção da saúde, prevenção de agravos, vigilância epidemiológica ou vigilância sanitária em períodos considerados de normalidade.
- (C) A centralização da assistência médica em hospitais de alta complexidade localizados nas capitais dos estados, priorizando a especialização extrema dos serviços e reduzindo o papel da atenção básica e das ações descentralizadas no território.
- (D) A identificação e divulgação dos fatores condicionantes e determinantes da saúde, atuando não apenas na doença, mas nas causas sociais e ambientais que interferem na qualidade de vida da população.

### Questão 33

O Artigo 19-I da Lei 8.080/90 estabelece as diretrizes para o Subsistema de Atendimento e Internação Domiciliar. Assinale a alternativa CORRETA sobre essa modalidade de assistência.

- (A) O atendimento domiciliar substitui integralmente a rede hospitalar, devendo todos os pacientes do SUS, inclusive aqueles que necessitam de procedimentos cirúrgicos complexos ou suporte intensivo, ser tratados exclusivamente em suas residências como forma de redução de custos públicos.
- (B) A internação domiciliar pode ser determinada unilateralmente pelo gestor do sistema de saúde como estratégia administrativa para liberar leitos hospitalares, sendo obrigatória para a família, ainda que não haja concordância do paciente ou condições adequadas para o cuidado no domicílio.
- (C) O subsistema de atendimento domiciliar tem como finalidade exclusiva a entrega periódica de medicamentos ao paciente em sua residência, não prevendo a realização de visitas técnicas, acompanhamento clínico ou atuação de profissionais como médicos, enfermeiros, fisioterapeutas ou outros membros da equipe de saúde.
- (D) O atendimento e a internação domiciliares serão realizados por equipes multidisciplinares que atuarão nos níveis de medicina preventiva, terapêutica e reabilitadora, e só poderão ser realizados por indicação médica, com expressa concordância do paciente e de sua família.

### Questão 34

O direito à informação clara e objetiva é um dos pilares da relação entre profissional de saúde e paciente. Acerca do assunto, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

(\_\_\_) O paciente tem direito a receber informações claras sobre seu estado de saúde, diagnósticos, tratamentos disponíveis, riscos, efeitos colaterais e prognósticos, em linguagem acessível e respeitosa.

(\_\_\_) É permitido ao médico omitir informações graves do paciente se a família solicitar, sob a justificativa de "proteção psicológica", mesmo que o paciente esteja lúcido e capaz de compreender.

(\_\_\_) O paciente tem direito a ter acesso ao seu prontuário a qualquer momento e a receber cópia integral dos documentos ali contidos, mediante solicitação.

(\_\_\_) As receitas e prescrições médicas podem ser entregues com caligrafia ilegível, cabendo ao farmacêutico decifrar o conteúdo, visto que o paciente não tem conhecimento técnico para entender o nome dos remédios.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, V, F, F.

- (B) V, F, F, V.
- (C) F, F, V, V.
- (D) V, F, V, F.

### Questão 35

A qualidade do atendimento em saúde está intrinsecamente ligada à capacidade de resolução das demandas apresentadas pelos usuários desde a sua chegada. Acerca do assunto, registre V, para as afirmativas verdadeiras, e F, para as falsas:

(\_\_\_) A resolutividade no atendimento implica que a unidade de saúde deve ser capaz de acolher e dar uma resposta positiva ao problema do usuário, seja resolvendo-o no local ou encaminhando-o responsabilmente para outro serviço da rede.

(\_\_\_) O atendimento deve ser fragmentado, ou seja, o recepcionista cuida apenas da burocracia e não precisa saber para onde encaminhar o paciente em casos clínicos, pois isso é função exclusiva de médicos.

(\_\_\_) A responsabilização sanitária significa que a equipe de saúde deve assumir a responsabilidade pelo cuidado do usuário ao longo do tempo, evitando o "jogo de empurra" entre os setores.

(\_\_\_) O atendimento humanizado deve priorizar a tecnologia dura (equipamentos) em detrimento da tecnologia leve (relações e comunicação), pois máquinas não cometem erros.

Após análise, assinale a alternativa que apresenta a sequência correta dos itens acima, de cima para baixo:

- (A) V, V, F, F.
- (B) F, F, V, V.
- (C) V, F, V, F.
- (D) V, F, F, V.

### Questão 36

A garantia de acompanhante nos serviços de saúde é um direito assegurado por leis específicas para grupos vulneráveis. Analise as afirmativas a seguir:

I. O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) garante a permanência em tempo integral de um dos pais ou responsável nos casos de internação de criança ou adolescente.

II. O Estatuto do Idoso assegura ao idoso internado ou em observação o direito a acompanhante, devendo o órgão de saúde proporcionar as condições adequadas para a sua permanência em tempo integral, segundo o critério médico.

III. Em unidades de Terapia Intensiva (UTI), o direito a acompanhante é automaticamente revogado para todos os grupos (crianças, idosos, parturientes) devido ao risco biológico, sendo permitida apenas visita rápida.

Está correto o que se afirma em:

- (A) I e III apenas.

- (B) II apenas.
- (C) I, II e III.
- (D) I e II apenas.

### Questão 37

A "Carta dos Direitos dos Usuários da Saúde" assegura que todo cidadão tem direito ao atendimento humanizado, acolhedor e livre de qualquer discriminação. Assinale a alternativa CORRETA sobre os direitos fundamentais do usuário do SUS.

- (A) O usuário tem direito a ser identificado pelo nome e sobrenome civil, devendo existir em todo documento do usuário e na identificação pessoal um campo para se registrar o nome social, independente do registro civil, sendo respeitado o uso deste nome no tratamento.
- (B) O usuário perde o direito ao sigilo das informações relativas à sua saúde quando diagnosticado com doença contagiosa, devendo o serviço de saúde divulgar publicamente sua identidade, inclusive por meio de exposição de imagem em locais visíveis da unidade, como forma de alertar outros usuários.
- (C) O cidadão pode participar da escolha do tratamento proposto, porém não possui o direito de recusar procedimentos indicados pelo médico, uma vez que o conhecimento técnico-científico do profissional deve prevalecer integralmente sobre a autonomia e a vontade do paciente.
- (D) O paciente deve ser identificado apenas pelo número da senha de atendimento ou pela denominação da doença apresentada, como "o diabético do leito 5", sob o argumento de preservação do anonimato, sendo dispensável o uso do nome civil ou social no ambiente assistencial.

### Questão 38

A utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) é mandatória para a proteção do trabalhador contra riscos biológicos, químicos e físicos no ambiente hospitalar. Assinale a alternativa CORRETA quanto ao uso de luvas.

- (A) As luvas cirúrgicas esterilizadas podem ser higienizadas com álcool a 70% e reutilizadas em procedimentos considerados de menor complexidade, como forma de racionalizar recursos materiais e reduzir custos operacionais da unidade hospitalar.
- (B) O profissional pode manter as mesmas luvas utilizadas no exame do paciente para circular pela unidade, abrir portas, manusear equipamentos e atender telefonemas, desde que não haja presença visível de sangue ou secreções nas superfícies das luvas.

- (C) A utilização de luvas duplas em procedimentos assistenciais dispensa a necessidade de higienização das mãos após a retirada do EPI, uma vez que a sobreposição das luvas garante isolamento completo da pele do profissional contra microrganismos e resíduos biológicos.
- (D) As luvas de procedimento não devem ser reutilizadas ou lavadas, devendo ser trocadas entre procedimentos em diferentes pacientes ou entre sítios corporais distintos (contaminado para limpo) no mesmo paciente, sendo a higienização das mãos obrigatória imediatamente após sua retirada.

### Questão 39

Um paciente idoso chega à recepção da unidade de saúde com dificuldades auditivas e visíveis limitações de locomoção, solicitando informações sobre agendamento de consultas, mas demonstra dificuldade em compreender as orientações verbais rápidas do atendente. Considerando os princípios de comunicabilidade e acessibilidade no atendimento em saúde, assinale a alternativa CORRETA.

- (A) O profissional deve orientar o paciente a buscar exclusivamente as informações disponíveis em cartazes e murais afixados na unidade, uma vez que todas as regras de agendamento encontram-se descritas nesses materiais, transferindo ao usuário a responsabilidade integral pela compreensão do procedimento.
- (B) O profissional deve adotar uma postura empática, falando de frente para o paciente de forma pausada e clara, eliminando ruídos externos se possível e, se necessário, utilizar recursos visuais ou escritos para garantir que a informação foi efetivamente compreendida pelo usuário.
- (C) O atendente deve elevar o tom de voz e acelerar a fala para tornar o atendimento mais rápido, priorizando a fluidez da fila e o cumprimento do tempo médio estabelecido pela gestão, ainda que isso comprometa a compreensão das informações pelo paciente idoso.
- (D) O funcionário deve recusar-se a fornecer orientações completas naquele momento e solicitar que o paciente retorne acompanhado de um familiar ou cuidador, evitando prestar esclarecimentos diretos para reduzir o risco de equívocos, mesmo diante da demanda imediata apresentada.

### Questão 40

A imunização dos profissionais de saúde é uma medida de biossegurança primária, visando proteger a saúde do trabalhador e dos pacientes (imunidade de rebanho). Assinale a alternativa CORRETA.

- (A) Todo trabalhador de serviço de saúde deve ter o esquema vacinal atualizado conforme o Programa Nacional de Imunizações (PNI), sendo obrigatória a vacinação contra Hepatite B, Tétano e Difteria (dT), além de doses sazonais como a da Influenza, salvo contra-indicação médica comprovada.
- (B) A vacinação é facultativa para profissionais que exercem funções administrativas em ambientes hospitalares, pois, por não realizarem contato direto com pacientes, estariam isentos de riscos biológicos e não necessitariam seguir as recomendações do calendário vacinal aplicado aos demais trabalhadores da saúde.
- (C) O empregador não possui qualquer responsabilidade quanto ao fornecimento, exigência ou controle da situação vacinal de seus funcionários, cabendo exclusivamente ao trabalhador decidir, de forma individual e privada, sobre sua imunização, independentemente do risco ocupacional envolvido.
- (D) A vacina contra a Hepatite B deve ser administrada apenas após a ocorrência do primeiro acidente ocupacional com material perfurocortante, funcionando como medida terapêutica imediata, não sendo indicada como ação preventiva antes do início das atividades profissionais.

RASCUNHO - NÃO DESTAQUE