

# CARGO: NUTRICIONISTA

## PERÍODO MANHÃ

CONCURSO PÚBLICO Nº 001/2025 PREFEITURA MUNICIPAL DE CENTENÁRIO DO SUL/PR

**Atenção: Confira seu cargo e leia todas as instruções constantes no seu Caderno de Questões e Folha de Respostas.**

1. Seu caderno deve conter 40 (quarenta) questões, com 04 (quatro) alternativas, assim dispostas:

Disciplina	Composição
Língua Portuguesa	1 a 05
Matemática	06 a 10
Informática Básica	11 a 15
Conhecimentos Gerais	16 a 20
Conhecimentos Específicos	21 a 40

2. A Prova terá duração de 3h (três horas), incluindo preenchimento da Folha de Respostas.
3. Após sua identificação, você deverá permanecer dentro da sala, sendo permitida a saída somente acompanhado de um fiscal e após 30min (trinta minutos) do início da prova.
4. Para uso do sanitário e/ou beber água, você deverá solicitar ao Fiscal de Sala e somente levantar após autorização.
5. O candidato só poderá sair da sala em definitivo após 1h (uma hora) do início da prova.
6. Ao deixar a sala definitivamente, não poderá utilizar o sanitário dos candidatos que ainda estão realizando prova, e só poderá levar o Caderno de Questões restando 1h (uma hora) para o final da prova.
7. Enquanto estiver realizando a Prova é proibido utilizar materiais de consulta, livros, apostilas, calculadoras, régua, quaisquer equipamentos eletrônicos, chapéus, bonés, e/ou similares, conforme constante no edital de abertura. Caso o fiscal constate alguma irregularidade irá anotar em Ata da Sala, para devidas providências da Comissão Organizadora.
8. Sobre sua carteira deverá permanecer somente documento oficial original com foto, caneta de tinta azul ou preta de corpo transparente, Caderno de Questões e Folha de Respostas.
9. Você poderá utilizar seu Caderno de Questões para rascunho.
10. Você receberá do Fiscal de Sala a Folha de Respostas definitiva. Confira seus dados e em caso de erro, chame o fiscal. Após conferir, **assine no campo destinado à assinatura do candidato**. Em hipótese alguma ela será substituída caso o candidato dobre, amasse, rasgue ou molhe. Cuidado, pois esse será o único documento válido para correção.
11. Caso algum equipamento eletrônico emita som, mesmo que desligado e lacrado no plástico de pertences, o candidato portador do equipamento será automaticamente eliminado do concurso.
12. Transcreva suas respostas para Folha de Respostas com caneta de tinta azul ou preta de corpo transparente. **Atenção:** verifique na Folha de Respostas a forma correta de preenchimento.
13. Questões com mais de uma alternativa assinalada, rasurada, em branco ou preenchidas de forma diferente das instruções serão anuladas.
14. Após terminar sua Prova avise o Fiscal, pois ele autorizará a entrega da sua Folha de Respostas e Caderno de Questões, se for o caso.
15. Caso algum candidato seja flagrado na tentativa de fraude, esse será automaticamente eliminado do Concurso, ainda sujeito a processo civil ou criminal.
16. Qualquer questionamento ou dúvidas devem ser feitos em voz alta ao fiscal.
17. Os 03 (três) últimos candidatos deverão sair juntos da sala, após a conferência e lacre do material da sala.
18. Aguarde a autorização do Fiscal para iniciar sua Prova.



-----DESTAQUE AQUI-----

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

# Língua Portuguesa

Leia o texto para responder as questões.

Como nosso corpo sofre (e se adapta) em uma onda de calor  
Giulia Granchi  
Da BBC News Brasil em Londres

O Brasil enfrenta uma nova onda de calor, com temperaturas cerca de 5°C acima da média. O cenário fez com que o Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) emitisse um alerta vermelho.

O alerta vermelho, que é válido até a próxima segunda-feira (29/12), é o maior grau entre os três avisos emitidos pelo instituto: amarelo, para perigo potencial; laranja, para perigo; e vermelho, para grande perigo. Os Estados do Rio de Janeiro e São Paulo estão totalmente incluídos no alerta vermelho, além da região norte do Paraná, compreendendo as áreas de Londrina e Curitiba; o sul de Minas Gerais, englobando Uberaba, Varginha e Juiz de Fora; o leste do Mato Grosso do Sul, incluindo Três Lagoas; e o sul do Espírito Santo, na área de Cachoeiro de Itapemirim.

Pelo segundo dia seguido na sexta-feira (26/12), a cidade São Paulo registrou recorde de calor para o mês de dezembro ao atingir 36,2°C. O Estado do Rio de Janeiro registrou, nos últimos dias, mais de 2 mil atendimentos de pessoas passando mal por conta do calor em postos de saúde. Somente na capital fluminense, foram mais de 1 mil atendimentos entre os dias 23, 24 e 25 de dezembro, segundo a Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro.

Embora algumas regiões do Brasil frequentemente experimentem altas temperaturas e os brasileiros estejam geralmente mais adaptados ao calor em comparação com populações de países europeus, a situação é particularmente perigosa devido à sua extrema intensidade. Estar exposto — especialmente nos horários de pico do calor, entre 12h e 16h — pode causar alterações no organismo que oferecem risco à saúde, principalmente para grupos com saúde mais frágil, incluindo idosos, pessoas com comorbidades, e crianças pequenas.

O que acontece quando o corpo é exposto a temperaturas extremas

Quando o corpo está em estresse térmico, ou seja, é exposto a temperaturas extremas, ele passa por uma série de adaptações fisiológicas para regular a temperatura interna. No caso da exposição ao calor, primeira reação do organismo é dissipar calor através do suor e da dilatação dos vasos sanguíneos periféricos para liberar calor para o ambiente. No entanto, em temperaturas muito altas, especialmente quando também está úmido, o mecanismo de resfriamento do suor pode se tornar ineficaz, levando ao superaquecimento corporal, insolação e possíveis danos aos órgãos.

“Quando estamos expostos a temperaturas mais elevadas, ocorrem adaptações no nosso corpo. A frequência cardíaca aumenta como um mecanismo compensatório, assim como a pressão arterial”, explica Lucas Albanaz, clínico geral, coordenador da clínica médica do Hospital Santa Lúcia, de Brasília, e mestre em ciências médicas. Outro risco, alerta o médico, é a desidratação devido ao aumento da sudorese.

A depender da temperatura, complementa o médico Alexander Daudt, os sinais vão de câimbra (por falta de eletrólitos, eliminados no suor), a sede intensa e fadiga. “Outros sintomas mais graves, como tontura, náuseas ou vômitos também podem aparecer. Se a pessoa não conseguir aliviar esse calor, o quadro pode evoluir para choque térmico, com confusão mental, convulsões, e seguindo para a falência de

múltiplos órgãos e óbito”, explica ele, que é coordenador do Núcleo de Medicina de Estilo de Vida do Hospital Moinhos de Vento, em Porto Alegre.

De acordo com um relatório publicado na revista científica The Lancet, nos últimos 20 anos o aumento da mortalidade relacionado com o calor excessivo em pessoas com mais de 65 anos aumentou em 53,7%. Apenas na Europa, em 2022, ocorreram 61.672 mortes atribuíveis ao calor entre 30 de maio e 4 de setembro de 2022, segundo uma análise recente publicada na Nature Medicine.

Os riscos são maiores para pessoas com comorbidades, pessoas idosas, especialmente aquelas com saúde fragilizada, crianças (por ainda estarem com o organismo em formação), trabalhadores que precisam se expor ao sol (como vendedores ambulantes), e aqueles que fazem uso de medicações que por algum motivo os tornem mais vulneráveis ao calor. “É o caso de pacientes que tomam remédios diuréticos, por exemplo. Eles naturalmente já perdem mais água, e precisam de cuidado extra com hidratação”, aponta Daudt.

[...]

Disponível em <https://www.bbc.com/portuguese/articles/cwyyvrmn343mo>

- No trecho: “No entanto, em temperaturas muito altas, especialmente quando também está úmido, o mecanismo de resfriamento do suor pode se tornar ineficaz...”, a expressão em destaque estabelece uma relação de**
  - conclusão, pois finaliza uma ideia sobre a umidade.
  - adição, pois soma informações sobre o suor.
  - adversidade, pois introduz uma ideia de oposição ao que foi dito anteriormente sobre a reação do organismo.
  - explicação, pois justifica por que o corpo sua.
- No primeiro parágrafo do texto, ao analisar a oração “O Brasil enfrenta uma nova onda de calor”, o sujeito é classificado gramaticalmente como:**
  - Sujeito Simples.
  - Sujeito Composto.
  - Sujeito Inexistente (oração sem sujeito).
  - Sujeito Oculto (elíptico).
- Considere o seguinte trecho: “Os riscos são maiores para pessoas com comorbidades, pessoas idosas, especialmente aquelas com saúde fragilizada, crianças...”. As vírgulas que isolam a expressão “especialmente aquelas com saúde fragilizada” foram empregadas para**
  - separar elementos de uma enumeração simples de substantivos.
  - marcar a inversão do predicado na oração.
  - separar orações coordenadas sindéticas.
  - isolar um termo de caráter explicativo ou enfático que restringe o grupo das pessoas idosas.
- Analise as palavras retiradas do texto: países, frequência e médicas. Assinale a alternativa que apresenta, respectivamente, a justificativa correta para o acento gráfico de cada uma.**
  - Monossílabo tônico, proparoxítona e paroxítona.
  - Regra do hiato (i tônico), paroxítona terminada em ditongo crescente e proparoxítona.
  - Ditongo tônico, paroxítona terminada em “a” e proparoxítona.
  - Regra do hiato, proparoxítona e paroxítona terminada em “s”.

## Informática Básica

5. No trecho “Apenas na Europa, em 2022, ocorreram 61.672 mortes atribuíveis ao calor...”, o verbo está flexionado no plural porque
- deve concordar com o adjunto adverbial de lugar “Europa”.
  - o sujeito da oração é indeterminado, exigindo a terceira pessoa do plural.
  - concorda com o termo “2022”, que indica pluralidade de anos.
  - o sujeito paciente da oração é “61.672 mortes”, que está no plural.

## Matemática

6. Uma colônia de bactérias cresce de acordo com a função exponencial

$$N(t) = 800 \cdot 2^t$$

em que  $N(t)$  representa o número de bactérias após  $t$  horas. Após quantas horas a quantidade de bactérias será igual ou superior a 6.400?

- 2 horas.
  - 3 horas.
  - 4 horas.
  - 5 horas.
7. Um trabalho pode ser feito por 8 operários em 15 dias. Em quantos dias o mesmo trabalho será feito por 12 operários, mantendo o mesmo ritmo?
- 8
  - 10
  - 12
  - 15
8. Um terreno tem o formato de um polígono retangular irregular, conforme descrito a seguir:
- A base maior mede 18 m;
  - A base menor mede 10 m;
  - Um dos lados oblíquos mede 7 m;
  - O outro lado oblíquo mede 13 m;
- Sabendo que os lados oblíquos ligam as extremidades das bases, qual é o perímetro total do terreno?
- 48 m
  - 50 m
  - 54 m
  - 58 m
9. Uma comissão de 4 pessoas será formada a partir de 5 homens e 4 mulheres. A comissão deve conter exatamente 2 homens e 2 mulheres. De quantas maneiras diferentes essa comissão pode ser formada?
- 40
  - 50
  - 60
  - 80
10. A função quadrática  $f(x) = x^2 - 6x + 5$  representa a altura de um objeto em função do tempo  $x$ , em segundos. Com base nessa função, determine os valores de  $x$  para os quais a função é igual a zero.
- $x = 1$  e  $x = 5$
  - $x = -1$  e  $x = 5$
  - $x = 2$  e  $x = 4$
  - $x = -2$  e  $x = 3$

11. Ao trabalhar com formatação de texto no Microsoft Word 365 (versão português), o usuário pode definir diferentes formas de alinhamento para organizar visualmente o conteúdo no documento. Nesse contexto, assinale a alternativa que apresenta corretamente tipos de alinhamento oferecidos pelo Microsoft Word 365 (versão português).

- Horizontal, vertical, inferior e superior.
- Superior, inferior, centralizar e justificar.
- Alinhar à esquerda, alinhar à direita, centralizar e justificar.
- Alinhar à esquerda, alinha à direita, espaçamento e recuo.

12. Assinale a alternativa que preenche corretamente as lacunas.

No Windows 10, os arquivos são organizados em uma estrutura de \_\_\_\_\_, na qual cada pasta pode conter \_\_\_\_\_. Essa organização facilita a \_\_\_\_\_ das informações e contribui para a \_\_\_\_\_ do sistema.

- rede / unidades / segurança / atualização
- hierarquia / subpastas / organização / eficiência
- matriz / organização / hierarquia / limpeza
- árvore / pastas / integridade / restauração

13. Considere o seguinte cenário: Ana está organizando o controle de estoque dos produtos que vende em uma feira semanal. Para facilitar sua análise, ela registrou os valores em uma planilha do Microsoft Excel 365 (versão português), conforme a figura a seguir:

	A	B	C	D	E
1	Fruta	Valor		Carne	Valor
2	Maçãs	50		Vaca	50
3	Laranjas	20		Frango	30
4	Bananas	60		Porco	10
5	Limões	40		Peixe	50
6	MÍNIMO ou MENOR	???		MÁXIMO ou MAIOR	???
7					

Fonte: Microsoft Excel 365 (versão português)

A partir das informações apresentadas, analise as assertivas acerca dos cálculos que Ana pode utilizar para obter os valores nas células B6 e E6 e assinale a alternativa correta.

- Para encontrar o menor valor das frutas, Ana pode utilizar a fórmula =MÍNIMO(B2:B5) na célula B6.
  - Para identificar o maior valor das carnes, Ana pode utilizar a fórmula =MÁXIMO(E2:E5) na célula E6.
  - Para calcular o menor valor das frutas, Ana também poderia usar =MENOR(B2:B5;1), obtendo o mesmo resultado da função MÍNIMO.
  - Para calcular o maior valor das carnes, Ana poderia utilizar =MAIOR(E2:E5;1), obtendo o mesmo resultado da função MÁXIMO.
- Apenas I e II estão corretas.
  - Apenas III e IV estão corretas.
  - Apenas I, II e III estão corretas.
  - Todas estão corretas.

## Conhecimentos Gerais

14. Os serviços de armazenamento em nuvem tornaram-se amplamente utilizados por usuários na internet, permitindo guardar e acessar arquivos a partir de diferentes dispositivos. Considerando o uso de plataformas de armazenamento em nuvem, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) para o que se afirma e assinale a alternativa com a sequência correta.
- ( ) Serviços de armazenamento em nuvem permitem que arquivos sejam acessados de diferentes dispositivos conectados à internet, desde que o usuário possua uma conta em uma plataforma de armazenamento.
- ( ) O armazenamento em nuvem elimina a necessidade de cópias de segurança, já que os provedores garantem que nenhum arquivo será perdido.
- ( ) Plataformas de nuvem, como OneDrive, Google Drive e Dropbox, oferecem sincronização automática, atualizando os arquivos em todos os dispositivos vinculados à conta do usuário.
- ( ) Para utilizar serviços de nuvem, o usuário deve instalar softwares adicionais, pois o acesso via navegador não é permitido.
- a) V – F – V – F.  
b) V – V – F – V.  
c) F – V – V – V.  
d) F – F – V – F.
15. Os pilares da Segurança da Informação são essenciais para garantir proteção, confiabilidade e uso adequado dos dados. Cada princípio desempenha um papel específico na prevenção de falhas, acessos indevidos e danos às informações. Nesse contexto, observe a coluna com os nomes dos pilares e relacione com a coluna que apresenta algumas de suas características. Observação: Qualquer um dos números (1, 2, 3 e 4) podem ser usados mais de uma vez.
- Confidencialidade.
  - Integridade.
  - Disponibilidade.
  - Autenticidade.
- ( ) Garante que somente pessoas autorizadas possam acessar determinadas informações, preservando sua privacidade.
- ( ) Certifica que os dados não foram alterados de forma indevida, mantendo sua exatidão e consistência.
- ( ) Assegura que os sistemas e informações estejam acessíveis sempre que necessários pelos usuários autorizados.
- ( ) Confirma a identidade de usuários, dispositivos ou processos, garantindo que sejam realmente quem afirmam ser.
- ( ) Impede que alterações não autorizadas modifiquem o estado original das informações armazenadas.
- a) 1 – 2 – 3 – 4 – 2.  
b) 1 – 4 – 2 – 3 – 2.  
c) 3 – 4 – 1 – 2 – 3.  
d) 4 – 2 – 3 – 1 – 1.
16. De acordo com a Lei Orgânica de Centenário do Sul/PR, analise as assertivas e assinale a alternativa correta. São princípios da organização do Município: a prática democrática.
- a soberania e a participação popular.
  - a transparência e o controle popular na ação do governo.
  - a racionalidade, o planejamento e a programação sistemáticos.
  - o exercício parcial da autonomia municipal.
  - a centralização das decisões administrativas no Governo Estadual, em detrimento da autonomia municipal.
- a) Apenas I, II, III e V estão corretas.  
b) Apenas II, III, IV, V e VI estão corretas.  
c) Apenas I, II, III e IV estão corretas.  
d) Apenas II, IV, V e VI estão corretas.
17. De acordo com a Lei Orgânica de Centenário do Sul/PR, artigo 3º § 1º, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) para o que se afirma e assinale a alternativa com a sequência correta. Ao Município compete, juntamente com a União e o Estado:
- ( ) combater as causas da pobreza e os fatores de marginalização, promovendo a integração social dos setores desfavorecidos.
- ( ) estabelecer e implantar política de educação para a segurança do trânsito.
- ( ) sancionar, promulgar e fazer publicar as leis, bem como expedir decretos e regulamentos para a sua fiel execução.
- ( ) abrir créditos extraordinários nos casos de calamidade pública, com o referendo da Câmara Municipal.
- a) V – V – F – F.  
b) F – F – F – V.  
c) F – V – F – V.  
d) V – F – V – F.
18. Em dezembro de 2025, a tensão entre Estados Unidos e Venezuela aumentou após a notícia de que três navios petroleiros foram interceptados por tropas americanas em águas internacionais, elevando o risco de conflito e a incerteza no mercado de energia. Qual foi o efeito imediato mais observado no mercado?
- a) Queda no preço do petróleo.  
b) Alta nos preços do petróleo.  
c) Estabilidade dos preços do petróleo.  
d) Redução do consumo de petróleo nos EUA.
19. Segundo as novas regras sobre a CNH, anunciadas em dezembro de 2025, motoristas que forem considerados “bons condutores” terão direito a um benefício especial. Qual é esse benefício?
- a) Isenção de taxas para alteração de categoria da CNH.  
b) Desconto progressivo no IPVA.  
c) Cursos gratuitos de mecânica básica.  
d) Renovação automática da CNH.

20. Assinale a alternativa que preenche corretamente as lacunas.

A Câmara dos Deputados informou em 14/12/2025 que a deputada federal \_\_\_\_\_ renunciou a seu cargo na Casa. Com a renúncia, a cadeira da Deputada será ocupada pelo suplente Adilson Barroso (PL-SP). A Deputada que foi presa \_\_\_\_\_, foi condenada pelo STF a dez anos de prisão e à perda do mandato em maio, por conta da invasão de sistemas e pela adulteração de documentos do Conselho Nacional de Justiça (CNJ). Ela nega a acusação.

- a) Benedita da Silva / no Rio de Janeiro
- b) Erika Hilton / em São Paulo
- c) Julia Zanatta / em Portugal
- d) Carla Zambelli / na Itália

## Conhecimentos Específicos

21. Você precisa orientar uma paciente que apresenta um quadro de esofagite com gastrite, sexo feminino, 55 anos. A paciente está tendo crises de tosse e queimação devido o refluxo e só consegue se alimentar em pé. A paciente apresenta circunferência da cintura aumentada, não faz exercício físico e tem uma alimentação caseira, porém rica em farináceos, ela reside em uma região com alto consumo de temperos e condimentos apimentados. Sendo assim, assinale a alternativa que apresenta orientações que podem ajudar de forma saudável.

- a) Comer devagar e mastigar bem, fazer várias refeições ao longo do dia com volume pequeno para evitar que o estômago fique vazio por muito tempo ou muito cheio. Fazer uso de água com gás com limão todos os dias após as principais refeições.
- b) Evitar alimentos que estimulam a produção de ácido ou que relaxam o esfíncter esofágico, como: café, álcool, refrigerantes, alimentos gordurosos, ultraprocessados, condimentos e temperos. Além disso, aumentar a ingestão de proteínas ao longo do dia, fazer refeições pequenas e fracionadas e chás como camomila, erva-doce e cidreira podem ajudar.
- c) Tomar bicarbonato de sódio após as refeições principais. Evitar alimentos que estimulam a produção de ácido ou que relaxam o esfíncter esofágico, além disso, aumentar a ingestão de proteínas ao longo do dia, fazer refeições pequenas e fracionadas e chá como camomila, erva-doce e hortelã podem ajudar.
- d) Comer devagar e mastigar bem, fazer várias refeições ao longo do dia com volume pequeno para evitar que o estômago fique vazio por muito tempo ou muito cheio. Fazer uso de água com limão todos os dias em jejum e tomar leite após as refeições por ser um alimento alcalino e aliviar imediatamente por neutralizar o ácido.

22. O Mounjaro® (cujo princípio ativo é a tirzepatida) é um medicamento injetável de aplicação semanal, em 2025, consolidou-se no Brasil como uma das terapias mais avançadas para o tratamento de diabetes tipo 2 e obesidade. O que o torna diferente de outros medicamentos famosos, como Ozempic® (semaglutida) é o seu mecanismo de ação duplo, ele imita dois hormônios naturais do corpo. GLP-1 (peptídeo semelhante ao glucagon-1) e GIP (Polipeptídeo insulínico dependente de glicose), sobre o assunto, analise as assertivas e assinale a alternativa correta.

- I. O maior “perigo” do uso a longo prazo é o efeito rebote, estudo de dezembro de 2025, análise detalhada do ensaio clínico SURMOUNT-4, publicada no periódico científico *JAMA Network Open* mostra que 82% das pessoas recuperam o peso em até um ano após parar o tratamento.
  - II. Versões manipuladas ou genéricas com o mesmo ativo já são autorizadas pela Anvisa.
  - III. O Mounjaro® (tirzepatida) é um medicamento coadjuvante ao tratamento da obesidade e diabetes tipo 2, ele não é autossuficiente, a base do tratamento é estilo de vida. Em pacientes que não fazem exercício e dieta de redução calórica, ele atinge um efeito platô (estagnação) muito mais rápido.
- a) Apenas I e II estão corretas.
  - b) Apenas I está correta.
  - c) Apenas I e III estão corretas.
  - d) Apenas II e III estão corretas.

23. Assinale a alternativa que preenche corretamente a lacuna.

A \_\_\_\_\_ é o ramo da antropologia biológica que estuda as medidas e dimensões físicas do corpo humano. Ela é utilizada como ferramenta científica para avaliar a composição corporal, o estado nutricional e o crescimento. É um método direto e mecânico.

- a) antropometria
- b) biometria
- c) somatometria
- d) morfometria

24. Segundo as diretrizes da ISAK (*Internacional Society for the Advancement of Kinanthropometry*), qual procedimento é indispensável para garantir a validade das medidas antropométricas?

- a) Realizar todas as medições no lado esquerdo do corpo do avaliado.
- b) Utilizar fitas métricas de plástico flexível.
- c) Realizar a marcação prévia dos pontos anatômicos com caneta dermatográfica antes das medições.
- d) Arredondar todas as medidas de dobras cutâneas.

25. Os flavonóides representam um dos maiores grupos de polifenóis na dieta humana, sendo subdivididos em classes como flavonóis, flavonas, isoflavonas, entre outras. No que diz respeito as propriedades biológicas, metabolismo e fontes alimentares desses compostos, assinale a alternativa correta.
- As isoflavonas presentes majoritariamente na soja, são classificadas como fitoestrógenos, devido a sua semelhança estrutural com o estradiol, possuindo alta afinidade seletiva exclusivamente pelos receptores estrogênicos do tipo alfa (ER- $\alpha$ ), o que explica seu efeito uniforme em todos os tecidos.
  - A quercetina, um dos flavonóis mais abundantes na dieta (encontrada em cebolas e maçãs), apresenta baixa biodisponibilidade em sua forma de aglicona, sendo a absorção intestinal facilitada quando o composto está ligado a glicosídeos, como ocorre naturalmente nos alimentos.
  - O processo de processamento térmico (cocção) de vegetais sempre resulta na degradação total dos flavonoides, tornando o consumo de alimentos crus a única via eficaz para obtenção de benefícios antioxidantes sistêmicos.
  - As antocianinas, pigmentos responsáveis pelas cores vermelha e roxa de frutas como açaí e mirtilo, exercem sua ação antioxidante apenas no lúmen intestinal, uma vez que sua estrutura molecular impede qualquer forma de absorção para a circulação sistêmica.
26. A vitamina B1 é uma vitamina do complexo B essencial para o metabolismo de carboidratos, produção de energia e funcionamento do sistema nervoso, coração e músculos, encontrada em carnes, cereais integrais, nozes e legumes, sua deficiência pode causar fadiga, insônia, problemas de memória e neurológicos. Diante do exposto, assinale a alternativa que apresenta o nome correto da vitamina B1.
- Niacina.
  - Riboflavina.
  - Piridoxina.
  - Tiamina.
27. A vitamina B6, cuja forma ativa é o piridoxal-5-fosfato (PLP), é uma das coenzimas mais versáteis do organismo humano, participando de mais de 100 reações enzimáticas. Sobre o metabolismo e as funções da vitamina B6, analise as assertivas e assinale a alternativa correta.
- A principal função do PLP no metabolismo de aminoácidos ocorre por meio de reações de transaminação e descarboxilação, sendo essencial para a síntese de neurotransmissores como serotonina e o GABA.
  - A deficiência de vitamina B6 está classificadamente associada a anemia megaloblástica, devido a sua interferência direta na síntese de purinas e maturação das hemácias.
  - Diferente das demais vitaminas hidrossolúveis do complexo B, a ingestão excessiva de B6 via suplementação é inócua, não apresentando risco de toxicidade neurológica.
- Apenas I está correta.
  - Apenas II e III estão corretas.
  - Apenas I e III estão corretas.
  - Todas estão corretas.
28. No manejo da Terapia Nutricional Enteral (TNE) em pacientes críticos ou hospitalizados, a seleção da via de acesso, o monitoramento de complicações e a progressão da oferta calórico-proteica são determinantes para o desfecho clínico. Com base nas diretrizes vigentes e nas boas práticas de TNE, analise as assertivas e assinale a alternativa correta.
- O uso de fórmulas hiperosmolares é a principal causa isolada de diarreia em pacientes em TNE, devendo-se priorizar sempre a diluição da dieta com água destilada para reduzir a osmolaridade.
  - A via nasogástrica é preferencial a nasoentérica (pós-pilórica) em pacientes críticos de baixo risco para aspiração, devido a facilidade de inserção e ao respeito a fisiologia digestiva.
  - Em pacientes com risco de síndrome de realimentação, o início da TNE deve ser agressivo, visando atingir 100% das metas calóricas nas primeiras 12 horas para reverter o catabolismo.
- Apenas I está correta.
  - Apenas II está correta.
  - Apenas III está correta.
  - Apenas I e II estão corretas.
29. No manejo da alimentação complementar e na prevenção de distúrbios metabólicos na infância, a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), por meio de suas atualizações em 2024 e 2025, estabelece critérios rigorosos para a introdução de alimentos. Sobre essas diretrizes, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) para o que se afirma e assinale a alternativa com a sequência correta.
- A SBP acompanha a diretriz da OMS (2023/2024) que permite a oferta de leite de vaca integral não modificado como bebida principal para lactentes não amamentados a partir dos 6 meses de idade, visando o aporte proteico.
  - O suco de fruta 100% natural, embora desaconselhado antes dos 2 anos, pode ser utilizado excepcionalmente como veículo para facilitar a aceitação de fórmulas infantis de aminoácidos em lactentes com APLV (Alergia a proteína do Leite de Vacas) a partir dos 9 meses.
  - Além da proibição de sucos de qualquer natureza até os 24 meses, a SBP recomenda a exclusão total de açúcares adicionados e alimentos ultraprocessados nessa faixa etária, incluindo o mel, devido ao risco de botulismo e ao estabelecimento precoce do limiar para o sabor doce.
- V – F – F.
  - F – F – V.
  - F – V – V.
  - F – V – F.

30. Em relação às atualizações das diretrizes brasileiras publicadas entre 2025 e 2026 pela Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM) e pela Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade (ABESO), sobre o manejo da obesidade e o uso de substâncias auxiliares, assinale a alternativa correta.
- O rastreamento de Diabetes Mellitus Tipo 2 em indivíduos com excesso de peso deve ser iniciado, preferencialmente, a partir dos 45 anos, conforme o consenso de 2025.
  - Para indivíduos com mais de 60 anos ou em risco de sarcopenia em uso de farmacoterapia para obesidade, as diretrizes de 2026 recomendam o aporte nutricional proteico adequado associado ao treinamento de força para minimizar a perda de massa muscular.
  - No manejo da obesidade grau III, a meta de perda ponderal mínima estabelecida pelas novas diretrizes para a redução de eventos cardiovasculares é de 2% do peso inicial em 12 meses.
  - A suplementação de Vitamina D é recomendada de rotina pela SBEM para toda a população saudável visando níveis séricos superiores a 60 ng/mL para prevenção de doenças metabólicas.
31. Considere as diretrizes vigentes da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM) e Departamento de tireoide da (SBEM) sobre as patologias da tireoide, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) para o que se afirma e assinale a alternativa com a sequência correta.
- Para que o hormônio da tireoide seja produzido de forma saudável no organismo, é preciso que os níveis de iodo estejam normais. A recomendação é de 150 mcg da substância por dia para adultos (250mcg/dia para gestantes).
  - O selênio é uma substância importante para o hormônio da tireoide. Ele está presente em frutos do mar, carnes e no Brasil temos a presença de um dos alimentos mais ricos desse elemento que é a Castanha do Pará ou Castanha do Brasil. Por outro lado, quando consumido de forma exagerada pode causar diversos sintomas como náuseas, queda de cabelo, fragilidade, unhas quebradiças, entre outros.
  - Estudos sugerem que a ingestão de soja, através da ação de um dos seus principais componentes, a isoflavona, pode aumentar o risco de disfunção tireoidiana (aumento da tireoide ou bócio e alterações na absorção do hormônio).
- V – V – F.
  - V – F – V.
  - F – V – V.
  - V – V – V.
32. No gerenciamento de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), o nutricionista gestor deve equilibrar a viabilidade financeira com a garantia da segurança alimentar. Com base nas diretrizes de administração de serviços de alimentação e na legislação sanitária vigente em 2026, analise as assertivas e assinale a alternativa correta.
- O Índice de Resto-Ingestão (RI) é um indicador de aceitabilidade da refeição e de desperdício; em coletividades sadias, valores superiores a 10% indicam a necessidade de revisão do planejamento de cardápios ou do porcionamento.
  - Na gestão de estoques, o método PVPS (Primeiro que Vence, Primeiro que Sai) deve ser priorizado em detrimento do PEPS (Primeiro que Entra, Primeiro que Sai) para minimizar perdas por validade expirada, especialmente em produtos perecíveis.
  - Segundo a RDC 216/2004, o controle de temperatura de alimentos preparados mantidos sob exposição a quente deve garantir que o alimento atinja, no mínimo, 60°C por no máximo 6 horas.
  - O Fator de Correção (FC), obtido pela razão entre o Peso Bruto (PB) e o Peso Líquido (PL), é uma ferramenta exclusivamente utilizada para o cálculo do valor nutritivo da dieta, não interferindo na previsão de compras da unidade.
- Apenas I, II e IV estão corretas.
  - Apenas I e III estão corretas.
  - Apenas I, II e III estão corretas.
  - Apenas II, III e IV estão corretas.
33. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é uma das maiores políticas públicas de segurança alimentar do mundo. Com base nas normativas vigentes em 2026, que regem a execução financeira e técnica do programa, assinale a alternativa correta.
- No mínimo 40% do total dos recursos financeiros repassados pelo FNDE devem ser utilizados na aquisição de gêneros alimentícios diretamente da Agricultura Familiar e do Empreendedor Familiar Rural.
  - É permitida a oferta de alimentos ultraprocessados (como bebidas açucaradas e biscoitos recheados) para crianças de até 3 anos de idade (creche), desde que a quantidade não ultrapasse 10% das calorias diárias.
  - O Teste de Aceitabilidade é obrigatório sempre que houver a introdução de alimento atípico no cardápio ou sempre que ocorrerem alterações inovadoras no preparo, utilizando metodologias como a Escala Hedônica ou o Resto-Ingestão.
  - Para alunos com necessidades alimentares especiais (como doença celíaca ou intolerância à lactose), o atendimento nutricional diferenciada dispensa a apresentação de laudo médico, bastando a autodeclaração dos pais ou responsáveis no ato da matrícula.

34. Um paciente do sexo masculino, 68 anos, internado em Unidade de Terapia Intensiva (UTI) devido a quadro de sepse de foco abdominal, encontra-se estável hemodinamicamente após as primeiras 48 horas. A equipe de nutrição prescreve Terapia Nutricional Enteral (TNE) exclusiva. Dados do paciente: Peso atual: 70 kg, necessidade proteica estimada: 1,5 g/kg/dia, necessidade calórica estimada: 25 kcal/kg/dia. Fórmula Enteral disponível na unidade: Densidade Calórica: 1,2 kcal/mL. Proteína: 60g por litro (1000 mL). Considerando o objetivo de atingir as metas nutricionais calculadas, assinale a alternativa que apresenta, respectivamente, o volume total da dieta necessário para atingir a meta proteica e a densidade calórica final que o paciente receberá caso esse volume seja administrado.
- 1.250 mL e 1.500 kcal.
  - 1.750 mL e 2.100 kcal.
  - 1.500 mL e 1.800 kcal.
  - 1.750 mL e 1.850 kcal.
35. A mucosa do intestino delgado é adaptada para maximizar a absorção, mas também atua como uma barreira seletiva crucial contra patógenos. Sobre as estruturas celulares e os mecanismos de defesa do epitélio intestinal, assinale a alternativa correta.
- As células caliciformes (*goblet cells*) são responsáveis pela secreção de lisozima e defensinas diretamente nas criptas de Lieberkrun.
  - As placas de Peyer, aglomerados de folículos linfoides, estão localizadas predominantemente na submucosa do duodeno para combater a acidez gástrica remanescente.
  - As *tight junctions* (junções de oclusão) entre os enterócitos regulam a via paracelular, impedindo a passagem indiscriminada de macromoléculas e micro-organismos para a circulação sanguínea.
  - As células de Paneth, situadas na base das vilosidades do intestino grosso, secretam muco fluido para facilitar o transporte do bolo fecal no cólon descendente.
36. A relação entre a microbiota intestinal e o sistema nervoso central (SNC) tem se tornado um pilar na nutrição funcional e psiquiatria nutricional. A comunicação bidirecional entre esses sistemas ocorre por vias neurais, endócrinas e imunológicas. Com base nas evidências científicas sobre o eixo “intestino-cérebro”, assinale a alternativa correta.
- A serotonina, neurotransmissor fundamental para a regulação do humor, é produzida majoritariamente no cérebro, sendo a produção intestinal irrelevante para o comportamento emocional devido a barreira hematoencefálica.
  - O nervo vago atua como uma via de comunicação rápida, onde sinais neuroquímicos produzidos por bactérias intestinais, como os ácidos graxos de cadeia curta (AGCC), podem influenciar processos de neuroinflamação e a sinalização de saciedade.
  - O triptofano, precursor da serotonina, é absorvido no intestino grosso e sua disponibilidade para o cérebro aumenta independentemente da composição da microbiota ou do estado inflamatório do indivíduo.
  - O cortisol, hormônio liberado em situações de estresse, atua exclusivamente no sistema muscular, não possuindo receptores no trato gastrointestinal e, portanto, não interferindo na permeabilidade da mucosa.
37. A glutatona (L-gama-glutamil-L-cisteinil-glicina) é um tripeptídeo considerado o principal antioxidante endógeno não enzimático. Ela desempenha papéis cruciais na proteção contra o estresse oxidativo e na biotransformação de xenobióticos da glutatona, assinale a alternativa correta.
- A síntese de glutatona ocorre exclusivamente no núcleo das células intestinais, sendo dependente apenas da presença de aminoácidos de cadeia ramificada (BCAAs).
  - A disponibilidade do aminoácido L-cisteína é frequentemente o fator limitante para a síntese endógena de glutatona, sendo que a N-acetilcisteína (NAC) pode atuar como um precursor eficaz.
  - A glutatona peroxidase (GPx) é a enzima responsável por reduzir a glutatona oxidada (GSSG) de volta a sua forma ativa (GSH), utilizando o magnésio como cofator essencial.
  - A glutatona exerce sua função detoxificante na Fase II da biotransformação hepática apenas quando o indivíduo está em estado de cetose nutricional profunda.
38. Um nutricionista, ao prestar consultoria para uma indústria de alimentos em 2026, analisa a formulação de um novo néctar de fruta. Após os cálculos, verifica-se que o produto possui as seguintes características por 100g de produto pronto para o consumo: Açúcares adicionado: 18g, gordura saturado: 0,5g, sódio: 45mg. Com base nas normas vigentes da ANVISA sobre Rotulagem Nutricional Frontal (RNF), assinale a alternativa que descreve corretamente a obrigatoriedade do símbolo informativo no painel principal.
- O produto deve apresentar obrigatoriamente a lupa de “ALTO EM AÇÚCAR ADICIONADO” e “ALTO EM SÓDIO”, pois ambos ultrapassam os limites estabelecidos para alimentos líquidos.
  - O produto está isento de Rotulagem Nutricional Frontal, pois néctares de frutas são classificados como alimentos in natura ou minimamente processados.
  - O produto deve apresentar apenas a lupa de “ALTO EM AÇÚCAR ADICIONADO”, visto que o teor de açúcares excede o limite de 15g por 100g para alimentos sólidos, categoria a qual néctares se enquadram por sua densidade.
  - O produto deve apresentar apenas a lupa de “ALTO EM AÇÚCAR ADICIONADO”, pois excede o limite de 7g de açúcares adicionado por 100ml para alimentos líquidos.

39. O Guia Alimentar para a População Brasileira adota a classificação nova, que divide os alimentos em quatro grupos com base na natureza, na extensão e no propósito do processamento industrial. Sobre as recomendações oficiais do Guia e a aplicação da “Regra de Ouro”, analise as assertivas e assinale a alternativa correta.

- I. Alimentos processados, como conservas de legumes em salmoura ou frutas em calda, devem ter seu consumo limitado, sendo utilizados apenas em pequenas quantidades como parte de preparações culinárias baseadas em alimentos in natura ou minimamente processados.
- II. A “Regra de Ouro” estabelece que se deve preferir sempre alimentos in natura ou minimamente processados.
- III. Pães fabricados com farinha de trigo, leveduras, água e sal são classificados como alimentos minimamente processados, enquanto pães que contém gordura vegetal hidrogenada e aditivos cosméticos (corantes e aromatizantes) são classificados como ultraprocessados.

- a) Apenas I e II estão corretas.
- b) Apenas I e III estão corretas.
- c) Apenas II e III estão corretas.
- d) Todas estão corretas.

40. A nutrigenética estuda como as variações genéticas individuais (polimorfismos) influenciam a resposta aos nutrientes. Um dos polimorfismos mais estudados na prática clínica nutricional envolve o gene da enzima Metilenotetraidrofolato Redutase (MTHFR), especificamente a variantes C677T. Sobre o manejo nutricional e as implicações metabólicas em indivíduos que apresentam o alelo termolábil (TT) para este gene, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) para o que se afirma e assinale a alternativa com a sequência correta.

- ( ) Indivíduos com o polimorfismo C677T apresentam uma atividade aumentada da enzima MTHFR, o que acelera a conversão de 5,10-metilenotetraidrofolato em 5-metiltetraidrofolato, reduzindo a necessidade dietética de folato.
- ( ) A redução da atividade da enzima MTHFR nestes indivíduos está frequentemente associada a hiperhomocisteinemia (níveis elevados de homocisteína plasmática), o que representa um fator de risco independente para doenças cardiovasculares.
- ( ) O tratamento dietoterápico prioritário para portadores de polimorfismos MTHFR C677T é a restrição severa de vitamina B12 (cobalamina), uma vez que esta vitamina inibe competitivamente a absorção do ácido fólico sintético.
- ( ) Em gestantes com o genótipo TT, a recomendação de suplementação de ácido fólico deve ser substituída por altas doses de vitamina A, visando prevenir defeitos do fechamento do tubo neural decorrentes da falha enzimática.

- a) V – V – F – F.
- b) F – V – V – F.
- c) V – V – F – V.
- d) F – V – F – F.

