

PORTUGUÊS

Leia o texto a seguir e responda às questões de 01 à 12.

Privação de sono

Glossário de Saúde do Einstein

O que é privação de sono?

Privação de sono ocorre quando um indivíduo dorme menos do que seu corpo necessita. A quantidade de sono que uma pessoa requer varia na população, mas em média a maioria dos adultos precisa de cerca de 7 a 8 horas de sono diariamente. Trocar horas de sono para dar conta dos compromissos da vida contemporânea tem se tornado um hábito comum e levado 60% da população no Brasil a dormir menos do que deveria. O sono insuficiente não permite ao organismo se reparar adequadamente, trazendo prejuízos à saúde daquele que dorme menos do que o necessário.

Sintomas

A privação de sono pode ser difícil de ser percebida. Muitas vezes sabemos que dormimos pouco, mas acreditamos que estamos acostumados a dormir menos - o que não ocasionaria nenhum déficit fisiológico ou de comportamento. Nem sempre relacionamos a privação do sono a certas sensações que experimentamos durante o dia. Por exemplo, quem trabalha sobrecarregado, dorme pouco, pensa que está cansado devido ao excesso de trabalho, mas, na verdade, esse cansaço pode ser decorrente do sono insuficiente.

Embora não saibamos exatamente todas as razões por que precisamos dormir, sabemos que durante o sono nosso cérebro continua funcionando e consolida as experiências que tivemos durante o dia, organizando a memória de longo prazo. Sabemos também que alguns hormônios são liberados durante o sono, fundamentais para a saúde do nosso organismo, como o hormônio de crescimento, a testosterona, hormônios da tireóide e hormônios da saciedade alimentar.

Alguns sinais e sintomas podem sugerir que você esteja com privação do sono e resultam da falta dessas funções que ocorrem durante o sono.

Sonolência excessiva durante o dia, necessidade intensa de cochilar no meio de suas atividades, dificuldade para despertar pela manhã, necessidade de dormir mais no final de semana para recuperar o sono que faltou, sensação de memória fraca, redução da capacidade de concentração nas atividades diárias, perda da libido e irritabilidade. Algumas pessoas podem sentir sono em situações perigosas, como ao dirigir ou controlar máquinas. Em condições mais raras pode haver alucinações visuais e auditivas.

Prevenção

Uma boa higiene do sono é apropriada e deve ser sempre reforçada mesmo para os que não têm queixas. Isso envolve o compromisso de encarar o sono como atividade tão importante quanto alimentar-se ou praticar atividade física. Portanto, preparar-se para dormir é fundamental e isto envolve escolher ambiente adequado, controlar luminosidade e ruídos, evitar expor-se à luz de telas de computadores e celulares, evitar refeições fartas, bebida alcoólica e estimulantes como cafeína e energéticos próximo ao horário de dormir.

Tente dormir em horários regulares e, se possível, com 7 a 8 horas de sono recomendadas. Se necessário, durma algumas horas a mais no final-de-semana ou programe um cochilo durante o dia. Saiba que não existe uma fórmula segura e capaz de aumentar o rendimento, concentração e memória sem uma noite de sono adequada e por isso evite medicamentos estimulantes.

Incidência no Brasil

No Brasil, estudo realizado pelo Instituto Datafolha, em parceria com o Instituto do Sono, mostrou que 23% da população no Estado de São Paulo têm queixas de sono insuficiente, sendo a faixa etária entre 35 e 44 anos a maior acometida (27%).

O Departamento Estadual de Trânsito de São Paulo (Detran-SP) relata que 20% de todos os acidentes de trânsito estão associados à

sonolência. A pesquisa ainda mostra que 40% dos entrevistados referem já ter ziguezagueado na estrada devido à sonolência e 61% assumiram que costumam dirigir no dia seguinte a uma péssima noite de sono.

Estudo nacional envolvendo pilotos de aeronaves comerciais mostrou a prevalência de 57,8% de cochilo não intencional durante o trabalho, estando o sono insuficiente como um dos fatores associados.

Segundo dados da Associação Brasileira de Sono, mais de 60% das pessoas relatam dormir menos de 7 horas por dia durante a semana e 25% dormem menos de 6 horas por dia. Além disso, aproximadamente 18% das mulheres e 26% dos homens economicamente ativos são trabalhadores que atuam em turnos e com privação crônica de sono.

Fonte: <https://www.einstein.br/n/o-einstein/conselho-editorial>. Acesso em 10 de maio de 2026. [trecho]

01) De acordo com o texto, a privação de sono pode causar diversos prejuízos ao organismo porque:

- a) o cérebro deixa de funcionar completamente durante o sono.
- b) apenas idosos necessitam de descanso adequado durante à noite.
- c) o corpo humano consegue adaptar-se facilmente à falta de sono.
- d) o sono insuficiente impede que o organismo se recupere adequadamente.
- e) dormir mais de seis horas é considerado exagero.

02) Assinale a alternativa em que a palavra retirada do texto apresenta dígrafo consonantal.

- a) Sono.
- b) Cafeína.
- c) Dirigir.
- d) Memória.
- e) Trabalho.

03) Na palavra “cafeína”, presente no texto, ocorre:

- a) ditongo crescente.
- b) ditongo decrescente.
- c) hiato.
- d) tritongo.
- e) encontro consonantal.

04) Em relação à acentuação gráfica, a palavra “saúde” recebe acento porque:

- a) apresenta hiato tônico.
- b) é uma oxítone terminada em “e”.
- c) é uma paroxítone terminada em ditongo.
- d) possui encontro consonantal.
- e) é monossílabo tônico.

05) Observe o trecho: “Algumas pessoas podem sentir sono em situações perigosas”. A palavra “sono”, nesse contexto, pertence à classe gramatical dos:

- a) adjetivos.
- b) verbos.
- c) advérbios.
- d) substantivos.
- e) pronomes.

06) A palavra “insuficiente”, presente no texto, é formada por derivação:

- a) regressiva.
- b) prefixal.
- c) imprópria.
- d) parassintética.
- e) sufixal.

07) No trecho: “Portanto, preparar-se para dormir é fundamental”, a vírgula foi empregada para:

- a) separar expressão conclusiva deslocada.
- b) indicar a omissão de um verbo.
- c) separar o sujeito do predicado.
- d) isolar vocativo.
- e) marcar aposto explicativo.

08) Em: “Sabemos também que alguns hormônios são liberados durante o sono”, a oração destacada exerce função de:

- a) oração subordinada adverbial causal.
- b) oração coordenada sindética explicativa.
- c) oração subordinada adjetiva restritiva.
- d) oração coordenada assindética.
- e) oração subordinada substantiva objetiva direta.

09) No trecho: “mais de 60% das pessoas relatam dormir menos de 7 horas por dia”, a concordância verbal está correta porque o verbo concorda com:

- a) o termo “dia” posposto ao verbo.
- b) o núcleo do sujeito expresso pela porcentagem.
- c) o sujeito oculto da oração.
- d) o predicativo do sujeito.
- e) a expressão adverbial de tempo.

10) Assinale a alternativa em que o uso da crase estaria correto, de acordo com a norma-padrão.

- a) O texto refere-se à dormir pouco.
- b) Muitos pacientes ficam à dormir tarde.
- c) Os médicos fizeram referência à privação de sono.
- d) A pesquisa levou os estudiosos à concluir novos dados.
- e) O organismo começa à reparar-se durante o sono.

11) No texto, a palavra “compromisso” poderia ser substituída sem alteração significativa de sentido por:

- a) distração.
- b) dúvida.
- c) indiferença.
- d) descuido.
- e) responsabilidade.

12) Em relação à semântica, a palavra “hormônios” é um exemplo de termo que funciona, no contexto do texto, como:

- a) antônimo de organismo.
- b) hipônimo de substâncias produzidas pelo organismo.
- c) parônimo de memória.
- d) homônimo de tireoide.
- e) sinônimo de concentração.

Para responder às questões de 13 à 20, observe o infográfico a seguir.

O QUE A ANSIEDADE FAZ COM O SEU CORPO: OS EFEITOS QUE VOCÊ NÃO VÊ!

@ReceitasDeFamiliaBr

Quando a ansiedade vai além da mente e começa a afetar todo o seu corpo. Veja a timeline completa dos impactos físicos.

	Queda de Cabelo & Unhas Frágeis Hormônios do estresse, como o cortisol, podem interromper a circulação e absorção de nutrientes importantes.		Tensionamento Muscular Tensão constante e dor, muitas vezes resultando em dores de cabeça e nas costas.
	Problemas de Pele O estresse crônico inflama a pele, piora eczema, acne e altera o microbioma cutâneo.		Problemas Digestivos Náuseas, indigestão, síndrome do intestino irritável e alterações no apetite.
	Zumbido no Ouvido Superativação do sistema nervoso e fluxo sanguíneo anormal.		Palpitações Cardíacas Ritmo cardíaco acelerado e irregular, associado à resposta de luta ou fuga.
	Tontura & Problemas de Equilíbrio A adrenalina e o cortisol redirecionam o fluxo sanguíneo, afetando o ouvido interno.		Insônia e Distúrbios do Sono Dificuldade em dormir e manter o sono, resultando em fadiga crônica.
	Mãos e Pés Frios Circulação é redirecionada aos músculos principais na resposta de luta ou fuga.		Respiração Curta e Superficial Padrão respiratório alterado que pode levar a hiperventilação e tontura.

@ReceitasDeFamiliaBr - Infográfico Educativo

Fonte: <https://www.facebook.com/ReceitasDeFamiliaBr/posts/-o-que-a-ansiedade-faz-com-o-seu-corpo-os-efeitos-que-voc%C3%AA-n%C3%A3o-v%C3%AA-quando-a-ansie/1389635199871377/>
Acesso em 10 de maio de 2026.

13) No trecho: “**Quando** a ansiedade vai além da mente e começa a afetar todo o seu corpo”, a expressão destacada estabelece ideia de:

- a) finalidade.
- b) proporção.
- c) comparação.
- d) tempo.
- e) condição.

14) De acordo com o infográfico, é correto afirmar que a ansiedade:

- a) pode desencadear diversos sintomas físicos em diferentes partes do corpo.
- b) afeta exclusivamente o sistema respiratório.
- c) não interfere nas funções hormonais do organismo.
- d) manifesta-se apenas durante situações extremas.
- e) provoca apenas alterações emocionais passageiras.

15) Em “problemas digestivos”, a palavra “digestivos” exerce função morfológica de:

- a) substantivo.
- b) numeral.
- c) pronome.
- d) adjetivo.
- e) advérbio.

16) Em: “Dificuldade em dormir e manter o sono, resultando em fadiga crônica”, a vírgula foi empregada para:

- a) indicar elipse verbal.
- b) isolar aposto explicativo.
- c) isolar oração reduzida de gerúndio.
- d) separar adjunto adnominal deslocado.
- e) separar vocativo.

17) No trecho: “Hormônios do estresse, como o cortisol, podem interromper a circulação”, o sujeito da forma verbal “**podem interromper**” é:

- a) “cortisol”.
- b) “do estresse”.
- c) “a circulação”.
- d) “estresse”.
- e) “Hormônios do estresse”.

18) No trecho: “Quando a ansiedade vai além da mente **e** começa a afetar todo o seu corpo”, o termo destacado estabelece relação de:

- a) adição.
- b) explicação.
- c) conclusão.
- d) oposição.
- e) tempo.

19) A principal finalidade do infográfico é:

- a) defender o uso de medicamentos contra a ansiedade.
- b) comparar doenças psicológicas e doenças cardíacas.
- c) informar sobre os efeitos físicos que a ansiedade pode causar no corpo.
- d) apresentar dados estatísticos sobre transtornos mentais.
- e) relatar experiências pessoais de pacientes ansiosos.

20) No período “A adrenalina e o cortisol redirecionam o fluxo sanguíneo, **afetando o ouvido interno**”, a oração reduzida destacada expressa ideia de:

- a) comparação.
- b) concessão.
- c) finalidade.
- d) condição.
- e) consequência.

INFORMÁTICA

21) Em um terminal Linux, estando no diretório onde se encontra o arquivo cartas.txt, um usuário deseja renomeá-lo para carta.txt, sem apagar ou modificar seu conteúdo, sem criar cópias adicionais e sem alterar outros diretórios. Assinale a única alternativa que realiza corretamente essa operação.

- a) mv ./cartas.txt ./carta.txt
- b) cp ./cartas.txt ./carta.txt
- c) rm ./cartas.txt ./carta.txt
- d) touch cartas.txt carta.txt
- e) mkdir -p cartas/carta

22) Distribuições Linux são sistemas operacionais baseados no kernel Linux. Assinale a alternativa que contém apenas nomes de distribuições Linux.

- a) Tahoe, Fedora e Debian.
- b) Vista, Ubuntu e Fedora.
- c) Tahoe, Debian e Vista.
- d) Fedora, Debian e Ubuntu.
- e) Debian, Vista e Ubuntu.

23) No Windows 10/11, existem diferentes formas de abrir o Gerenciador de Tarefas. Analise as afirmativas abaixo:

- I. Pressionar Ctrl + Shift + Esc.
- II. Pressionar Windows + X e selecionar Gerenciador de Tarefas.
- III. Pressionar Alt + F4.
- IV. Pressionar Ctrl + Alt + Del e selecionar Gerenciador de Tarefas.

Após análise, conclui-se que estão corretas:

- a) I e II.
- b) I e IV.
- c) I, II e IV.
- d) II, III e IV.
- e) I, II, III e IV.

24) Assinale a alternativa que indica qual das extensões abaixo é normalmente utilizada para representar uma imagem de disco, como uma cópia de um CD, DVD ou mídia de instalação de um sistema operacional.

- a) .iso
- b) .txt
- c) .mp3
- d) .exe
- e) .pdf

25) A BIOS é um software básico responsável por iniciar e testar os componentes do computador durante o processo de inicialização, antes do carregamento do sistema operacional. Assinale a alternativa que indica em qual parte do hardware a BIOS fica armazenada.

- a) HD.
- b) Memória RAM.
- c) Processador.
- d) Fonte de alimentação.
- e) Placa-mãe.

26) Em informática, existem diferentes tipos de programas usados para criar e editar arquivos. Assinale a alternativa que apresenta corretamente exemplos de programas utilizados para edição de textos, planilhas e apresentações, respectivamente.

- a) Excel, Word e PowerPoint.
- b) PowerPoint, Excel e Word.
- c) Word, Excel e PowerPoint.
- d) Word, PowerPoint e Excel.
- e) Excel, PowerPoint e Word.

27) Ao receber um e-mail que aparenta ser de uma instituição conhecida, uma prática que pode ajudar a verificar se o remetente é realmente oficial é:

- a) Confiar no e-mail apenas porque ele possui o logotipo e as cores da instituição.
- b) Clicar imediatamente nos links para confirmar se a página abre corretamente.
- c) Informar senhas, códigos ou dados pessoais em resposta ao e-mail para confirmar a solicitação.

- d) Baixar os anexos para verificar o conteúdo da mensagem.
- e) Verificar se o domínio do endereço de e-mail, ou seja, a parte após o símbolo @, corresponde ao domínio oficial da instituição.

28) Dois computadores com Windows estão conectados à mesma rede local. O computador A possui o endereço IP 192.168.0.10 e o computador B possui o endereço IP 192.168.0.15. Nenhum deles consegue acessar sites externos, como o Google, mas eles deveriam conseguir se comunicar entre si dentro da rede. Considerando que o firewall não está bloqueando esse tipo de teste, indique a alternativa que apresenta qual comando pode ser usado, a partir do computador A, para verificar de forma direta se há comunicação com o computador B pela rede local.

- a) ipconfig 192.168.0.15
- b) ping 192.168.0.15
- c) nslookup 192.168.0.15
- d) route 192.168.0.15
- e) netstat 192.168.0.15

29) No navegador Microsoft Edge, um usuário fechou uma guia por engano. Considerando que ainda há pelo menos uma outra guia aberta no navegador, assinale a alternativa que apresenta qual atalho de teclado pode ser usado para reabrir a guia fechada recentemente.

- a) Ctrl + N
- b) Ctrl + T
- c) Ctrl + Shift + T
- d) Alt + F4
- e) Ctrl + W

30) Um usuário utiliza o Google Chrome em um computador compartilhado e deseja reduzir a quantidade de informações disponíveis localmente sobre os sites que acessou. Para isso, ele avalia algumas ações possíveis:

- I. Utilizar uma janela anônima para navegar, evitando que o Chrome salve o histórico daquela sessão no próprio navegador.
- II. Apagar o histórico de navegação após o uso.
- III. Limpar cookies e outros dados de sites armazenados no navegador.
- IV. Limpar imagens e arquivos armazenados em cache.
- V. Remover dados salvos de preenchimento automático, quando houver informações pessoais registradas.

Após análise, conclui-se que estão corretas:

- a) I, II e III.
- b) II, III e IV.
- c) I, III e V.
- d) I, II, IV e V.
- e) I, II, III, IV e V.

31) Um usuário deseja pesquisar no Google pela expressão manga longa, mas quer evitar resultados relacionados à fruta. Além disso, ele quer que os resultados contenham pelo menos um dos termos camisa ou blusa. Assinale a alternativa que apresenta qual pesquisa atende melhor a esse objetivo.

- a) "manga longa" -fruta (camisa OR blusa)
- b) "manga longa" fruta camisa blusa
- c) manga longa -camisa -blusa fruta
- d) "manga longa" NOT fruta AND camisa AND blusa
- e) manga longa +fruta camisa blusa

32) No Windows, o Explorador de Arquivos permite acessar pastas e arquivos por meio de determinados caminhos, como por exemplo: C:\Users\NomeDoUsuario\Documents. Suponha que um usuário chamado aluno esteja usando o Windows com as configurações padrão, instalado na partição C:, e que o navegador também esteja com a configuração padrão de downloads. Após baixar um arquivo chamado programa.exe, indique qual dos caminhos abaixo é um caminho válido para acessar esse arquivo na pasta de downloads desse usuário.

- a) C:\Users\aluno\Downloads\programa.exe
- b) C:\Windows\System32\Downloads\programa.exe
- c) C:\Program Files\aluno\programa.exe
- d) D:\Users\aluno\Desktop\programa.exe
- e) C:\Users\Downloads\aluno\programa.exe

33) Um usuário encontrou um pendrive desconhecido e o conectou a um computador com Windows. Ao abrir o dispositivo, percebeu que havia um arquivo com extensão .exe. Considerando boas práticas de segurança da informação, indique qual é a medida mais segura a ser tomada.

- a) Executar o arquivo apenas depois de verificar se ele possui um ícone conhecido.
- b) Não executar o arquivo .exe de maneira alguma, pois ele pode conter código malicioso.
- c) Executar o arquivo após uma verificação com antivírus, pois isso garante que ele é seguro.
- d) Enviar o arquivo para um site de verificação online e executá-lo caso o site não indique ameaça.
- e) Copiar o arquivo para o computador antes de executá-lo, pois arquivos fora do pendrive são mais seguros.

34) A autenticação em dois fatores, também conhecida como 2FA, é uma medida de segurança usada para proteger contas online. Assinale a alternativa que apresenta corretamente um exemplo de uso de 2FA.

- a) Entrar na conta usando apenas uma senha forte, com pelo menos duas letras, dois números e dois símbolos.
- b) Entrar na conta usando duas senhas diferentes cadastradas para o mesmo serviço.
- c) Entrar na conta usando senha e, em seguida, confirmar o acesso com um código gerado por aplicativo autenticador.
- d) Entrar na conta usando a mesma senha em dois dispositivos diferentes.
- e) Entrar na conta usando o navegador em modo anônimo para impedir o salvamento da senha.

35) Em computadores com Windows, é comum que o sistema ofereça integração com um serviço da Microsoft para armazenamento e sincronização de arquivos na nuvem, permitindo manter dados como documentos, imagens e itens da Área de Trabalho acessíveis em outros dispositivos. Assinale a alternativa que apresenta esse serviço.

- a) Dropbox.
- b) Windows Update.
- c) OneDrive.
- d) Google Drive.
- e) BitLocker.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

36) Um técnico de laboratório recebeu a tarefa de organizar a rotina de manutenção preventiva e operação de equipamentos sensíveis após um longo período de recesso institucional. Durante a inspeção das áreas de microbiologia e química analítica, ele deve garantir que os procedimentos de conservação e uso estejam rigorosamente corretos para evitar danos aos aparelhos e garantir a fidelidade dos resultados. Considerando as boas práticas de laboratório para o manuseio e conservação de equipamentos, assinale a alternativa que apresenta uma conduta correta.

- a) Ao utilizar a estufa de esterilização e secagem, o técnico deve certificar-se de que os materiais estejam totalmente encostados nas paredes internas para otimizar a condução de calor por contato direto.
- b) A limpeza das lentes objetivas de um microscópio óptico deve ser realizada diariamente com papel toalha comum e álcool 70%, garantindo a remoção de resíduos de óleo de imersão após o uso.
- c) As balanças analíticas de alta precisão deve ser instaladas em bancadas de madeira leves e próximas a janelas ou saídas de ar-condicionado, facilitando a ventilação do motor do equipamento.
- d) Para a limpeza de vidrarias volumétricas de precisão, como balões volumétricos, deve-se evitar o uso de escovas de cerdas duras que possam riscar o vidro interno, bem como não utilizar soluções fortemente alcalinas por tempo prolongado, o que pode alterar o volume aferido.
- e) Após a lavagem manual da vidraria com detergente neutro e enxágue com água destilada, a secagem deve ser feita obrigatoriamente no interior da capela de exaustão de gases para evitar uma nova contaminação por partículas suspensas no ar.

37) No cotidiano de um laboratório de análises clínicas, o manejo adequado de materiais e a observação rigorosa das normas de biossegurança são essenciais para garantir a integridade do profissional e a qualidade dos resultados. Sobre a lavagem, preparo de materiais e prevenção de acidentes, assinale a alternativa correta.

- a) A lavagem de vidrarias que tiveram contato com material biológico deve ser realizada inicialmente com jatos de água sob pressão, sem necessidade de descontaminação prévia, para garantir a remoção mecânica de resíduos.
- b) O uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), como luvas e jalecos, dispensa a necessidade de lavagem das mãos após a manipulação de amostras biológicas, desde que não tenha ocorrido ruptura das luvas.
- c) Materiais perfurocortantes, como agulhas e lâminas de bisturi, devem ser descartados em recipientes de paredes rígidas, resistentes à perfuração, com tampa e devidamente identificados com o símbolo de risco biológico.
- d) A autoclave é um método de esterilização por calor seco, sendo o equipamento mais indicado para a esterilização de materiais termolábeis e plásticos descartáveis de baixo custo.
- e) Em caso de derramamento de material biológico em bancadas, deve-se proceder imediatamente à limpeza com pano seco para absorção do líquido, seguida de aplicação de álcool 70% por apenas 30 segundos.

38) Na rotina de um laboratório de análises clínicas, a segurança da equipe, do paciente e do meio ambiente depende da aplicação rigorosa das normas de biossegurança. Sobre os Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), a classificação de riscos e o manejo de resíduos, assinale a alternativa correta.

- a) O uso de luvas de procedimento substitui a necessidade de higienização das mãos, desde que as luvas não apresentem perfurações visíveis após o manuseio de amostras biológicas.
- b) Os agentes biológicos que possuem moderado risco individual e limitado risco para a comunidade, para os quais existem medidas terapêuticas e profiláticas eficazes, são classificados como pertencentes à Classe de Risco 2.
- c) Os resíduos perfurocortantes, como agulhas e escalpes, devem ser descartados em sacos plásticos brancos leitosos, devidamente identificados com o símbolo de risco biológico, até atingirem 2/3 da sua capacidade.
- d) O jaleco é considerado um Equipamento de Proteção Coletiva (EPC) e deve ser utilizado obrigatoriamente em todas as áreas do hospital, incluindo refeitórios e copas, para garantir a proteção contínua do profissional.
- e) Máscaras de proteção respiratória (tipo N95 ou PFF2) são indicadas exclusivamente para a proteção contra respingos de substâncias químicas líquidas, como ácidos e bases fortes.

39) Em uma unidade de pronto atendimento, o técnico de laboratório, ao finalizar a coleta de sangue venoso de um paciente com suspeita de hepatite B, sofre um acidente percutâneo devido ao descarte inadequado da agulha. O material foi jogado em um saco plástico branco leitoso (destinado a resíduos biológicos não perfurocortantes), que estava superlotado, em vez de ser colocado no coletor rígido específico. Durante o incidente, observou-se que o profissional utilizava luvas de procedimento e jaleco, mas não fazia uso de óculos de proteção. Considerando as normas de biossegurança (NR-32), o gerenciamento de Resíduos de Serviços de Saúde (RSS) e os protocolos de exposição a material biológico, assinale a alternativa que descreve corretamente as falhas e a conduta a ser adotada.

- a) A conduta imediata após o acidente deve incluir a lavagem exaustiva do local ferido com água e sabão, a notificação compulsória do acidente de trabalho (CAT) e a avaliação da necessidade de quimioprofilaxia para o profissional.
- b) O uso de óculos de proteção era obrigatório nesse procedimento, pois os EPIs visam impedir a ocorrência do acidente percutâneo, substituindo a necessidade de cuidados com materiais perfurocortantes.
- c) O descarte da agulha no saco branco leitoso está correto por se tratar de resíduo do Grupo A (biológico); a falha ocorreu apenas pelo excesso de resíduos no recipiente, que ultrapassou o limite de 1/3 da capacidade.
- d) O coletor de perfurocortantes, classificado como resíduo do Grupo E, deve ser substituído apenas quando atingir 100% de sua capacidade total, visando a otimização de recursos e a redução de custos hospitalares.
- e) O EPC (Equipamento de Proteção Coletiva) indicado para evitar esse tipo específico de acidente percutâneo é a instalação de anteparos de acrílico entre o profissional e o paciente durante a flebotomia.

40) Um coordenador de laboratório de análises clínicas observa que um lote de pinças metálicas e vidrarias resistentes ao calor, que tiveram contato direto com fluidos biológicos, foi submetido apenas à desinfecção com álcool 70%. Além disso, o descarte de ponteiros contaminados estava sendo feito de forma inadequada em sacos plásticos comuns antes da autoclavação. Considerando as normas de biossegurança e o processamento de produtos para saúde, assinale a alternativa correta.

- a) A esterilização em estufa (calor seco) é o método de escolha para materiais de borracha e plásticos sensíveis, pois a ausência de umidade preserva a integridade estrutural desses itens durante o ciclo de 60 minutos a 100 graus Celsius
- b) O uso de soluções desinfetantes como o hipoclorito de sódio a 1% é classificado como um método de esterilização física, sendo intercambiável com a autoclavação para qualquer tipo de material metálico.
- c) O manuseio seguro de materiais contaminados permite que resíduos perfurocortantes sejam esterilizados em sacos de lixo comum dentro da autoclave, desde que a temperatura atinja 121 graus Celsius por 15 minutos.
- d) Os artigos críticos, como pinças que entram em contato com tecidos ou fluidos, exigem obrigatoriamente a esterilização por métodos físicos (como autoclavação ou estufa) ou químicos de alto nível, não sendo a desinfecção com álcool 70% suficiente para eliminar esporos bacterianos.
- e) A autoclavação é um processo de desinfecção química que utiliza vapor sob pressão, sendo o método mais seguro para esterilizar tecidos de algodão, porém ineficaz para meios de cultura e resíduos contaminados.

41) Em um laboratório de microbiologia, um técnico precisa preparar o meio de cultura Ágar Nutriente para a análise de amostras coletadas em uma inspeção sanitária. O rótulo do fabricante indica que a concentração de preparo é de 28g/L e que o meio deve ser esterilizado em autoclave a 121°C por 15 minutos. Além disso, o técnico deve preparar uma solução de limpeza de bancada utilizando hipoclorito de sódio, partindo de uma solução estoque de 5% para obter 1 litro a uma concentração final de 0,5%. Considerando as boas práticas de laboratório para o preparo de meios, soluções e reagentes, assinale a alternativa correta.

- a) Para preparar 500 mL do meio de cultura, o técnico deve pesar 28 g do pó, dissolvê-lo em água destilada sob aquecimento até a ebulição e, em seguida, distribuir em placas de Petri antes de levar ao processo de autoclavação.
- b) No preparo da solução de hipoclorito de sódio a 0,5%, o técnico deve realizar uma diluição de 1:10, adicionando 100 mL da solução estoque de 5% a 900 mL de água destilada.
- c) Meios de cultura que contêm substâncias termolábeis, como certos tipos de vitaminas ou antibióticos, devem ser preparados da mesma forma que o Ágar Nutriente, sendo submetidos à autoclavação a 121°C para garantir a esterilidade total.
- d) Ao preparar soluções ácidas concentradas a partir de reagentes puros, o técnico deve sempre adicionar a água sobre o ácido lentamente para evitar reações exotérmicas violentas e projeções do líquido para fora do béquer.
- e) O armazenamento de reagentes e corantes fotossensíveis, como o nitrato de prata ou o cristal violeta, deve ser feito preferencialmente em frascos de vidro transparente para permitir a verificação constante de possíveis precipitações ou alterações na cor original.

42) Um técnico de laboratório recebe, no setor de triagem, uma amostra de sangue total coletada em tubo com EDTA (tampa roxa) para a realização de um hemograma e uma amostra de urina de 24 horas para dosagem de creatinina. Durante a conferência, observa-se que o tubo de sangue apresenta microcoágulos e que a amostra de urina possui um volume total de 2.000 mL. Para um ensaio específico de pesquisa, o técnico precisa realizar uma diluição seriada de uma alíquota do soro do mesmo paciente, preparando uma solução final com fator de diluição de 1:100, utilizando um balão volumétrico de 50 mL. Considerando as técnicas de coleta, triagem e os cálculos de diluição, assinale a alternativa que descreve a conduta e o cálculo corretos.

- a) O técnico deve prosseguir com o hemograma da amostra de sangue com microcoágulos, pois a presença de fibrina não interfere na contagem automatizada de plaquetas e eritrócitos.
- b) Para preparar a diluição de 1:100 no balão de 50 mL, o técnico deve pipetar exatamente 0,5 mL (500 µL) da amostra e completar o volume com diluente até a marca de calibração do balão.
- c) Amostras de sangue destinadas ao monitoramento de eletrólitos e gasometria devem ser transportadas preferencialmente em temperatura ambiente e sem proteção contra a luz, independentemente do tempo de percurso até o laboratório central.
- d) No processo de triagem, caso a etiqueta de identificação do paciente esteja levemente manchada, mas o nome seja legível, o técnico deve renomear o tubo manualmente para evitar o descarte da amostra, dispensando nova coleta.
- e) Para realizar uma diluição de 1:100 utilizando 5 mL da amostra original, o técnico precisaria de um balão volumétrico de 1.000 mL, resultando em uma concentração cem vezes maior que a inicial.

43) Fase Pré-Analítica: Coleta, Identificação e Transporte de Amostras. No que se refere às boas práticas laboratoriais para a coleta, recepção, triagem e transporte de amostras biológicas, assinale a alternativa correta.

- a) No transporte de amostras biológicas por via terrestre, deve-se utilizar o sistema de tripla embalagem, composto por um recipiente primário estanque, um recipiente secundário impermeável e uma embalagem terciária rígida e resistente.
- b) A identificação da amostra deve ser realizada preferencialmente na tampa do tubo ou frasco, para facilitar a leitura rápida pelo técnico durante a triagem.
- c) Amostras de urina para cultura (Urocultura) podem ser mantidas em temperatura ambiente por até 12 horas antes do processamento, sem o uso de conservantes, devido à acidez natural do material.
- d) Durante a coleta de sangue venoso com sistema a vácuo, a ordem dos tubos é irrelevante, desde que o volume coletado em cada tubo respeite a marca de graduação do fabricante.
- e) A triagem de amostras biológicas consiste exclusivamente na verificação do nome do paciente, não sendo necessária a conferência de critérios de integridade como hemólise, lipemia ou volume insuficiente.

44) No âmbito da Microbiologia e Parasitologia Clínica, as etapas de processamento da amostra e a escolha do método diagnóstico são determinantes para a precisão do laudo. Sobre esses temas, assinale a alternativa correta.

- a) O ágar MacConkey é um meio de cultura seletivo e diferencial, utilizado para o isolamento de bacilos Gram-positivos e para a diferenciação de bactérias fermentadoras de lactose.
- b) Na técnica de semeadura por esgotamento (estrias), o objetivo principal é obter o crescimento confluyente de bactérias em toda a superfície do meio, facilitando a visualização da carga bacteriana total.
- c) O teste da Catalase é uma prova bioquímica essencial para a identificação bacteriana, sendo utilizado para diferenciar o gênero *Staphylococcus* (catalase positivo) do gênero *Streptococcus* (catalase negativo).
- d) Na parasitologia clínica, o método de sedimentação espontânea (Método de Hoffman, Pons e Janer) é fundamentado no princípio da flutuação, sendo a técnica de escolha para o diagnóstico exclusivo de protozoários como *Giardia lamblia*.
- e) O transporte de amostras de fezes para coprocultura deve ser feito obrigatoriamente em frasco seco e sem conservantes, podendo permanecer em temperatura ambiente por até 48 horas antes da semeadura.

45) Para a correta identificação de parasitos intestinais (ovos, larvas, cistos e trofozoítos), é necessário que o técnico selecione o método de análise baseado no princípio físico e na suspeita clínica. Sobre os métodos parasitológicos, assinale a alternativa correta.

- a) O método de Faust e colaboradores fundamenta-se na sedimentação centrífuga para a pesquisa de ovos pesados de helmintos, como os de *Schistosoma mansoni*.
- b) O método de Graham (fita adesiva) é a técnica padrão-ouro para a pesquisa de cistos de *Entamoeba histolytica* em pacientes pediátricos.
- c) O método de Kato-Katz é uma técnica qualitativa que utiliza o princípio da flutuação em solução saturada de açúcar para identificar a presença de oocistos de protozoários.
- d) O método de Lutz (sedimentação espontânea) utiliza soluções de baixa densidade para fazer com que os cistos de protozoários flutuem na superfície do líquido, facilitando a coleta.
- e) O método de Rugai (ou de Baermann-Moraes) baseia-se no termotropismo e hidrotropismo positivo, sendo o método de escolha para a pesquisa de larvas de *Strongyloides stercoralis*.

46) Na rotina de um laboratório de Bioquímica Clínica, o técnico é responsável por garantir a qualidade desde o preparo dos reagentes até a leitura final das amostras. Sobre os princípios básicos e técnicas laboratoriais, assinale a alternativa correta.

- a) Na dosagem de glicose pelo método enzimático colorimétrico (Glicose Oxidase), a intensidade da cor formada é inversamente proporcional à concentração de glicose presente na amostra.
- b) O "Branco do Reagente" tem como função principal calibrar o equipamento para compensar a cor própria dos reagentes, garantindo que a absorbância medida seja apenas a da reação com o analito.

- c) Para a dosagem de ureia e creatinina, amostras apresentando hemólise intensa podem ser utilizadas sem restrições, pois a hemoglobina não interfere nas reações enzimáticas ou de Jaffé.
- d) Ao preparar um reagente de trabalho a partir de um concentrado, o técnico deve sempre adicionar a água sobre o ácido concentrado para evitar reações exotérmicas perigosas.
- e) O Padrão (ou Calibrador) é uma solução de concentração desconhecida utilizada apenas para verificar se o equipamento está ligado corretamente antes da rotina.

47) A uroanálise é um dos exames mais realizados na rotina laboratorial. Para que os resultados sejam fidedignos, o técnico deve observar rigorosamente os critérios de análise e conservação. Sobre este exame, assinale a alternativa correta.

- a) A presença de cilindros hemáticos no sedimento urinário é um achado comum e sem significado clínico em amostras de urina colhidas após exercício físico leve.
- b) O exame químico realizado através de tiras reagentes deve ser feito após a centrifugação da urina, utilizando apenas o sobrenadante para evitar a interferência das células.
- c) Amostras de urina mantidas em temperatura ambiente por mais de duas horas sofrem alterações como a diminuição do pH (devido à glicólise) e a redução da turbidez pela lise de cristais.
- d) Na análise física, uma urina com densidade baixa (isostenúria ou hipostenúria) e cor muito clara pode indicar incapacidade renal de concentrar a urina ou grande ingestão hídrica.
- e) A presença de cristais de oxalato de cálcio em urinas ácidas é um indicador patológico de cálculos renais e exige a rejeição imediata da amostra por erro de coleta.

48) A execução de exames imunológicos exige rigor no preparo das amostras e no entendimento das reações antígeno-anticorpo. Sobre as técnicas e cuidados na imunologia clínica, assinale a alternativa correta.

- a) O teste de ELISA (Ensaio Imunoenzimático) baseia-se na utilização de um anticorpo ou antígeno marcado com uma enzima, que, ao reagir com um substrato específico, produz uma mudança de cor proporcional à quantidade de analito na amostra.
- b) O soro é a amostra de escolha para a maioria dos testes sorológicos (como a pesquisa de anticorpos Anti-HIV), devendo ser obtido a partir da coleta em tubo com anticoagulante EDTA para preservar o sistema complemento.
- c) Na técnica de aglutinação direta, utilizada para o diagnóstico de algumas doenças infecciosas, ocorre a formação de agregados visíveis quando anticorpos solúveis reagem com antígenos também solúveis em meio líquido.
- d) Amostras que apresentam lipemia intensa (soro leitoso) são ideais para testes de imunofluorescência e nefelometria, pois os lipídios ajudam na dispersão correta dos feixes de luz laser.
- e) A Reação de Widal, utilizada no diagnóstico da febre tifoide, é um exemplo de técnica de imunofluorescência indireta que utiliza ouro coloidal como marcador de reação.

49) No que se refere ao Regulamento Técnico para funcionamento de Laboratórios Clínicos e às normas de segurança no trabalho em saúde, assinale a alternativa correta.

- a) De acordo com a RDC 302/2005, o laboratório deve manter arquivados os laudos de controle interno e externo da qualidade pelo período mínimo de 1 ano, após o qual podem ser descartados sem registro.
- b) A NR-32 estabelece que, para a proteção dos trabalhadores, o uso de adornos (anéis, pulseiras, relógios) é permitido desde que sejam higienizados com álcool 70% ao entrar no setor técnico.
- c) Segundo a legislação vigente, o descarte de agulhas e lancetas (perfurocortantes) deve ser feito em sacos plásticos brancos leitosos, identificados com o símbolo de risco biológico e preenchidos até a sua capacidade total.
- d) Conforme a RDC 302/2005, o laboratório clínico deve possuir instruções escritas e atualizadas de todos os seus procedimentos (POPs) e estes devem estar disponíveis a todos os funcionários envolvidos nas tarefas.
- e) A validade do laudo laboratorial é de responsabilidade exclusiva do técnico que realizou a coleta, eximindo o Diretor Técnico de qualquer implicação legal sobre os resultados liberados por automação.

50) O gerenciamento dos resíduos gerados no laboratório clínico é essencial para a proteção da saúde pública e do meio ambiente. Segundo a RDC 222/2018, que regulamenta as boas práticas de gerenciamento de resíduos de serviços de saúde, assinale a alternativa correta.

- a) Os resíduos do Grupo A (biológicos) que não apresentam risco de contaminação por microrganismos de alta infectividade podem ser descartados diretamente no lixo comum, junto aos papéis de escritório.
- b) Os resíduos do Grupo B (químicos), como solventes e reagentes de coloração, devem ser sempre encaminhados para aterros sanitários comuns, desde que estejam em frascos de vidro vedados.
- c) Os resíduos do Grupo E (perfurocortantes), tais como agulhas e lâminas de bisturi, devem ser descartados em recipientes rígidos, resistentes à punctura, com tampa e devidamente identificados com o símbolo de risco biológico.
- d) O saco plástico utilizado para o acondicionamento de resíduos do Grupo A deve ser preenchido até o limite de sua capacidade total, garantindo que o fechamento seja feito apenas com um nó simples na parte superior.
- e) Os resíduos do Grupo D são aqueles que apresentam risco radiológico e devem ser mantidos em recipientes de chumbo até que a sua atividade decaia para níveis seguros.