



CONCURSO PÚBLICO

PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAÇÁS - ESTADO DA BAHIA

EDITAL N.º 01/2026

NUTRICIONISTA I - SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

Duração: 4h (quatro horas)

Leia atentamente as instruções abaixo:

01 Você recebeu do fiscal o seguinte material:

a) Este caderno, contendo **50 (cinquenta)** questões da prova objetiva, sem repetição ou falha, e a **prova de redação**, conforme distribuição abaixo:

CONHECIMENTOS BÁSICOS			CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS	PROVA DE REDAÇÃO
LÍNGUA PORTUGUESA	NOÇÕES DE INFORMÁTICA	RACIOCÍNIO LÓGICO-MATEMÁTICO		
1 a 10	11 a 17	18 a 25	26 a 50	

b) Um cartão de respostas destinado às respostas das questões objetivas, com a folha da **prova de redação** no verso.

- 02** Verifique se este material está em ordem e se o seu nome, RG, cargo e número de inscrição conferem com os dados que aparecem no cartão de respostas. Caso contrário, notifique imediatamente o fiscal.
- 03** Após a conferência, o candidato deverá assinar no espaço próprio do cartão de respostas, com caneta esferográfica de tinta na cor azul ou preta.
- 04** No cartão de respostas da prova objetiva, a marcação da alternativa correta deve ser feita cobrindo a letra correspondente ao número da questão e preenchendo todo o espaço interno, com caneta esferográfica de tinta na cor azul ou preta, de forma contínua e densa.

Exemplo:



- 05** Para cada uma das questões objetivas, são apresentadas **4 (quatro) alternativas**, classificadas com as letras "A", "B", "C" e "D", mas só uma responde adequadamente à questão proposta. Você só deve assinalar uma alternativa. A marcação em mais de uma alternativa anula a questão, mesmo que uma das respostas esteja correta.
- 06** O candidato poderá entregar seu cartão de respostas, seu caderno de questões e retirar-se da sala de prova somente depois de decorrida **1 (uma) hora** do início da prova. O candidato que insistir em sair da sala de prova antes do previsto, descumprindo o aqui disposto, deverá assinar o termo de ocorrência declarando sua desistência do certame, que será lavrado pelo coordenador do local.
- 07** Só será permitido ao candidato levar o caderno de questões, a partir de **1 (uma) hora** para o horário de término da prova.
- 08** Não será permitida a cópia de gabarito no local de prova. Ao terminar a prova de conhecimentos, o candidato entregará, obrigatoriamente, o seu cartão de respostas. **O candidato que se retirar da sala levando o cartão de respostas estará automaticamente eliminado do certame.**
- 09** Reserve os **30 (trinta)** minutos finais para marcar seu cartão de respostas e transcrever sua redação. Os rascunhos e as marcações assinaladas no caderno de questões não serão levados em consideração para a correção.
- 10** Os **3 (três)** últimos candidatos permanecerão sentados até que todos conclua a prova ou que termine o tempo de duração da prova, devendo assinar a ata de sala e retirar-se juntos.

CONHECIMENTOS BÁSICOS**LÍNGUA PORTUGUESA**

Leia o texto a seguir.

Excesso de proteína pode trazer riscos à saúde, alertam especialistas

Sophie Egan

Se você andou pelos corredores de alimentos embalados de um supermercado recentemente, ou deu uma olhada nas atuais diretrizes alimentares dos Estados Unidos, pode ter ficado com a impressão de que, quando se trata de proteína, quanto mais, melhor.

Cereais embalados, pipoca, mistura para panqueca e bebidas de café estão sendo enriquecidos com o nutriente. E a nova pirâmide alimentar invertida, que o governo Trump divulgou em janeiro, destaca a proteína de forma proeminente, com bife, frango e queijo no topo.

Pesquisas sugerem que a maioria dos adultos americanos está consumindo muito mais proteína do que o necessário para uma boa saúde. Uma pesquisa de 2025 com 3.000 adultos americanos mostrou que 71% estavam tentando comer mais proteína. O percentual era de 59% em 2022.

A proteína é um nutriente essencial. Mas [...] não é necessariamente melhor, diz Bettina Mittendorfer, professora de nutrição e fisiologia do exercício na Faculdade de Medicina da Universidade de Missouri. E em alguns casos, comer muito mais do que os especialistas em nutrição recomendam pode trazer alguns riscos.

Não existe uma regra rígida sobre quanta proteína é demais, dizem os especialistas, e muitas pessoas podem exceder as quantidades recomendadas sem problemas. Mas problemas potenciais podem surgir quando as pessoas consomem muito mais do que cerca de 1,2 g de proteína por quilograma de peso corporal por dia, diz Mittendorfer.

Doenças cardíacas e diabetes tipo 2

A maioria da proteína que os americanos consomem vem de carne e outros produtos de origem animal. Em um estudo publicado em 2021, pesquisadores do Departamento de Agricultura descobriram que alimentos de origem animal (incluindo carne bovina, frango e carnes curadas) representavam quase 70% do consumo de proteína das pessoas.

Pesquisas sugerem que aqueles que consomem maiores quantidades de carne vermelha e processada tendem a ter riscos mais elevados de doenças cardíacas e diabetes tipo 2, diz Donald Hensrud, professor associado de nutrição e medicina preventiva na Faculdade de Medicina da Mayo Clinic.

Em uma grande análise publicada em 2023, por exemplo, pesquisadores descobriram que comer 100g extras de carne vermelha (equivalente a cerca de uma costeleta de porco fina e desossada) por dia aumentava o risco de doenças cardíacas em 11% — e cada 50g adicionais de carne vermelha processada (equivalente a cerca de uma salsicha padrão) por dia aumentava em 26%.

Outro estudo, também publicado em 2023, descobriu que entre os quase 217 mil participantes (majoritariamente mulheres), aqueles que consumiam mais carne vermelha tinham um risco 40% maior de desenvolver diabetes tipo 2 do que aqueles que consumiam menos, e que aqueles que consumiam mais carne vermelha processada tinham um risco 51% maior.

Carnes vermelhas e processadas tendem a conter altos níveis de gorduras saturadas, que podem elevar os níveis sanguíneos de colesterol LDL (ou "ruim") e aumentar o risco de infarto e AVC. Esses alimentos também podem aumentar a inflamação e a resistência à insulina, diz Hensrud, o que também poderia elevar os riscos de doenças cardíacas e diabetes tipo 2.

Fonte: <https://www1.folha.uol.com.br/eqilibrioesaude/2026/06/excesso-de-proteina-pode-trazer-riscos-a-saude-alertam-especialistas.shtml>. Adaptado. Acesso em 03/06/2026

1. De acordo com o texto, um determinado fenômeno reflete a crescente valorização da proteína no mercado alimentício americano. Esse fenômeno é o(a):

- A) inclusão desse nutriente em alimentos, como pipoca e cereais
- B) recomendação de reduzir o consumo de carne vermelha nas diretrizes oficiais
- C) aumento do número de estudos científicos sobre os riscos do excesso proteico
- D) substituição progressiva de alimentos de origem animal por fontes vegetais de proteína nos supermercados

2. No 8º parágrafo do texto, há o relato de um estudo de 2023 apontando que o consumo de 50g extras de carne vermelha processada por dia eleva em 26% o risco de doenças cardíacas. Esse dado exemplifica, no contexto do texto, o argumento central de que:

- A) qualquer fonte de proteína animal é igualmente prejudicial à saúde
- B) a quantidade de proteína consumida não importa, mas sim sua qualidade
- C) o consumo de proteína vegetal é isento de riscos cardiovasculares
- D) o excesso proteico proveniente de carnes, especialmente processadas, está associado a maiores riscos cardiovasculares

3. A tese central defendida no texto é a de que:

- A) o consumo de proteína deve ser eliminado da dieta de pessoas com risco cardiovascular
- B) a proteína é um nutriente essencial, mas seu consumo excessivo, especialmente de fontes animais, pode representar riscos à saúde
- C) as políticas alimentares do governo estadunidense contradizem frontalmente todas as pesquisas científicas sobre proteína disponíveis atualmente
- D) pesquisas recentes comprovam que qualquer quantidade de proteína acima da recomendação diária causa doenças cardíacas e diabetes tipo 2

4. O texto combina diferentes modos discursivos ao longo de sua estrutura. Essa combinação organiza-se da seguinte maneira:

- A) o modo descritivo predomina no texto inteiro, uma vez que o autor está focado em caracterizar os hábitos alimentares da população americana sem emitir juízo de valor
- B) o modo injuntivo organiza a abertura do texto, prescrevendo comportamentos alimentares; o expositivo desenvolve os dados científicos; o narrativo conclui com recomendações dos especialistas
- C) o modo expositivo apresenta dados e pesquisas; o argumentativo estrutura a tese de que o excesso proteico pode ser prejudicial; o descritivo aparece pontualmente ao caracterizar alimentos e fontes de proteína
- D) o modo narrativo é dominante, pois o texto relata cronologicamente a evolução do consumo de proteína nos Estados Unidos desde 2022, organizando os fatos em sequência temporal linear, sem sobressaltos ou interrupções

5. “Pesquisas sugerem que aqueles que consomem maiores quantidades de carne vermelha e processada tendem a ter riscos mais elevados de doenças cardíacas e diabetes tipo 2, diz Donald Hensrud, professor associado de nutrição e medicina preventiva na Faculdade de Medicina da Mayo Clinic” (7º parágrafo). Nesse trecho, as expressões em destaque produzem um efeito de sentido veiculado por um determinado mecanismo, que é o de:

- A) coesão referencial, ao retomar anaforicamente o termo “pesquisas” citado no parágrafo anterior, garantindo progressão temática sem repetição
- B) ruptura de coerência, pois o uso de verbos modalizadores contradiz os dados numéricos precisos apresentados logo a seguir, criando inconsistência argumentativa
- C) reforço da ideia de risco, que já havia sido apresentada, com atenuação da força assertiva da afirmação, visando a expressar uma certa margem de incerteza científica
- D) coesão sequencial por conexão adversativa, que opõe os dados das pesquisas às recomendações do governo, sinalizando discordância entre ciência e política pública

6. No trecho “A proteína é um nutriente essencial. **Mas** [...] não é necessariamente melhor” (4º parágrafo), o conectivo em destaque estabelece uma relação adversativa. Nesse contexto de uso, a substituição de “mas” por “portanto” geraria um(a):

- A) sentido preservado, pois “portanto” também pode introduzir uma ideia que se opõe à afirmação anterior em contextos informais
- B) texto mais formal, mas o argumento central permaneceria intacto, pois a ideia de limitação do consumo proteico independe do conectivo utilizado
- C) mudança aceitável apenas se acompanhada da inversão da ordem das orações, já que “portanto” exige que a conclusão venha antes da premissa
- D) relação de conclusão, transformando o alerta dos especialistas em consequência lógica e necessária do fato de a proteína ser essencial, o que distorceria completamente o argumento apresentado

7. No trecho “[...] problemas potenciais podem surgir quando as pessoas consomem muito mais do que cerca de 1,2 g” (5º parágrafo), as formas verbais em destaque expressam, respectivamente:

- A) certeza e dúvida
- B) condição hipotética e possibilidade
- C) possibilidade e valor genérico-habitual
- D) recomendação indireta e possibilidade

8. “Em um estudo publicado em 2021, pesquisadores do Departamento de Agricultura descobriram que alimentos de origem animal (incluindo carne bovina, frango e carnes curadas) representavam quase 70% do consumo de proteína das pessoas” (6º parágrafo). Nesse trecho, a palavra em destaque classifica-se como:

- A) adjetivo
- B) advérbio
- C) preposição
- D) pronome indefinido

9. O texto mobiliza predominantemente a função:

- A) referencial, pois as vozes especializadas reforçam o efeito de objetividade e ancoragem em dados verificáveis
- B) poética, pois a alternância entre vozes diferentes cria um efeito rítmico que torna o texto mais atraente ao leitor leigo
- C) fática, pois as citações de especialistas servem para manter o canal de comunicação aberto entre o jornalista e o público-alvo
- D) conativa, pois as falas dos especialistas têm como objetivo primário persuadir o leitor a mudar seus hábitos alimentares de forma imediata

10. “Pesquisas sugerem que aqueles que consomem maiores quantidades de carne vermelha e processada tendem a ter riscos mais elevados de doenças cardíacas e diabetes tipo 2 [...]” (7º parágrafo). Nesse trecho, os dois conectivos destacados cumprem função de introduzir, respectivamente, uma oração:

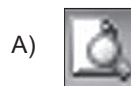
- A) adjetiva e uma oração adverbial
- B) adjetiva e uma oração substantiva
- C) substantiva e uma oração adjetiva
- D) substantiva e uma oração adverbial

NOÇÕES DE INFORMÁTICA

11. Um usuário do *MS Word 2010*, em português, precisa formatar um documento para centralizar uma parte do texto, utilizando teclas de atalho. Para isso, ele precisa utilizar as teclas:

- A) CTRL + E
- B) CTRL + R
- C) SHIFT + E
- D) SHIFT + R

12. Uma “Barra de Ferramentas de Acesso Rápido” do *MS Word 2010*, em português, foi personalizada com inserção de ícones relacionados a documentos. Um dos ícones inseridos foi o de criar um novo documento. Esse ícone é o:



13. Um usuário do *MS Excel 2010 BR* precisa inserir, em uma célula, uma função para tratamento de texto. Nesse caso, uma função que pode ser utilizada é a:

- A) MOD
- B) LINHA
- C) EXATO
- D) AVEDEV

14. Utilizando um sistema de correio eletrônico, quando se coloca um destinatário como Cco (ou Bcc), quer dizer que se deseja que esse destinatário:

- A) leia a mensagem que em breve será retirada do servidor, de modo que não poderá mais ser acessada
- B) receba a mensagem, mas sem que os outros destinatários saibam que ele a recebeu
- C) sinalize automaticamente para o remetente que a mensagem enviada foi lida
- D) não possa mais receber as mensagens deste remetente

15. Um usuário de computador precisa acessar um programa de *software* que fornece acesso à internet, exibindo *sites* na tela e permitindo a interação com eles, como inserir textos e clicar em *links* para acessar outros *sites*. Um programa que serve para cumprir essas tarefas é o:

- A) *STM32Cube*
- B) *Google Chrome*
- C) *Adobe Photoshop*
- D) *Oracle Virtual Box*

16. Um usuário do *MS PowerPoint BR* deseja configurar a transição dos *slides* de sua apresentação para que ela seja do tipo "Panorâmica". O ícone associado a esse tipo de transição é:

- A) 
- B) 
- C) 
- D) 

17. Um usuário do *MS Windows*, em português, precisa acessar o "Menu Iniciar" por meio de teclas de atalho. As teclas de atalho para essa situação são:

- A) ALT + F4
- B) ALT + TAB
- C) CTRL + ESC
- D) CTRL + TAB

RACIOCÍNIO LÓGICO-MATEMÁTICO

18. Um gestor de projetos de uma empresa de tecnologia organiza três equipes de desenvolvimento. A equipe **A** realiza entregas a cada 6 dias corridos; a equipe **B**, a cada 8 dias corridos; e a equipe **C**, a cada 12 dias corridos. Se, hoje, todas as equipes realizaram entregas simultaneamente, o número mínimo de dias para que esse evento ocorra novamente é:

- A) 12 dias
- B) 24 dias
- C) 48 dias
- D) 72 dias

19. No encerramento de um *workshop* corporativo, a comissão organizadora aplicou uma pesquisa de satisfação em que os participantes atribuíam notas de 1 a 5 para o evento. O relatório final apontou que 20 pessoas atribuíram nota 5, 20 pessoas atribuíram nota 4 e 10 pessoas atribuíram nota 3. A nota média ponderada de satisfação obtida por esse evento foi:

- A) 3,8
- B) 4,0
- C) 4,2
- D) 4,4

20. O setor de almoxarifado de uma repartição pública constatou que 4 impressoras idênticas, trabalhando no mesmo ritmo, gastam um total de 12 dias para imprimir um lote de processos acumulados. Para agilizar o serviço, a chefia decidiu instalar mais 2 impressoras de igual modelo e desempenho. O tempo total necessário para imprimir esse mesmo lote de processos, com as 6 impressoras funcionando juntas, é de:

- A) 6 dias
- B) 8 dias
- C) 9 dias
- D) 18 dias

21. Para o julgamento de um recurso administrativo, o conselho deliberativo de uma autarquia deve sortear um comitê especial composto por 3 conselheiros. Sabendo que o conselho completo possui 10 membros e que o presidente da autarquia obrigatoriamente deve fazer parte desse comitê especial, o número de maneiras diferentes de estruturar os demais membros desse comitê é:

- A) 120
- B) 84
- C) 58
- D) 36

22. O gerente de projetos de uma empresa de tecnologia da informação afirmou para a sua equipe a seguinte regra de conformidade: "Todo processo de desenvolvimento que foi auditado neste semestre apresentou total conformidade com as normas internacionais." A negação lógica da afirmação do gerente de projetos é expressa por:

- A) todos os processos de desenvolvimento que não foram auditados neste semestre apresentaram inconformidades
- B) nenhum processo de desenvolvimento que foi auditado neste semestre apresentou total conformidade com as normas internacionais
- C) se um processo de desenvolvimento não foi auditado neste semestre, então ele não apresentou total conformidade com as normas internacionais
- D) pelo menos um processo de desenvolvimento que foi auditado neste semestre não apresentou total conformidade com as normas internacionais

23. O setor de recursos humanos de uma autarquia constatou que, após uma reestruturação interna, o salário bruto de um cargo técnico sofreu um reajuste de 15%. No entanto, devido à mudança de faixa na tabela do Imposto de Renda Retido na Fonte (IRRF) e do plano de saúde, o total de descontos sobre o salário bruto desse servidor passou de 20% para 24%. Considerando o cenário descrito, o salário líquido (salário bruto menos os descontos) desse servidor sofreu uma variação real de:

- A) um aumento de 9,25%
- B) um aumento de 11,00%
- C) uma redução de 4,00%
- D) uma redução de 1,20%

24. Uma *startup* de tecnologia gastou dois quintos do seu capital inicial com infraestrutura de servidores e um terço do capital restante com campanhas de marketing digital. Sabendo que, após esses investimentos, a empresa ainda possui R\$ 150.000,00 em caixa, o valor do capital inicial total aportado nessa *startup* foi de:

- A) R\$ 312.500,00
- B) R\$ 375.000,00
- C) R\$ 450.000,00
- D) R\$ 500.000,00

25. Durante uma auditoria fiscal em uma multinacional, dois auditores da Receita Federal analisam, de maneira independente, livros contábeis de filiais diferentes. A probabilidade de o Auditor 1 encontrar uma desconformidade fiscal grave em seu lote de documentos é de 0,60, enquanto a probabilidade de o Auditor 2 identificar uma desconformidade análoga no seu lote é de 0,75. A probabilidade de que ambos os auditores encontrem desconformidades graves em suas respectivas análises independentes é de:

- A) 0,25
- B) 0,35
- C) 0,45
- D) 0,55

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

26. Durante a reestruturação da Secretaria Municipal de Saúde de Araçás (BA), a coordenação técnica de nutrição passou a integrar um setor administrativo específico dentro da própria Secretaria, com atribuições e competências definidas internamente. Considerando que a Secretaria Municipal de Saúde e os setores que a integram pertencem à mesma pessoa jurídica e estão sujeitos à relação de hierarquia, essa forma de organização administrativa caracteriza a:

- A) delegação, que consiste na transferência do exercício de determinada competência a outro agente ou órgão, nos termos da lei
- B) desconcentração, que consiste na distribuição interna de competências entre órgãos de uma mesma pessoa jurídica
- C) descentralização, que consiste na transferência de competências para outra pessoa jurídica
- D) convalidação de atos, que consiste na correção de vício sanável de um ato administrativo

27. O Código de Ética e de Conduta do Nutricionista estabelece direitos, deveres e limites para o exercício profissional. No que tange à divulgação de informações e à publicidade na internet, é vedado ao Nutricionista que atua na rede municipal de saúde:

- A) divulgar o seu local de atendimento público
- B) veicular informações de caráter meramente educativo
- C) compartilhar orientações gerais sobre alimentação saudável
- D) publicar imagens corporais de pacientes para demonstrar a eficácia de um tratamento

28. No cotidiano de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) da rede municipal de Araçás (BA), o comportamento profissional dos servidores deve ser pautado por deveres de conduta que assegurem a harmonia e a eficiência do serviço público. Diante de um conflito interpessoal entre membros da equipe de manipuladores de alimentos que prejudica o andamento do serviço, a conduta correta do nutricionista supervisor consiste em:

- A) ignorar o conflito, para evitar o desgaste da equipe
- B) transferir os servidores envolvidos para outras unidades de saúde
- C) aplicar penalidades administrativas imediatas sem ouvir as partes
- D) intervir de forma mediadora, promovendo o diálogo e o foco no interesse público

29. Uma disputa entre manipuladores de alimentos sobre a escala de plantão em uma cozinha escolar municipal ameaça paralisar o fornecimento da merenda. Diante desse impasse, a atuação do nutricionista supervisor deve ser pautada pelo princípio da continuidade do serviço público, o que exige priorizar o(a):

- A) punição imediata dos envolvidos
- B) bem-estar individual de cada servidor
- C) regularidade e a manutenção do atendimento
- D) transferência imediata de toda a equipe para outra unidade

30. De acordo com o Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação (RDC n.º 216/2004), os manipuladores que apresentarem lesões e/ou sintomas de enfermidades que possam comprometer a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos devem ser:

- A) mantidos em atividades de limpeza de estoque
- B) autorizados a manipular apenas alimentos cozidos
- C) afastados da atividade de manipulação de alimentos
- D) orientados a utilizar luvas descartáveis duplas durante o serviço

31. O planejamento de cardápios no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) exige, do Nutricionista, a observância de restrições severas quanto à oferta de açúcar de adição, mel e adoçantes. De acordo com as diretrizes estabelecidas pela Resolução CD/FNDE n.º 6/2020, a inclusão desses ingredientes é terminantemente proibida em preparações destinadas a estudantes com idade de até:

- A) 1 ano
- B) 3 anos completos
- C) 4 anos completos
- D) 5 anos completos

32. Durante o processo de preparação de alimentos em uma cozinha institucional, o controle de tempo e de temperatura na etapa de distribuição é crucial para evitar a multiplicação microbiana. Para a conservação a quente de preparações prontas após a cocção, o Nutricionista deve garantir que o alimento seja mantido sob temperatura:

- A) superior a 60°C, por no máximo seis horas
- B) abaixo de 60°C, por no máximo quatro horas
- C) superior a 70°C, por no máximo quatro horas
- D) superior a 65°C, por até no máximo 12 horas

33. O nutricionista supervisor de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) deve mapear os riscos ocupacionais aos quais os manipuladores estão expostos. A exposição contínua ao ruído excessivo de exaustores e de liquidificadores industriais, bem como às temperaturas extremas de câmaras frias e de fornos, caracterizam riscos do tipo:

- A) físicos
- B) químicos
- C) biológicos
- D) ergonômicos

34. Em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), o Nutricionista recebeu, na sexta-feira, 20 kg de coxão mole congelado para ser utilizado no cardápio de segunda e terça-feira da semana seguinte. Durante o planejamento, um auxiliar sugeriu iniciar o descongelamento apenas na segunda-feira pela manhã, em temperatura ambiente, para ganhar tempo. Considerando as exigências da RDC n.º 216/2004, a orientação correta do Nutricionista é que o descongelamento deve:

- A) ocorrer em temperatura ambiente a partir das 4h da manhã
- B) ser feito sob refrigeração, à temperatura inferior a 5°C, com antecedência de 24 a 48 horas
- C) ser realizado em forno de micro-ondas, sem necessidade de cocção imediata do alimento
- D) ser conduzido em água fervente e, após descongelado, a porção excedente pode ser recongelada

35. A biodisponibilidade de minerais pode ser significativamente reduzida pela presença de fatores antinutricionais na dieta, como os fitatos e oxalatos. O mecanismo bioquímico pelo qual os fitatos interferem na absorção de minerais como o cálcio e o zinco consiste no fato de que esses compostos:

- A) aumentam a solubilidade férrica
- B) facilitam o transporte ativo de sódio
- C) inibem a atividade da enzima pepsina no estômago
- D) formam complexos insolúveis com cátions bivalentes que impedem a captação pelos transportadores no lúmen intestinal

36. A Resolução RDC n.º 216/2004 da ANVISA estabelece parâmetros térmicos obrigatórios para a cocção de alimentos em serviços de alimentação. Durante o preparo de carnes bovinas em uma unidade escolar, para garantir a inativação de microrganismos patogênicos, a temperatura mínima a ser atingida no centro geométrico do alimento é de:

- A) 60°C
- B) 65°C
- C) 70°C
- D) 76°C

37. Uma cozinha industrial municipal é abastecida por rede de gás natural encanado, cuja densidade é inferior à do ar. Durante a vistoria técnica, o nutricionista verificou que a central de medição e regulação está instalada em um depósito fechado. De acordo com os requisitos de segurança da NBR 15358 para gases com densidade menor que a do ar, esse ambiente deve possuir:

- A) aberturas de ventilação natural localizadas junto ao piso
- B) sistema de vedação hermética para evitar a dispersão do gás
- C) aberturas de ventilação ou exaustão localizadas na parte superior
- D) monitoramento de pressão contínuo, sem necessidade de ventilação

38. forno combinado é um equipamento essencial em cozinhas institucionais, operando com pressão de vapor que exige rigoroso controle de segurança. Durante uma vistoria técnica à cozinha de uma escola municipal, o nutricionista constatou que a válvula de segurança da câmara de vapor apresentava vazamento recorrente, gerando risco iminente de queimaduras graves aos manipuladores. De acordo com os preceitos de segurança em máquinas e equipamentos (NR-12), diante de uma falha em dispositivo de segurança, o equipamento deve ser:

- A) retirado de serviço e impedido de operar
- B) sinalizado com avisos de advertência sonora
- C) utilizado com redução da pressão nominal de trabalho
- D) mantido em funcionamento restrito em modo de calor seco

39. Na elaboração de uma ficha técnica de preparo de arroz com feijão para uma Unidade de Alimentação e Nutrição Escolar, o nutricionista registrou os seguintes dados: o feijão cru (peso bruto de 5 kg) apresentou fator de correção de 1,10 e índice de reidratação de 2,0; o arroz cru (peso bruto de 8 kg) apresentou fator de correção de 1,0 e índice de cocção de 3,0. Considerando que o porcionamento padrão é de 320 g por comensal, o número de refeições que será servido com essa produção é de aproximadamente:

- A) 75 refeições
- B) 90 refeições
- C) 106 refeições
- D) 120 refeições

40. A Resolução RDC n.º 216/2004 estabelece parâmetros de temperatura para garantir a segurança higiênico-sanitária dos alimentos preparados. Durante uma auditoria em uma UAN municipal, o nutricionista registrou as seguintes situações: alimento preparado conservado sob refrigeração a 4°C; alimento preparado congelado a -18°C; alimento quente mantido em espera para distribuição a 55°C; e descongelamento de carne sob refrigeração a 3°C. A partir disso, é correto afirmar que, dentre as situações listadas pelo nutricionista, constitui infração ao disposto na referida resolução:

- A) alimento preparado congelado a -18°C
- B) descongelamento de carne sob refrigeração a 3°C
- C) alimento preparado conservado sob refrigeração a 4°C
- D) alimento quente mantido em espera para distribuição a 55°C

41. A integridade da barreira intestinal é fundamental para a homeostase do sistema imunológico e para a prevenção de doenças inflamatórias. No que concerne à relação entre nutrientes e a função da barreira intestinal, verifica-se que:

- A) a vitamina D exerce um papel meramente estrutural na absorção de cálcio
- B) o consumo excessivo de fibras solúveis inibe a produção de ácidos graxos de cadeia curta
- C) os ácidos graxos ômega-6 devem ser a única fonte lipídica em dietas para recuperação da mucosa
- D) a glutamina nutre os enterócitos, fortalece as junções celulares e reduz a translocação bacteriana

42. Em uma escola, durante surto de DTA, os alunos apresentaram sintomas de diarreia aquosa e cólicas abdominais intensas, com início 10 horas após o consumo de carne moída mantida em temperatura inadequada. A investigação identificou um bacilo Gram-positivo, anaeróbio e esporulado. O agente etiológico e o mecanismo de patogenidade desse bacilo são:

- A) *Bacillus cereus* (cepa emética) / Produção de toxina proteolítica resistente ao tratamento térmico
- B) *Staphylococcus aureus* / Ingestão de enterotoxina termoestável pré-formada no alimento
- C) *Clostridium perfringens* / Liberação de enterotoxina no intestino delgado durante o processo de esporulação
- D) *Escherichia coli* Enteropatogênica / Colonização invasiva do epitélio do cólon com liberação de citotoxinas

43. O nutricionista de uma escola deve orientar a equipe de cozinha sobre a distinção entre alergia e intolerância alimentar, para assegurar o manejo dietético adequado. No que concerne aos mecanismos fisiopatológicos e aos cuidados na manipulação nesse contexto, verifica-se que:

- A) a intolerância à lactose exige o mesmo rigor de exclusão de traços por contato cruzado que a APLV, demandando áreas de preparo e utensílios exclusivos
- B) a sanitização de superfícies com álcool 70% (p/p) constitui o método de escolha para a remoção mecânica e denaturação de proteínas alergênicas em bancadas de aço inox
- C) o cozimento prolongado de proteínas é uma medida de controle eficaz para converter alérgenos em aminoácidos não reativos, tornando o alimento seguro para alérgicos
- D) as reações alérgicas são respostas imunológicas, geralmente mediadas por IgE, desencadeadas por quantidades ínfimas, enquanto as intolerâncias não envolvem o sistema imune e costumam ser dose-dependentes

44. No planejamento de cardápios para coletividades sadias, o Nutricionista deve considerar não apenas o aporte calórico, mas também a harmonia entre os macronutrientes e a biodisponibilidade de micronutrientes. Considerando as recomendações técnicas para a elaboração de cardápios institucionais, verifica-se que o(a):

- A) inclusão de fontes de vitamina C na mesma refeição que contém ferro não-heme é uma estratégia técnica para potencializar a absorção do mineral, devendo ser priorizada em cardápios escolares
- B) planejamento deve priorizar alimentos com alta densidade energética e baixo volume, visando a reduzir o tempo de esvaziamento gástrico e a aumentar a produtividade operacional da cozinha
- C) substituição integral de carboidratos complexos por simples, no jejum, é recomendada para garantir o aporte imediato de glicose e otimizar o rendimento cognitivo dos comensais
- D) índice de Resto-Ingestão aceitável em UANs é de até 20%, sendo esse o principal indicador para validar a aceitabilidade sensorial e a adequação do per capita protéico

45. A água utilizada na manipulação de alimentos deve ser potável e submetida a controles rigorosos de qualidade. De acordo com os requisitos estabelecidos pela Resolução RDC n.º 216/2004 da ANVISA, a gestão do sistema de abastecimento de água em serviços de alimentação determina que:

- A) o gelo para conservação de alimentos pode ser produzido com água não tratada
- B) a higienização dos reservatórios de água deve ser realizada em intervalos máximos de doze meses
- C) devem ser mantidos registros da higienização dos reservatórios, que deve ser realizada em intervalos máximos de seis meses
- D) a utilização de água de poços artesianos independe de análises laboratoriais periódicas, se o reservatório for devidamente tampado

46. No metabolismo humano, os nutrientes desempenham funções estruturais, energéticas e reguladoras. No que concerne à atuação dos micronutrientes e aos processos de oxirredução celular, verifica-se que:

- A) o zinco atua exclusivamente na estabilização da estrutura terciária da hemoglobina
- B) as vitaminas do complexo B são armazenadas no tecido adiposo e atuam como substrato energético primário
- C) a vitamina K atua como uma coenzima na descarboxilação de resíduos de ácido glutâmico, sendo fundamental para a coagulação
- D) o selênio atua como cofator da enzima glutatona peroxidase, desempenhando um papel crítico na proteção das membranas celulares contra o dano oxidativo provocado por peróxidos

47. A seleção e a conservação de alimentos visam a prolongar a vida útil e a garantir a segurança biológica. Sobre os métodos de conservação e seus efeitos sobre a microbiota e as enzimas, pode-se afirmar que, tecnicamente, o(a):

- A) tindalização é o método de escolha para a conservação de hortifrutis consumidos crus
- B) uso de calor seco é mais eficiente que o calor úmido para a destruição de microrganismos
- C) pasteurização visa à esterilização comercial do alimento, eliminando, inclusive, esporos bacterianos termorresistentes
- D) branqueamento é um pré-tratamento térmico utilizado em vegetais com o objetivo primordial de inativar enzimas, prevenindo alterações sensoriais durante o congelamento

48. O nutricionista deve identificar alterações físicas, químicas e biológicas que tornam os alimentos impróprios para o consumo. Sobre a deterioração de alimentos e a formação de compostos indesejáveis, verifica-se que o(a):

- A) rancidez oxidativa ocorre exclusivamente em carboidratos complexos, resultando em odor de mofo
- B) presença de manchas verdes em tubérculos indica apenas uma alteração estética sem risco de toxicidade
- C) fenômeno de estufamento em latas de conserva é um indicador de condições inadequadas, frequentemente associado à produção de gases por microrganismos anaeróbios esporulados ou reações químicas
- D) crescimento de bolores filamentosos na superfície de queijos de massa dura é um indicador de maturação controlada e de segurança biológica, assegurando que o produto está isento de microrganismos patogênicos devido à redução da atividade de água e à competição interespecífica por substrato

49. A produção de doces, tortas e massas envolve complexas reações físico-químicas. Sobre a conservação e os cuidados na manipulação desses produtos, pode-se afirmar que:

- A) ácidos orgânicos evitam a cristalização em doces ao hidrolisar a sacarose em açúcares invertidos (glicose e frutose)
- B) a rancidez hidrolítica em massas folhadas ocorre pela ação de radiações UV sobre os amidos, resultando na formação de peróxidos que conferem sabor amargo ao produto
- C) massas frescas com recheio de carne possuem atividade de água reduzida devido ao processo de extrusão, o que permite seu armazenamento em temperatura ambiente por até 48 horas
- D) o uso de ovos crus em recheios de tortas que não passam por cocção posterior é permitido, desde que os ovos sejam higienizados externamente com solução clorada a 200 ppm por 15 minutos

50. O leite e seus derivados são alvos frequentes de adulterações e exigem cuidados rigorosos na conservação. No controle de qualidade dos laticínios, o nutricionista deve saber que o(a):

- A) teste da peroxidase negativo no leite pasteurizado indica que o tratamento térmico foi insuficiente para eliminar a microbiota patogênica original
- B) prova do álcool positiva no leite cru indica instabilidade das proteínas (caseínas), sinalizando que o leite não deve ser submetido ao processo de ultra alta temperatura (UHT)
- C) adição de peróxido de hidrogênio ao leite cru tem como objetivo fraudulento aumentar a acidez titulável, favorecendo indevidamente a coagulação enzimática para a produção industrial de queijos finos
- D) crescimento de *Staphylococcus aureus* em queijos de massa cozida ocorre exclusivamente após a etapa de salga, devido à alta sensibilidade desse microrganismo a ambientes com baixa concentração de cloreto de sódio

PROVA DE REDAÇÃO

Leia o texto a seguir.

Saúde mental

A saúde mental não se limita apenas ao que sentimos individualmente. Ela é uma rede de fatores relacionados. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a Saúde Mental pode ser considerada um estado de bem-estar vivido pelo indivíduo, que possibilita o desenvolvimento de suas habilidades pessoais para responder aos desafios da vida e contribuir com a comunidade.

O bem-estar de uma pessoa não depende apenas do aspecto psicológico e emocional, mas também de condições fundamentais, como saúde física, apoio social, condições de vida. Além dos aspectos individuais, a saúde mental é também determinada pelos aspectos sociais, ambientais e econômicos.

A saúde mental não é algo isolado, é também influenciada pelo ambiente ao nosso redor. Isso significa que se deve considerar que a saúde mental resulta da interação de fatores biológicos, psicológicos e sociais. Pode-se afirmar que a saúde mental tem características biopsicossociais.

Entender a saúde mental como algo que envolve o corpo, as emoções e a forma como interagimos ajuda a ver que todos têm um papel importante em cuidar do bem-estar de todos, cuidando de nós mesmos e apoiando uns aos outros.

Fonte: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>. Acesso em 03/06/2026. Texto adaptado

Com base no texto motivador e em seu repertório sociocultural, elabore um texto dissertativo-argumentativo que apresente propostas para responder à seguinte questão:

Como conciliar as exigências da vida contemporânea com a manutenção da saúde mental?

Orientações:

1. A redação deverá ter, no mínimo, **20 (vinte)** linhas e, no máximo, **30 (trinta)** linhas.
2. A redação não poderá conter cópia dos textos motivadores.
3. Redija o texto com caneta esferográfica azul ou preta.
4. Utilize a norma-padrão da língua portuguesa.
5. A escrita deve ser legível. A redação ilegível receberá nota ZERO.
6. NÃO pule linhas e não dê espaçamento excessivo entre letras, palavras e parágrafos.
7. Transcreva o seu texto, à caneta, para a FOLHA DE REDAÇÃO, pois o rascunho NÃO será considerado para a correção.
8. Qualquer fragmento de texto fora do local indicado para a folha de redação será desconsiderado.
9. NÃO assine nem rubrique a FOLHA DE REDAÇÃO.

Qualquer escrita, sinal, desenho, marca ou símbolo que possibilite a identificação do candidato é passível de nota ZERO.

Pontuação máxima: **35 pontos**.

RASCUNHO DA PROVA DE REDAÇÃO
MÍNIMO DE 20 E MÁXIMO DE 30 LINHAS

1	
5	
10	
15	
20	
25	
30	