

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

À luz da Resolução n.º 599 do Conselho Federal de Nutrição, que aprovou o Código de Ética e de Conduta do Nutricionista, julgue os itens a seguir.

- 51 O nutricionista tem o dever de manter sigilo e respeitar a confidencialidade de informações no exercício da profissão, salvo em caso de exigência legal.
- 52 É direito do nutricionista ter acesso a informações referentes a indivíduos e à coletividade sob sua responsabilidade profissional que sejam essenciais para subsidiar sua conduta técnica.
- 53 Ao nutricionista é permitido divulgar, em mídias e redes sociais, a imagem corporal de terceiros atribuindo resultados a produtos, equipamentos, técnicas e protocolos, desde que haja autorização concedida por escrito.
- 54 O nutricionista deverá apresentar mais de uma opção ao prescrever suplemento, indicando marcas de produtos, empresas ou indústrias, mas, caso não haja opção com a mesma composição que atenda a finalidade desejada, deverá apenas indicar a composição do produto.

Conforme o Guia Alimentar para a População Brasileira,

- 55 os alimentos processados devem ser consumidos em pequenas quantidades, pois os produtos fabricados pela indústria alteram, desfavoravelmente, a composição nutricional dos alimentos.
- 56 alimentos *in natura* são obtidos diretamente de plantas ou de animais sem sofrerem nenhuma alteração; já os minimamente processados são aqueles que passam por agregação de sal, açúcar, óleos ou gorduras depois que deixam a natureza.

O modelo transteórico é um instrumento criado na década de oitenta do século passado para auxiliar na compreensão sobre mudanças comportamentais relacionadas à saúde. De acordo com esse modelo,

- 57 as mudanças no comportamento humano limitam-se a quatro estágios temporais, a saber: a pré-contemplação, contemplação, reconsideração e decisão.
- 58 o comportamento, as experiências e o ambiente são alterados, por, no mínimo, seis meses, após as pessoas estarem no estágio de decisão e identificarem as barreiras.
- 59 em algumas situações, o indivíduo não é capaz de se manter no mesmo estágio de mudança e nada impede que sua classificação regrida, já que as recaídas podem ser comuns e levarem a uma evolução dinâmica desse modelo.

Com relação ao tratamento dietético das doenças crônicas não transmissíveis, julgue os itens que se seguem.

- 60 As últimas Diretrizes Brasileiras de Obesidade (2016) recomendam uma dieta planejada individualmente para criar um déficit de 500 kcal a 1.000 kcal com metas realistas para a perda de peso de 0,5 kg a 1 kg por semana.
- 61 Em cirurgia bariátrica, os pacientes submetidos à técnica de *bypass* gástrico em Y de Roux necessitam de suplementação de algumas vitaminas e minerais para o resto da vida; porém, sabe-se que a técnica de gastrectomia vertical (*sleeve gástrico*), a mais realizada no Brasil atualmente, é meramente restritiva e tem a vantagem de não impor ao paciente a suplementação diária de polivitamínicos e poliminerais.
- 62 Canela e cromo, como também a proteína do leite e a creatina, são suplementos comprovadamente eficazes e seguros no controle glicêmico de pacientes com diabetes sem alteração na função renal.

No método de avaliação por bioimpedância elétrica, que se baseia no princípio da condutividade elétrica,

- 63 a gordura e os ossos são altamente condutores de corrente elétrica, e a massa magra é resistente.
- 64 o ângulo de fase é determinado pela celularidade e hidratação tecidual e pelo potencial da membrana; assim, menores ângulos de fase sugerem morte celular ou redução na integridade da célula.
- 65 a idade é um dos fatores que determina a escolha de uma ou outra equação preditiva para avaliação corporal.

Com relação à terapia nutricional do câncer, julgue os itens seguintes.

- 66 Existem evidências de que, em alguns tipos de câncer, os nutrientes podem *alimentar* o tumor. Nesses casos específicos, a restrição na ingestão de alguns alimentos pode ser recomendada, mas isso deve ser realizado sob orientação e supervisão rigorosa de um nutricionista.
- 67 O consumo e o gasto energético em pacientes com câncer em estágio avançado devem ser monitorados, pois qualquer desequilíbrio pode contribuir para a perda de peso desses pacientes.
- 68 Caso a função intestinal esteja preservada no paciente, a nutrição enteral será mais eficiente que a parental, porque aquela mantém a integridade da barreira intestinal, evitando complicações de infecção e redundando em menor custo no tratamento.

Julgue os próximos itens, acerca da síndrome de realimentação.

- 69 Apesar da gravidade, as síndromes de *dumping* e da realimentação não são fatais, porque o próprio organismo é capaz de reverter os distúrbios hidreletrolíticos causados pela reintrodução da dieta, especialmente, a oral.
- 70 Para os pacientes que não se alimentaram adequadamente por cinco dias ou mais, a recomendação é de que não seja ofertado mais do que 50% das necessidades energéticas diárias nos primeiros dias, enquanto, para os pacientes de alto risco, deve-se iniciar com, no máximo, 10 kcal/kg/dia.
- 71 Os eletrólitos tiamina, potássio, fósforo e o magnésio devem ser monitorados e, se necessário, fornecidos por via oral, enteral ou parenteral antes e durante o suporte nutricional.

A respeito da avaliação do metabolismo energético a partir da calorimetria indireta, julgue os itens subsequentes.

- 72 Nessa avaliação, o termo “indireta” indica que a produção de energia é calculada por equivalentes calóricos de oxigênio consumido e gás carbônico produzido, considerando que todo oxigênio consumido é utilizado para oxidar os substratos energéticos e todo gás carbônico é eliminado pela respiração.
- 73 Pacientes portadores de doenças crônicas são bons candidatos ao uso da avaliação a partir da calorimetria indireta, pois algumas dessas doenças modificam a massa corporal magra metabolicamente ativa e o nível de atividade física diária, o que altera as necessidades de energia e prejudica a utilização de equações preditivas para estimar o gasto energético.
- 74 Para a aferição da calorimetria indireta, não é necessário que o indivíduo esteja em jejum, o que facilita a realização do exame, diferentemente do exame da bioimpedância.

Considerando as diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) e a Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS), julgue os itens a seguir.

- 75 A PNAN apresenta diretrizes que indicam as linhas de ação para a promoção da saúde da população e discute práticas alimentares apropriadas aos aspectos biológicos e socioculturais dos indivíduos, além do uso sustentável do meio ambiente.
- 76 Estratégias que envolvem a rotulagem e informação de alimentos comercializados, a qualidade dos alimentos e a oferta de alimentos saudáveis em pequenos comércios são diretrizes do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional.
- 77 É responsabilidade das secretarias municipais de saúde monitorar e avaliar os indicadores de saúde no Sistema Único de Saúde, sendo que os indicadores de alimentação e nutrição são de responsabilidade apenas do governo federal, como instituído na PNAN.
- 78 A qualificação da força de trabalho, como diretriz da PNAN, objetiva incentivar a qualificação profissional de toda a população para que se possa melhorar a qualidade de vida e as condições de alimentação e nutrição.

Tendo em vista que existem diversos métodos de avaliação do consumo, como, por exemplo, o recordatório de 24 horas, o diário alimentar, o questionário de frequência alimentar e a história alimentar, e que cada um deles apresenta vantagens, mas também limitações em razão do público-alvo e do nível de detalhamento desejado, julgue os itens subsequentes, acerca da avaliação do consumo alimentar e da ingestão dietética.

- 79 O questionário de frequência alimentar é um método apropriado para avaliar grupos populacionais por apresentar grande acurácia na quantificação da ingestão alimentar.
- 80 Embora proporcione grande precisão, pois não depende da memória do indivíduo, o diário alimentar tem como limitação a dificuldade das pessoas em quantificar o que é consumido.
- 81 Para a avaliação do consumo alimentar do indivíduo, conforme as DRIs (*dietary reference intakes*), a RDA é o melhor valor de referência, pois ela atende às necessidades de 97% da população saudável.
- 82 Para a avaliação de consumo alimentar das refeições servidas a crianças de escolas públicas brasileiras, o nutricionista precisa ter as fichas técnicas de preparação do cardápio das unidades de alimentação e nutrição escolares e verificar as porções médias consumidas.

Considerando as atividades desenvolvidas pelos nutricionistas em unidades de alimentação e nutrição (UAN), julgue os itens que se seguem.

- 83 Para a desinfecção ambiental, são permitidos os seguintes produtos: hipoclorito de sódio, cloro orgânico, quaternário de amônio, iodóforos e álcool a 50%. Outros produtos também podem ser utilizados, desde que aprovados pelo Ministério da Saúde, e que fiquem, no mínimo, 15 minutos em contato com o ambiente que se deseja desinfetar.
- 84 Cada UAN deve ter o seu manual de boas práticas de fabricação, apresentando as condições de recebimento, preparo e armazenamento dos alimentos. De acordo com resolução pertinente da ANVISA, o alimento preparado, armazenado sob refrigeração ou congelamento, deve apresentar na embalagem, no mínimo, a designação, a data de preparo e o prazo de validade.
- 85 Em restaurantes, os princípios operacionais padronizados devem detalhar a respeito da utilização de sobras, que são alimentos prontos que foram servidos nos balcões térmicos aos clientes e não foram consumidos.
- 86 Segundo instrução normativa aplicável aos serviços de alimentação do Distrito Federal, nas dessalgas de carnes e pescados, deve-se utilizar água potável sob refrigeração até 5 °C ou água sob fervura.

Tendo em vista que as propriedades funcionais de óleos e gorduras variam em função da estrutura e das propriedades físico-químicas dos ácidos graxos neles presentes, julgue os próximos itens, a respeito da utilização desses produtos em serviços de alimentação.

- 87 O armazenamento de óleos e gorduras deve seguir cuidados importantes para evitar alterações em suas propriedades. Tais cuidados devem incluir, entre outros, o depósito em recipientes altos e estreitos com tampa, não metálicos e não transparentes.
- 88 De acordo com documentos normativos pertinentes, a temperatura de aquecimento dos óleos e das gorduras deve ser de até 200 °C e, a cada dia de utilização desses produtos nos serviços de alimentação, eles deverão ser substituídos.
- 89 Na cocção por fritura em óleos ou gorduras, o teor de compostos polares — substâncias advindas das reações de oxidação, hidrólise e polimerização — deve ser inferior a 25%.
- 90 Óleos e gorduras podem ser armazenados sob refrigeração e congelamento sem que ocorra o aumento de reações de oxidação.
- 91 Nos diversos serviços de alimentação, o óleo utilizado em frituras deve ser armazenado em embalagens para ser destinado a empresas de reciclagem, como as de biodiesel, pois ele não pode ser descartado na rede de esgoto nem em águas pluviais.
- 92 No processo de fritura, há a decomposição da gordura e a transformação do glicerol em acroleína por meio da hidrólise. A acroleína irrita as mucosas nasogástricas e oculares, sendo potencialmente cancerígena e um fator de risco aos funcionários que trabalham em UAN.

Com referência à organização espacial e ao gerenciamento de atividades de uma UAN, julgue os seguintes itens.

- 93 Para facilitar a identificação e evitar acidentes de trabalho, devem ser empregadas as seguintes cores para identificação das tubulações das UAN: vermelho para tubulações de gás, azul para tubulações de água e cinza para tubulações de redes elétricas. Além disso, recomenda-se que apenas as tubulações de gás que sejam externas.
- 94 É recomendado que as UAN sejam construídas em formato retangular, com comprimento não excedendo de 1,5 a 2 vezes a largura, bem como com iluminação e circulação do ar naturais.
- 95 O planejamento de cardápio exige a observação das leis da alimentação. Assim, as fichas técnicas de preparação são o instrumento gerencial e de controle do processo produtivo de refeições que permite a verificação de que essas leis foram atendidas ao se planejar o cardápio.
- 96 Na curva ABC dos itens presentes no estoque de uma UAN, os itens do grupo A serão os mais baratos e que necessitam de menos atenção no controle; os itens do grupo B serão os intermediários, que podem ficar estocados de sessenta a noventa dias, e os itens do grupo C serão os mais caros, e cujos estoques máximo e mínimo devem ser reduzidos.
- 97 Para determinar as quantidades corretas de compra de gêneros alimentícios e elaborar a lista de compras, a UAN deve apenas estabelecer os *per capita* líquidos de cada um dos ingredientes das preparações.

Com base na Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) n.º 216 da ANVISA, julgue os itens a seguir.

- 98 Saneantes são substâncias ou preparações destinadas à higienização de lugares de uso comum e ao tratamento de água.
- 99 A ventilação é uma técnica que, apesar de promover a renovação do ar, não tem capacidade de garantir a manutenção do ambiente livre de fungos, gases, fumaça, pó, partículas em suspensão, condensação de vapores, entre outros fatores que possam comprometer a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos.
- 100 Operações de limpeza e de desinfecção de instalações e equipamentos que não sejam realizadas rotineiramente não devem ser registradas.
- 101 O gelo a ser utilizado em alimentos deve ser fabricado a partir de água potável e mantido em condição higiênico-sanitária que evite sua contaminação.
- 102 Resíduos devem ser frequentemente coletados e estocados em local fechado e isolado da área de preparação e armazenamento dos alimentos, de forma a evitar focos de contaminação e atração de vetores e pragas urbanas.
- 103 No processo de resfriamento, a temperatura do alimento preparado deve ser reduzida de 70 °C a 5 °C, em até duas horas após o final de seu preparo, e, em seguida, o produto deve ser conservado sob refrigeração a temperatura inferior a 2 °C, ou congelado a temperatura igual ou inferior a -9 °C.
- 104 No invólucro do alimento armazenado sob refrigeração ou congelamento, devem-se indicar informações relativas à data do preparo e ao prazo de validade, sendo opcional advertir sobre a temperatura adequada de armazenamento.

À luz da Instrução Normativa DIVISA/SVS n.º 16/2017, julgue os próximos itens.

- 105 A carne somente poderá ser exposta à venda com manipulação prévia fora da presença do consumidor caso tenha sido produzida e embalada em ambiente climatizado, esteja em perfeitas condições de conservação e apresente características organolépticas próprias.
- 106 O processo produtivo de alimentos não exige a observância de um fluxo linear de atividades, uma vez que é permitido o cruzamento de atividades.
- 107 É expressamente proibido descongelar alimentos em temperatura ambiente, imersos em água ou sob água corrente; o descongelamento deve ser lento e efetuado sob refrigeração, em temperatura inferior a 5 °C.
- 108 Sobras de alimentos podem ser doadas ou reaproveitadas para consumo humano, desde que sejam garantidas boas condições para o seu armazenamento e transporte.
- 109 Devem-se coletar amostras de alimentos prontos que tenham sido distribuídos para consumo em restaurantes comunitários, utilizando-se os mesmos utensílios empregados na distribuição, uma hora depois do período de entrega dos pratos ou imediatamente antes do consumo, com a finalidade de esclarecer possíveis ocorrências de doenças transmitidas pelos alimentos.
- 110 É permitida a existência de instalações elétricas externas à parede em ambiente de alimentação, desde que protegidas por tubulações que permitam a higienização e a manutenção do ambiente.

Acerca de intoxicações e infecções alimentares, julgue os seguintes itens.

- 111 O botulismo é causado pela bactéria *Staphylococcus aureus*, presente no solo e em água não tratada. Essa bactéria produz esporos que sobrevivem até em ambientes com pouco oxigênio, como em conservas e enlatados.
- 112 Shigelose, síndrome de Marlow e disenteria bacilar referem-se a infecções alimentares que têm como sintoma mais característico a diarreia sanguinolenta causada por bactérias do gênero *Shigella*.
- 113 *Staphylococcus aureus* são bactérias esféricas (*coccus*) Gram-negativas que, em exame microscópico, aparecem em unidades, em cadeias longas ou em cachos similares aos de uva.
- 114 Idosos e mulheres gestantes integram o grupo mais vulnerável a intoxicação alimentar com sintomas graves: os idosos porque seu sistema imunológico responde mais lentamente a organismos infecciosos; e gestantes devido a alterações no metabolismo e na circulação sanguínea decorrentes da gravidez.

Acerca de planejamento de cardápios, julgue os itens subsequentes.

- 115 Os cardápios devem ser balanceados de modo a satisfazer as necessidades energéticas e de nutrientes dos consumidores, bem como para garantir-lhe saúde, capacitação para o trabalho e bom desempenho físico.
- 116 O planejamento de cardápio visa estabelecer parâmetros que contribuam para a montagem do cardápio propriamente dito, com o objetivo de atender a expectativas e desejos dos clientes.
- 117 *Self-service* consiste na oferta de vários tipos de pratos, designados por escrito em um cardápio, de forma sequencial, com entradas frias e quentes, saladas, consomês, cremes e sopas, ovos e farináceos, guarnição e sobremesa.
- 118 As dietas semilíquidas são contraindicadas para indivíduos com afecções no trato digestivo, porque devem ser utilizadas por um período muito breve de tempo, uma vez que são compostas de alimentos que, apesar de produzirem poucos resíduos e serem de fácil absorção, apresentam baixo valor nutritivo.
- 119 A lei da adequação preconiza que os alimentos de um cardápio sejam adequados às necessidades e ao momento de vida dos consumidores, bem como associados às condições socioeconômicas e culturais do povo.
- 120 O Guia Alimentar Brasileiro é um instrumento oficial que incorpora as sugestões da Estratégia Global da Organização Mundial da Saúde e que define as diretrizes alimentares a serem seguidas na orientação da escolha mais saudável de alimentos pela população brasileira.

Espaço livre