



T0688023N

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DO OESTE DA BAHIA - UFOP

EDITAL DE CONCURSO PÚBLICO Nº 38/2018
NÍVEL SUPERIOR - CLASSE E - TARDE

NUTRICIONISTA

Nome do Candidato _____

Inscrição _____



COMPOSIÇÃO DO CADERNO

Português	01 a 20
Administração Pública	21 a 35
Informática Básica	36 a 50
Conhecimentos Específicos	51 a 100



INSTRUÇÕES

- Confira seu nome, o número do seu documento e o número de sua inscrição na folha de Respostas. Além disso, não se esqueça de conferir seu Caderno de Prova quanto a falhas de impressão e de numeração, e se o cargo corresponde àquele para o qual você se inscreveu. Preencha os campos destinados à assinatura e ao número de inscrição. Qualquer divergência comunique ao fiscal.
- O único documento válido para avaliação é a Folha de Respostas e, para seu preenchimento, é permitido, somente, o uso de caneta esferográfica transparente de cor azul ou preta. Leia atentamente cada item da prova objetiva e o julgue como VERDADEIRO ou FALSO, preenchendo na folha de resposta, conforme seu julgamento, o alvéolo referente a cada item da seguinte maneira: ●
- 2.1. Conforme Edital, de acordo com os subitens: 10.3.2 Será atribuído o valor de 1 (um) ponto para cada marcação em acordo com o gabarito oficial; 10.3.3 Será atribuído 0 (zero) ponto para cada item em branco ou com dupla marcação; 10.3.4 Será descontado o valor de 0,75 (setenta e cinco centésimos) de ponto para cada marcação em desacordo com o gabarito oficial.
- O prazo de realização da prova é de 4 (quatro) horas, incluindo a marcação da Folha de Respostas. Após 60 (sessenta) minutos do início da prova, o candidato estará liberado para utilizar o sanitário ou deixar definitivamente o local de aplicação, não podendo, no entanto, levar o caderno de questões e nenhum tipo de anotação de suas respostas. Os 3 (três) últimos candidatos só poderão retirar-se da sala juntos.
- Ao término de sua prova, comunique ao fiscal, devolvendo-lhe a Folha de Respostas, devidamente preenchida e assinada. O candidato poderá levar consigo o Caderno de Prova somente se aguardar em sala até o término do prazo de realização da prova estabelecido em edital.
- As provas e os gabaritos preliminares estarão disponíveis no site do Instituto AOCB - www.institutoaocp.org.br, no dia posterior à aplicação da prova.
- O NÃO cumprimento a qualquer uma das determinações constantes em Edital, no presente Caderno ou na Folha de Respostas incorrerá na eliminação do candidato.

Dança envolve corpo e mente: atividade pode ajudar no tratamento de depressão

A vida é cheia de obstáculos, por isso é preciso dar um passo de cada vez. Assumir essa atitude é uma excelente forma de ajudar quem está sofrendo de um mal bastante comum: a depressão. Para promover a conscientização sobre o tema, a Libbs Farmacêutica, em parceria com o Instituto Ivaldo Bertazzo, criou um projeto chamado Próximo Passo, que oferece aulas de dança gratuitas para pessoas com histórico de depressão.

O objetivo dessa iniciativa é conciliar o tratamento feito no consultório médico com atividades físicas. “Dançar ajuda no reequilíbrio mental e no reconhecimento do próprio corpo, melhorando a autoestima. Além disso, a atividade promove a reintegração social, pois estimula a socialização”, comentou a psiquiatra Giuliana Cividanes, da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), que acompanhou todo o processo do projeto Próximo Passo.

Após a divulgação do programa, mais de mil pessoas se inscreveram. Em seguida, a equipe realizou uma rigorosa seleção, onde foram escolhidos 40 participantes com histórias de vida diversas e com histórico de depressão em diferentes estágios. Mulheres, homens, jovens e idosos tiveram que encarar esse grande desafio que é lutar contra a depressão dançando.

Foram quatro meses de ensaios, com aulas dadas pelo coreógrafo e educador Ivaldo Bertazzo, pelo menos três vezes por semana. Todos os participantes vivenciaram as dificuldades dessa performance, buscando dentro de si muita vontade e determinação.

Segundo os criadores do “Próximo Passo”, a ideia é deixar claro para todos que, apesar de ser uma doença que deve ser levada com a maior seriedade, a depressão tem cura. E essa cura pode começar com um simples movimento, como a dança. “No dia da audição para o projeto, eu saí daqui cheia de luz, fazia muito tempo que não me sentia dessa forma. Fazer parte do projeto me trouxe cor à vida”, comentou Aranaí Guarabyra.

(...)

Entendendo a depressão

Ansiedade, angústia, desinteresse por coisas comuns do dia a dia, falta de motivação, medo e tristeza intensa são apenas alguns dos sintomas que a depressão pode trazer. Contudo, o diagnóstico para a doença não é tão fácil. Isso porque a maioria das pessoas que sofrem com o problema tendem a rejeitar esses sinais.

Por esse motivo, a ajuda da família é essencial para o diagnóstico e também para o tratamento. Acusar uma pessoa com depressão de que ela tem uma vida boa, saúde e dinheiro, dizendo que essa tristeza não é “nada”, só fará com que ela se sinta mais triste e culpada, podendo piorar o quadro da doença.

A primeira coisa que um familiar deve fazer por alguém depressivo é mostrar que está presente e que podem enfrentar isso juntos. Então, para que o paciente não se sinta sozinho, os parentes e amigos podem fazer companhia durante as primeiras consultas de terapia, apoiando esse momento tão novo e desconhecido.

Como a depressão pode ter múltiplas causalidades, com aspectos genéticos, ambientais e biológicos, antes de se iniciar qualquer tratamento, é necessário que seja feita uma investigação etiológica rigorosa. Após essa avaliação, o especialista poderá escolher o melhor tratamento, complementando o acompanhamento médico com outras atividades físicas.

“Segundo pesquisas, a atividade física prolonga os efeitos do tratamento medicamentoso em um período médio de quatro anos”, complementa a psiquiatra.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a depressão é a maior causa de incapacitação do mundo. Em 2015, o número de pessoas com depressão chegou a 322 milhões pelo mundo, sendo 11,5 milhões só no Brasil.

Primeiros passos para começar a dançar

O “Minha Vida” esteve presente no lançamento do projeto, junto com os criadores e participantes do “Próximo Passo”, que falaram um pouco sobre o processo criativo para a coreografia, as dificuldades e a superação que viveram ao longo desse período.

Além disso, o coreógrafo Ivaldo Bertazzo realizou uma dinâmica com todos os presentes. Para atividade, recebemos dois bastões de

madeira, um com aproximadamente 60 cm e outro com 1,30m. Então, ele ensinou alguns movimentos que poderiam se realizar com o objeto, controlando a respiração ao mesmo tempo.

Essas ações com os bastões ajudam na melhora da coordenação motora, no relaxamento e alinhamento da postura em diversas situações. O manuseio do objeto amplia no cérebro a percepção do corpo, sendo importante para atividades cotidianas.

Apesar de serem movimentos simples, esse foi o primeiro passo dado aos participantes do espetáculo, que em muitos casos nunca haviam se permitido soltar o corpo ao som da música.

Texto adaptado de: <https://www.psicologiasdobrasil.com.br/danca-envolve-corpo-e-mente-atividade-pode-ajudar-no-tratamento-de-depressao/>

Considerando as informações do texto, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

1. Para promover a conscientização sobre o tema depressão, a Libbs Farmacêutica, em parceria com o Instituto Ivaldo Bertazzo, criou um projeto chamado Próximo Passo, que oferece aulas de dança gratuitas para pessoas com histórico de depressão. O primeiro passo foi a realização de uma atividade com bastões de madeira, em que é possível realizar movimentos simples controlando a respiração. É possível afirmar que muitas pessoas se sentiram bem à vontade com a atividade.
2. No projeto Próximo Passo, a pessoa com histórico de depressão tem a possibilidade de se tratar e ser curada com a contribuição da dança e o tratamento convencional.
3. O projeto Próximo Passo oferece todo o tratamento para pessoas com depressão, realizando apenas atividades físicas, pois, conforme comentou a psiquiatra Giuliana Cividanes, “Dançar ajuda no reequilíbrio mental e no reconhecimento do próprio corpo, melhorando a autoestima. Além disso, a atividade promove a reintegração social, pois estimula a socialização”.

A concordância verbal geralmente é estabelecida entre o verbo e o sujeito da oração. A concordância nominal é estabelecida entre o núcleo do sintagma nominal e os termos determinantes. A respeito de concordância verbal e nominal, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

4. Em “A primeira coisa que um familiar deve fazer por alguém depressivo é mostrar que está presente e que podem enfrentar isso juntos.”, o verbo em destaque deveria estar no singular para concordar com “um familiar”.
5. O verbo em destaque em “Isso porque a maioria das pessoas que sofrem com o problema tendem a rejeitar esses sinais”. poderia, sem prejuízo às regras gramaticais da língua, estar no singular.
6. Em “...criou um projeto chamado Próximo Passo, que oferece aulas de dança gratuitas para pessoas com histórico de depressão.”, o termo em destaque deveria estar no singular para concordar com o seu antecedente.

Julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

7. Em “Dançar ajuda no reequilíbrio mental e no reconhecimento do próprio corpo, melhorando a autoestima. Além disso, a atividade promove a reintegração social, pois estimula a socialização”, dos termos em destaque, somente “reequilíbrio” está grafado inadequadamente, pois, conforme a regra, quando a vogal final do prefixo é a mesma da vogal inicial da palavra a que se agrega, deve haver hífen.
8. Em “Ansiedade, angústia, desinteresse por coisas comuns do dia a dia...”, as palavras em destaque possuem, respectivamente, 9, 8 e 11 fonemas.
9. Em “Para promover a conscientização sobre o tema, a Libbs Farmacêutica, em parceria com o Instituto Ivaldo Bertazzo, criou um projeto chamado Próximo Passo...”, a oração em destaque indica finalidade.
10. Em “Para promover a conscientização sobre o tema, a Libbs Farmacêutica, em parceria com o Instituto Ivaldo Bertazzo, criou um projeto chamado Próximo Passo...”, as vírgulas da expressão em destaque se justificam por intercalarem apostos.

11. Em “No dia da audição para o projeto, eu saí daqui cheia de luz...”, o acento gráfico no termo em destaque é um acento diferencial, ou seja, se justifica para diferenciá-lo da forma verbal de 3ª pessoa do verbo sair no presente do indicativo (sai).
12. Em “No dia da audição para o projeto, eu saí daqui cheia de luz, fazia muito tempo que não me sentia dessa forma.”, o termo em destaque é um pronome relativo, pois retoma o seu antecedente “tempo”.
13. Em “...esse foi o primeiro passo dado aos participantes do espetáculo, que em muitos casos nunca haviam se permitido soltar o corpo ao som da música.”, o termo em destaque é um advérbio que indica intensidade.
14. Em “Fazer parte do projeto me trouxe cor à vida.”, a crase foi empregada inadequadamente, pois o termo antecedente “cor” não exige complemento, portanto, não exige preposição.
15. Em “Fazer parte do projeto me trouxe cor à vida.”, a figura de linguagem proporcionou a explicação de uma sensação. No caso, o recurso utilizado foi a sinestesia, o que indica que a vida está melhor.

A coesão se constitui pelos recursos linguísticos responsáveis pela ligação que se estabelece entre os termos de uma frase e entre as orações de um período, o que colabora para a formação dos parágrafos. A respeito de coesão textual, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

16. Em “Além disso, o coreógrafo Ivaldo Bertazzo realizou uma dinâmica com todos os presentes.”, a expressão em destaque, além de contribuir para a progressão do texto, retifica o que foi exposto anteriormente.
17. Em “Ansiedade, angústia, desinteresse por coisas comuns do dia a dia, falta de motivação, medo e tristeza intensa são apenas alguns dos sintomas que a depressão pode trazer. Contudo, o diagnóstico para a doença não é tão fácil.”, o termo em destaque indica contraste e poderia ser substituído por “No entanto”.

A variação linguística é um fenômeno natural que ocorre pela diversificação dos sistemas de uma língua em relação às possibilidades de mudança de seus elementos (vocabulário, pronúncia, morfologia, sintaxe). Ela existe porque as línguas possuem a característica de serem dinâmicas e sensíveis a fatores como a região geográfica, o sexo, a idade, a classe social do falante e o grau de formalidade do contexto da comunicação. Sobre esse assunto, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

18. No quadro a seguir, há uma variação de termos da língua portuguesa utilizados nas diferentes regiões do país. Quando se trata de variação regional, estamos falando de variação diatópica.

Região Nordeste	Região Sul	Região Norte
Racha – pelada, jogo de futebol	Campo Santo – cemitério	Miudinho – pequeno
Jerimum – abóbora	Alçar a perna – montar a cavalo	Umborimbora? – Vamos embora?
Sustança – energia dos alimentos	Guacho – animal que foi criado sem mãe	Levou o farelo – morreu

19. Variedades estilísticas são as mudanças da língua de acordo com o grau de formalidade, ou seja, a língua pode variar entre uma linguagem formal ou uma linguagem informal. Nesse sentido, o texto *Dança envolve corpo e mente: atividade pode ajudar no tratamento de depressão* é um texto formal, pois utilizou a linguagem formal em sua constituição.
20. Quanto às variedades sociais, elas possuem diferenças em nível fonológico ou morfossintático. No nível Morfossintático, tem-se, por exemplo: “prantar” em vez de “plantar”; “bão” em vez de “bom”; “pobrema” em vez de “problema”; “bicicreta” em vez de “bicicleta”. No nível fonológico, tem-se: “dez real” em vez de “dez reais”; “eu vi ela” em vez de “eu a vi”; “a gente fumo” em vez de “nós fomos”.

ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA

O Decreto 1.171/94 aprovou o Código de Ética Profissional para o Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal, estabelecendo uma série de vedações. Sobre essas vedações, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

21. É vedado ao servidor público ser, em função de seu espírito de solidariedade, conivente com erro ou infração ao Decreto 1.171/94.
22. É vedado ao servidor público retirar da repartição pública, mesmo que esteja legalmente autorizado, qualquer documento, livro ou bem pertencente ao patrimônio público.
23. É vedado ao servidor público desviar outro funcionário público para atender aos seus próprios interesses, exceto quando autorizado por seu superior.

A Lei 12.527/2011 regula o direito constitucional de acesso à informação e sua divulgação. Sobre os dispositivos dessa lei, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

24. Quando não for autorizado acesso integral à informação por ser ela parcialmente sigilosa, é assegurado o acesso à parte não sigilosa por meio de certidão, extrato ou cópia com ocultação da parte sob sigilo.
25. Quando não for autorizado o acesso por se tratar de informação total ou parcialmente sigilosa, o requerente deverá ser informado sobre a possibilidade de recurso, prazos e condições para sua interposição, devendo, ainda, ser-lhe indicada a autoridade competente para sua apreciação.
26. O serviço de busca e fornecimento da informação é sempre gratuito, mesmo nas hipóteses de reprodução de documentos pelo órgão ou entidade pública consultada.

O servidor público federal possui deveres perante a Administração e o administrado. Em relação aos deveres previstos na Lei 8.112/90, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

27. O servidor deve cumprir as ordens superiores, não podendo, em qualquer hipótese, cogitar sua legalidade.
28. O servidor deve levar as irregularidades de que tiver ciência em razão do cargo ao

conhecimento da autoridade superior ou, quando houver suspeita de envolvimento desta, ao conhecimento de outra autoridade competente para apuração.

29. O servidor deve guardar sigilo sobre assuntos da repartição.

Em 20 de julho de 2017, na reunião extraordinária do Conselho Universitário da Universidade Federal do Oeste da Bahia (UFOB), foi aprovado o Estatuto da referida Instituição. Sobre as mencionadas regras estatutárias, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

30. A comunidade universitária é constituída exclusivamente pelo corpo docente e discente.
31. A UFOB, pessoa jurídica de direito público mantida pela União, criada pela Lei 12.825, de 05 de junho de 2013, de natureza multicampi, com sede e foro na cidade de Barreiras, no Estado da Bahia, é uma Autarquia com autonomia didático-científica, administrativa, patrimonial e financeira, nos termos da legislação e do seu Estatuto.
32. O Conselho Universitário (Consuni) é uma instância apenas consultiva.

Há diversas modalidades de licitação previstas na Lei 8.666/93. Em relação às modalidades Concorrência, Tomada de Preços e Concursos, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

33. Concorrência é a modalidade de licitação entre interessados devidamente cadastrados ou que atenderem a todas as condições exigidas para cadastramento até o terceiro dia anterior à data do recebimento das propostas, observada a necessária qualificação.
34. Tomada de preços é a modalidade de licitação entre interessados do ramo pertinente ao seu objeto, cadastrados ou não, escolhidos e convidados em número mínimo de 3 pela unidade administrativa, a qual afixará, em local apropriado, cópia do instrumento convocatório e o estenderá aos demais cadastrados na correspondente especialidade que manifestarem seu interesse com antecedência de até 24 horas da apresentação das propostas.

35. Concurso é a modalidade de licitação entre quaisquer interessados para escolha de trabalho técnico, científico ou artístico, mediante a instituição de prêmios ou remuneração aos vencedores, conforme critérios constantes de edital publicado na imprensa oficial com antecedência mínima de 45 dias.

INFORMÁTICA BÁSICA

Com base nos conceitos de internet e intranet, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

36. A *world wide web* (WWW) pode ser considerada como o serviço da internet baseado em hipertextos que permite ao usuário consultar e recuperar informações distribuídas por inúmeros computadores da rede.
37. As taxas de transmissão utilizadas no cabo de par trançado são de 5 Mbps, 50 Mbps ou 500 Mbps.
38. Uma rede do tipo WAN cobre áreas geograficamente dispersas, podendo abranger grandes áreas, chegando a um país ou até mesmo a um continente, possuindo uma estrutura de maior custo e complexidade, já que pode possuir interconexão de várias sub-redes de comunicação.

Em relação aos conceitos e modos de utilização de tecnologias, ferramentas, aplicativos e procedimentos de informática, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

39. A memória ROM do computador é considerada uma memória secundária para armazenamento das informações no disco rígido, a qual é apagada quando o computador é desligado.
40. O SSD é um dispositivo para armazenamento de dados, em que é possível escrever apenas uma vez os seus dados, porém pode-se ler o seu conteúdo várias vezes.

A respeito dos conceitos e modos de utilização de aplicativos para edição de textos, planilhas e apresentações, utilizando-se a suíte de escritório Microsoft Office, instalação padrão em português, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

41. Utilizando o Microsoft Word 2013, com a execução do atalho Ctrl + B, são salvas as alterações realizadas em um documento já existente. Obs.: O caractere "+" foi utilizado apenas para interpretação do item.
42. Utilizando o Microsoft Excel 2013, a função =MED(A1:A10) calcula a média no intervalo de A1 até A10.
43. O Microsoft Power Point 2013 tem a opção "Slide Mestre" disponível em: Exibição > Slide Mestre. Essa opção permite que todos os elementos criados no Slide Mestre apareçam em todos os outros slides criados na apresentação.

Considerando os conceitos e modos de utilização do sistema operacional Windows 7, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

44. No Windows 10, utilizando o Prompt de Comandos, é possível reiniciar o computador localmente usando o comando shutdown /r.
45. No Windows 7 a extensão utilizada para denominar arquivos do Microsoft Word 2013 é .xlsx.
46. O Windows 7, tem por padrão uma ferramenta denominada "Restauração do Sistema", pela qual é possível retornar o sistema a um ponto de restauração que você escolher.

Em relação às noções de ferramentas e aplicativos de navegação e correio eletrônico, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

47. Utilizando o protocolo de transferência de e-mails IMAP, todas as mensagens são baixadas do servidor de origem, deixando assim uma cópia localmente na máquina em que o correio eletrônico está instalado e não deixando nenhuma cópia das mensagens no servidor de origem.
48. Dentro do navegador Google Chrome (Versão 59, em português, sistema operacional Windows 7), é possível abrir uma nova guia através das teclas de atalho Ctrl + N. Obs: O caractere "+" foi utilizado apenas para interpretação do item descrito.

Referente às noções de segurança e proteção: vírus, worms e derivados, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

49. Na utilização de criptografias para redes sem fio, um dos tipos que pode ser usado é o WEP, que se utiliza de uma chave secreta compartilhada.
50. Uma das principais funcionalidades de um *firewall* é proteger uma rede local de ataques que são originados em redes internas, por exemplo, em uma intranet.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

A síndrome de *dumping* (uma importante complicação nutricional) constitui um grupo de sinais e sintomas resultantes do rápido esvaziamento dos alimentos não digeridos provenientes do estômago dentro do jejuno. A respeito desse assunto, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

51. A síndrome de *dumping* é subdividida em fases inicial, intermediária e tardia.
52. Os pacientes que apresentam a fase tardia da síndrome de *dumping* têm sintomas dentro de até 1 hora e meia depois das refeições.
53. A fase tardia é causada pela hipoglicemia reativa, que se origina da secreção excessiva de insulina em resposta à elevada concentração de carboidratos no intestino e à absorção rápida da glicose para a circulação.

Após a colheita, os frutos podem ser classificados de acordo com suas atividades respiratórias. Acerca desse assunto, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

54. Frutos de respiração climatérica são aqueles cujo amadurecimento é acompanhado por um distinto aumento na atividade respiratória. A ocorrência desse fenômeno é observada em frutos, quando já estão fisiologicamente maduros.
55. Os frutos não climatéricos são os que não apresentam aumentos na taxa respiratória pós-colheita.
56. Os não climatéricos são frutos que amadurecem mesmo depois de colhidos.
57. São exemplos de frutos climatéricos o limão, a banana e o morango.

Os testes laboratoriais e outros exames diagnósticos são recursos usados pelos nutricionistas para obter informações objetivas acerca de seus pacientes. Quando são combinados com outras informações dos pacientes (como dados antropométricos, história detalhada e exame físico completo), os testes laboratoriais podem fornecer informações valiosas quanto ao estado nutricional ou sua resposta ao tratamento médico-nutricional. Em relação aos valores laboratoriais para avaliar o estado nutricional, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

58. Níveis reduzidos de Ferro sérico (Fe) podem estar relacionados às seguintes implicações clínicas: anemia ferropriva, sangramento crônico, ingestão dietética de ferro insuficiente, terceiro trimestre de gestação, absorção intestinal inadequada de ferro e hemossiderose secundária.
59. Níveis aumentados de Ferro sérico (Fe) podem estar relacionados às seguintes implicações clínicas: intoxicação por ferro, anemia hemolítica, transfusões sanguíneas múltiplas ou volumosas, hepatite, intoxicação por chumbo e nefrite.
60. Eritrocitose e desidratação grave são implicações clínicas normalmente relacionadas a níveis aumentados de Hemoglobina (Hg, Hgb).
61. Níveis elevados da Hemoglobina glicada (HBG) podem estar relacionados à diabetes mellitus descompensado e gestação.

Em relação às fibras, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

62. Fibras alimentares podem ser definidas como compostos de origem vegetal, correspondentes às partes comestíveis de plantas ou carboidratos análogos que, quando ingeridas, são passíveis à hidrólise, digestão e absorção no intestino delgado.
63. As fibras alimentares atuam, principalmente, no trato gastrointestinal, servindo como substrato para a microflora naturalmente presente no intestino delgado, cuja manutenção é benéfica para a saúde.
64. As principais fontes de fibras alimentares são vegetais, frutos e grãos integrais, leguminosas (alimentos do grupo do feijão), fitatos e ligninas.

65. As fibras modulam a velocidade de digestão e absorção dos nutrientes, promovendo um trânsito intestinal normal, e ajudam na prevenção de algumas doenças, como câncer, diabetes, doenças diverticular do cólon, dentre outras.

Sobre a rotina em um laboratório de dietética, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

66. Boas práticas para manipulação de alimentos estão relacionadas à adoção de rotinas apropriadas de cuidado por todos os profissionais envolvidos com as etapas de seleção, modificação e distribuição dos alimentos, de modo a erradicar contaminações e, conseqüentemente, enfermidades transmitidas por alimentos.

67. A limpeza é a redução de sujidades e a remoção da carga microbiana de utensílios e equipamentos.

68. A desinfecção é a redução, por método físico e/ou agente químico, do número de microrganismos de modo a não comprometer a qualidade higiênico-sanitária do alimento (Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004).

69. Sanificação ou sanitização é o tratamento destinado à desinfecção das superfícies de trabalho usadas para o preparo de alimentos. Pode ser feita por meios físicos (calor, irradiação) ou químicos (soluções saneantes). O uso do calor é adequado para a higienização de utensílios e equipamentos de metal, afetados por desinfetantes químicos. Após a limpeza, o material deve ser imerso em água a 45°C por 4 min.

Sabendo da importância de inquéritos dietéticos, a respeito desse assunto, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

70. No método Recordatório de 24h, o entrevistado relata todo o consumo alimentar realizado no dia anterior ou nas últimas 24h, quantificando, em medidas caseiras, todos os alimentos e bebidas ingeridos.

71. O método Registro ou Diário alimentar consiste em solicitar ao paciente que anote, em formulários previamente definidos, todos os alimentos e as bebidas consumidos e suas respectivas quantidades durante 3 ou 5 dias. Isso possibilita a análise da ingestão habitual do indivíduo ou de um grupo populacional. É considerado um método retrospectivo.

72. O Questionário de frequência alimentar é caracterizado por uma lista de alimentos na qual o entrevistado se baseia para relatar ou registrar a frequência do consumo de cada um dos alimentos listados, ou seja, as informações podem ser obtidas em entrevista direta ou por autorregistro.

“Educação Alimentar e Nutricional (EAN) inserida no processo de ensino-aprendizagem consiste em uma das diretrizes do marco legal da Alimentação Escolar e é reconhecida como uma ação estratégica para a promoção da alimentação adequada e saudável”. A respeito desse assunto, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

73. O Guia Alimentar para a População Brasileira tem como base os direitos à saúde e à alimentação adequada e saudável e leva em conta os determinantes das práticas alimentares, bem como a complexidade dos sistemas alimentares contemporâneos. Além disso, apresenta-se como um documento oficial de amparo às ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) e em diversos outros setores nos quais EAN possa acontecer.

74. O Guia Alimentar para a População Brasileira é destinado exclusivamente para profissionais atuantes nas áreas de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e de EAN.

75. Os princípios que orientaram a elaboração do Guia Alimentar para a População Brasileira são nortes para uma compreensão da alimentação e da nutrição em sua complexidade, considerando suas interfaces com outros saberes. O segundo princípio do guia afirma que as recomendações sobre alimentação devem estar em sintonia com seu tempo, considerando a situação paradoxal decorrente do desenvolvimento econômico de países como o Brasil, que apresenta um cenário de decréscimo na indústria alimentícia, acompanhado de uma valorização de produtos *in natura*, livre de agrotóxicos, os chamados orgânicos.

As deteriorações de origem microbiológica em alimentos dependem de fatores intrínsecos e extrínsecos. Sobre esses fatores, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

- 76.** Os fatores extrínsecos são inerentes ao alimento e os principais são: a atividade de água, o pH e a composição química do produto.
- 77.** Quanto aos fatores intrínsecos dos alimentos, a maioria dos microrganismos cresce bem em alimentos com um valor de pH em torno de 7,0, enquanto poucos crescem em pH inferior a 4,0.
- 78.** Os fungos tendem a ser mais exigentes com relação ao pH do que as bactérias patogênicas e as leveduras.

A prática de adotar temperaturas de referência é um modo seguro de orientar o uso de termômetros e monitorar a qualidade do preparo ou da conservação dos alimentos. Sobre esse assunto, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

- 79.** Para refrigeração: adotar o intervalo entre 1 e 4°C para alimentos carnes e entre 5 e 10°C para vegetais.
- 80.** Para conservação refrigerada de alimentos prontos: adotar a temperatura < 15°C.
- 81.** Para conservação aquecida de alimentos prontos: > 60°C.
- 82.** Para congelamento de alimentos: -5°C para conservação de alimentos congelados e -10°C para o congelamento de alimentos frescos.

Sobre aminoácidos e proteínas, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

- 83.** Os aminoácidos essenciais, ou indispensáveis, não podem ser sintetizados pelo organismo humano e, portanto, devem ser adquiridos pela dieta, seja ela oral, enteral ou parenteral. Dentre eles, estão: valina, lisina, treonina, leucina, isoleucina, triptofano, fenilalanina, metionina e arginina.
- 84.** Os aminoácidos semiessenciais ou condicionalmente essenciais podem ser sintetizados a partir de outro aminoácido, porém sua síntese é limitada em certas circunstâncias, ou seja, podem ser considerados essenciais em determinados estados fisiológicos de desenvolvimento e determinada condição clínica.

- 85.** Proteína de alto valor biológico (AVB) possui em sua composição aminoácidos essenciais em proporções adequadas. É uma proteína completa, como proteínas de carne, peixe, aves, leguminosas e ovo.
- 86.** A glutamina é um aminoácido abundante no organismo humano, não essencial, e possui importante papel na integridade dos tecidos e sistema imune.

A listeriose é causada por um microrganismo que se encontra amplamente disseminado na natureza e tem sido isolado do solo, de fezes humanas e de animais, podendo, eventualmente, contaminar os alimentos. Sobre esse assunto, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

- 87.** Todas as espécies de *Listeria* são encontradas na natureza e podem, eventualmente, contaminar os alimentos, porém somente a *Listeria monocytogenes* é patogênica para o homem, tornando-se um dos principais patógenos nas doenças transmitidas pelos alimentos.
- 88.** A *Listeria monocytogenes* é uma bactéria gram-negativa, com motilidade, considerada um frequente patógeno veterinário.
- 89.** A infecção no homem não é comum, mas ocorre mais frequentemente no período neonatal, durante a gravidez, nos idosos ou pacientes imunodeprimidos.
- 90.** A listeriose torna-se importante entre as gestantes e parturientes que se enquadram nas chamadas situações de risco, já que infecções que ocorrem durante a gestação podem provocar aborto ou doenças sérias no recém-nascido.

Sobre hipotireoidismo e iodo, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

- 91.** O iodo está distribuído amplamente na natureza e está presente nas substâncias orgânicas e inorgânicas, de modo geral, em quantidades elevadas.
- 92.** Os glicosinatos conferem aos alimentos a propriedade de serem bociogênicos. São encontrados nas *Cruciferae*, existentes nos vegetais inibindo a captação de iodo pela tireoide, o que favorece o aparecimento do bócio.
- 93.** O nabo e o rabanete são alimentos considerados bociogênicos.

Dentre os cereais mais consumidos no Brasil, destaca-se o arroz que, em combinação com os feijões, compõe uma mistura alimentar muito popular. Sobre o arroz, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

- 94.** O grão do arroz parboilizado é tratado termicamente e o endosperma modifica-se, incorporando parte dos nutrientes e pigmentos. O resultado é uma preparação bege, com grãos soltos.
- 95.** O arroz integral possui maior resistência à absorção de água pelo endosperma, exigindo maior tempo de cocção. A preparação final resulta em grãos mais firmes à mastigação e que incorporam bem molhos e caldos com a mesma facilidade que o polido.
- 96.** O arroz polido é obtido pelo polimento do grão integral, em cujo processamento (descascamento e polimento) ocorre a retirada da casca, da película (aleurona) e do germe, tendo, como resultado, o endosperma (amido).

Os radicais livres (RL), também conhecidos como espécies reativas de oxigênio (ERO) ou nitrogênio (ERN), são moléculas formadas durante processos biológicos normais ou patológicos, que possuem elétrons livres em seu orbital externo, tornando essas moléculas instáveis e extremamente reativas. Sobre esse assunto, julgue, como VERDADEIRO ou FALSO, os itens a seguir.

- 97.** A prática intensa de exercícios físicos, especialmente aeróbios, gera o estresse oxidativo no organismo, propiciando a formação de radicais livres.
- 98.** Um antioxidante é qualquer substância que presente, mesmo em menores concentrações que o próprio substrato oxidável, é capaz de atrasar ou inibir a oxidação desse substrato de maneira eficaz.
- 99.** A vitamina C ou ácido ascórbico é um potente antioxidante lipossolúvel capaz de diminuir os efeitos do estresse oxidativo.
- 100.** Entre os micronutrientes antioxidantes estão as vitaminas, substâncias orgânicas de alto peso molecular, que atuam em pequenas doses e apresentam valor energético intrínseco. Elas devem ser fornecidas ao organismo incapaz de promover sua biossíntese, a fim de promover o crescimento, manter a vida e a capacidade de reprodução dos animais e do homem.

RASCUNHO
