

CARGO: NUTRICIONISTA

PERÍODO TARDE

CONCURSO PÚBLICO Nº 001/2019 PREFEITURA MUNICIPAL DE MARILENA

Atenção: Leia todas as instruções constantes no seu Caderno de Questões e Folha de Respostas.

1. Seu caderno deve conter 30 (trinta) questões, com 04 (quatro) alternativas, assim dispostas:

Disciplina	Composição
Língua Portuguesa	1 a 5
Informática Básica	6 a 10
Conhecimentos Gerais	11 a 15
Conhecimentos Específicos	16 a 30

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



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

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

Língua Portuguesa

Leia o texto para responder as questões.

'Passei minha vida com medo de ser chamada de gorda, até descobrir o movimento Body Positivity'
Charlie Jones

Agora, com mais de um milhão de seguidores no Instagram, ela recentemente foi ao Parlamento britânico defender que a gordofobia deve ser reconhecida como uma forma de preconceito.

Demorou quase duas décadas para que Megan aceitasse seu corpo. Até então, ela saía e entrava de dietas, passou por anorexia e ficou um tempo internada em um hospital psiquiátrico.

Aos 21, tendo abandonado a faculdade, ela chegou ao peso que queria. Mesmo assim, "odiava tudo" sobre si mesma.

"Sabia que não importava o peso que eu atingisse, nunca seria o suficiente", diz Megan, agora com 26 anos. "Não podia continuar com aquela vida. Eu sabia que tinha de ter mais. Meu distúrbio alimentar tomou tanto de mim — perdi muito tempo, e me recusei a permitir que meu distúrbio tomasse mais de mim."

"Deparei com a imagem de uma mulher no Instagram usando um biquíni e falando sobre aceitar seu corpo, sem fazer dietas e vivendo sua vida como ela era. Nunca tinha pensado que tinha essa opção."

Megan começou a publicar mensagens e fotos de positividade sobre seu corpo na conta de Instagram Bodyposipanda, ganhando milhares de seguidores. Ela se refere a si mesma como "chubby" (algo como "gordinha") nas publicações e quer que seguidores abracem esse tipo de linguagem.

"A palavra 'gorda' tinha o poder de me derrubar. Passei a vida toda com medo de ser chamada de gorda, não conseguia nem ver essa palavra", ela diz. "Quando eu encontrei o movimento 'body positivity', meus olhos se abriram para toda uma forma de ver isso. É só uma palavra, uma forma de descrever seu corpo e precisamos nos apropriar disso."

"Body positivity" significa "positividade sobre o corpo".

[...]

Disponível em <https://www.bbc.com/portuguese/geral-50452493>

1. **Analise: “ela saía e entrava de dietas” e assinale a alternativa que apresenta o tempo verbal dessas orações.**

- a) Pretérito Imperfeito do Indicativo.
- b) Pretérito Perfeito do Indicativo.
- c) Pretérito Perfeito do Subjuntivo.
- d) Pretérito Imperfeito do Subjuntivo.

2. **Analise: “me recusei a permitir que meu distúrbio tomasse mais de mim.” E assinale a alternativa que apresenta a classificação dos pronomes em destaque.**

- a) Oblíquo tônico / pessoal / reflexivo.
- b) Oblíquo átono / possessivo / reto.
- c) Oblíquo tônico / reflexivo / reto.
- d) Oblíquo átono / possessivo / oblíquo tônico.

3. **Analise: “Deparei com a imagem de uma mulher no Instagram” e assinale a alternativa correta.**

- a) “Com” é preposição.
- b) “De” é conjunção.
- c) “A” é numeral.
- d) “Uma” é numeral.

4. **Analise: “nunca seria o suficiente” e assinale a alternativa correta.**

- a) “Nunca” é advérbio de modo.
- b) “Nunca” é advérbio de negação.
- c) “Nunca” é advérbio de certeza.
- d) “Nunca” é advérbio de afirmação.

5. **Assinale a alternativa que apresenta um advérbio de intensidade.**

- a) “passou por anorexia e ficou um tempo internada em um hospital psiquiátrico.”
- b) “É só uma palavra, uma forma de descrever seu corpo e precisamos nos apropriar disso.”
- c) “perdi muito tempo, e me recusei a permitir que meu distúrbio tomasse mais de mim.”
- d) “Aos 21, tendo abandonado a faculdade, ela chegou ao peso que queria”

Informática Básica

6. **Usando o Windows 10, instalação padrão, português do Brasil, se o usuário ao acessar o Explorador de Arquivos selecionar com o mouse um determinado arquivo que esteja localizado no HD do computador do usuário e, na sequência, pressionar simultaneamente as teclas de atalho CTRL + D, o arquivo será: (Obs.: o sinal de + não faz parte do comando, significa que as teclas devem ser pressionadas simultaneamente).**

- a) duplicado.
- b) impresso.
- c) excluído e movido para a lixeira.
- d) excluído de forma definitiva.

7. **Considerando o MS-Word 2016, em português e em sua configuração padrão, se durante a digitação de um documento as teclas CTRL + O forem pressionadas simultaneamente a seguinte ação acontecerá:**

(Obs.: o sinal de + não faz parte do comando, significa que as teclas devem ser pressionadas simultaneamente).

- a) um novo documento em branco será criado
- b) o parágrafo em que o cursor estiver posicionado será negrito
- c) será direcionado para a opção de impressão
- d) o parágrafo em que o cursor estiver posicionado terá um alinhamento centralizado

8. Trabalhando com a planilha eletrônica do pacote Microsoft Office, MS-Excel 2016, (versão em português e em sua configuração padrão), o usuário digitou na célula C4 da planilha abaixo, a seguinte fórmula:

=SOMA(A1+A3/C2+C3)

Assinale a alternativa que apresenta o resultado na célula C4.

	A	B	C
1	1000	100	10
2	2000	200	20
3	3000	300	30
4			

- a) 80
b) 1180
c) 230
d) 1280
9. Considerando as definições de Internet, Intranet e Gerenciadores de Correio Eletrônico, analise as assertivas e assinale a alternativa correta.
- I. A lista de Histórico dos Navegadores de Internet tem a função de armazenar automaticamente os endereços das páginas visitadas recentemente.
- II. A lista Favoritos dos navegadores de Internet tem a função de permitir que o usuário armazene endereços de seus sites favoritos, para que possa visitá-los no futuro com apenas com um clique no endereço do favorito na referida lista.
- III. A limitação no tamanho dos anexos enviados por um correio eletrônico tem configuração estipulada pelo seu fabricante ou pelo administrador de cada Correio Eletrônico, tais como: Hotmail, Gmail, etc.
- a) Apenas I e II estão corretas.
b) Apenas II e III estão corretas.
c) Apenas I e III estão corretas.
d) Apenas I, II e III estão corretas.
10. A Internet já está presente no cotidiano de grande parte da população e, provavelmente para estas pessoas, seria muito difícil imaginar como seria a vida sem poder usufruir das diversas facilidades e oportunidades trazidas por esta tecnologia. Um usuário de Internet consegue comunicar-se com outras pessoas através de e-mails e redes sociais. Consegue também por intermédio de aplicativos contratar serviços e realizar movimentações bancárias. Porém, no momento de criar suas senhas de acesso aos seus aplicativos, o mesmo deverá ficar atento para algumas regras de segurança. Assinale a alternativa que não representa uma forma segura na criação de senhas de segurança.
- a) Criar senhas diferentes para cada tipo de serviço/site que necessite acessar.
b) Atualizar a senha com frequência ou sempre que usar a senha em local onde a rede seja insegura.
c) Criar uma senha que faça sentido para você, que consiga lembrar com facilidade sem a necessidade de anotar. Porém, evitar criar senhas com caracteres especiais, pois esses caracteres não são aceitos como parte de senhas.
d) Criar uma senha longa, de preferência com letras, números, símbolos e caracteres especiais

Conhecimentos Gerais

11. São símbolos do Município de Marilena:
- a) a Bandeira e o Brasão.
b) a Bandeira, os pratos típicos e o Hino.
c) a Bandeira, o Hino, o Brasão e os Prédios Históricos.
d) a Bandeira, o Hino e o Brasão.
12. Assinale a alternativa incorreta. Segundo a Lei Orgânica do Município de Marilena, poderá ocorrer emenda à Lei Orgânica Municipal mediante proposta
- a) de um terço, no mínimo, dos vereadores.
b) de iniciativa popular.
c) de iniciativa do Ministério Público.
d) de iniciativa do Prefeito.
13. Com sede em Paris, é uma organização internacional composta por 35 países membros e reúne as economias mais avançadas do mundo, bem como alguns países emergentes como a Coreia do Sul, o Chile, o México e a Turquia. O texto se refere a(ao)
- a) OCDE.
b) Mercosul.
c) ONU.
d) União Européia.
14. Segundo o site da Prefeitura de Marilena, as políticas nas áreas agrícolas e de desenvolvimento econômico estão voltadas para o fortalecimento
- a) do agronegócio.
b) da agricultura familiar.
c) do plantio de café.
d) da agricultura sem agrotóxicos.
15. A expressão do ano de 2019, segundo o Dicionário Oxford, foi divulgada recentemente, segundo o próprio dicionário britânico, o uso do termo aumentou mais de 100 vezes desde setembro de 2018. Qual a expressão descrita pelo texto?
- a) Salvem o Planeta.
b) Emergência Imigratória.
c) Emergência Climática.
d) Brexit.

Conhecimentos Específicos

16. Uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) funciona 24 horas, sendo oferecidos aos funcionários: café da manhã (7h00), almoço (12h00), jantar (18h00), ceia (24h00). O total de funcionários atendidos durante todo o período é 1200. O total de nutricionistas suficientes para atender essa UAN, de acordo com a Resolução CFN Nº 600/2018, é
- a) duas nutricionistas com 30 horas semanais cada.
b) duas nutricionistas com 40 horas semanais cada.
c) três nutricionistas com 20 horas semanais cada.
d) quatro nutricionistas com 30 horas semanais cada.

17. Um nutricionista foi contratado por uma empresa para auxiliar no projeto de construção de uma unidade de alimentação e nutrição (UAN). Com base nesse caso hipotético, analise as assertivas quanto aos aspectos físicos e funcionais de uma UAN e assinale a alternativa correta.
- I. As portas e as janelas devem ser mantidas ajustadas aos batentes. As portas da área de preparação e armazenamento de alimentos devem ser dotadas de fechamento automático.
- II. A ventilação deve garantir a renovação do ar e a manutenção do ambiente livre de fungos, gases, fumaça, pós, partículas em suspensão, condensação de vapores dentre outros que possam comprometer a qualidade higiênico-sanitária do alimento. O fluxo de ar não deve incidir diretamente sobre os alimentos.
- III. As instalações sanitárias e os vestiários devem se comunicar diretamente com a área de preparação e armazenamento de alimentos ou refeitórios, devendo ser mantidos organizados e em adequado estado de conservação. As portas externas devem ser dotadas de fechamento automático.
- a) Todas estão incorretas.
b) Todas estão corretas.
c) Apenas I e II estão corretas.
d) Apenas I está correta.
18. Considere que em uma UAN, um forno elétrico prepara 20 kg de lasanha em 30 minutos. Qual o tempo necessário para assar 240 kg de lasanha em 3 fornos?
- a) 60 minutos.
b) 120 minutos.
c) 240 minutos.
d) 360 minutos.
19. A RDC nº 171 de 2006 estabelece os requisitos para instalação e funcionamento de Banco de Leite Humano (BLH) e Posto de Coleta de Leite Humano (PCLH) em todo território nacional, com o objetivo de garantir a segurança sanitária do leite humano ordenhado. Sobre o assunto, assinale a alternativa incorreta.
- a) O Banco de Leite Humano (BLH) deve estar vinculado a um Hospital com assistência Materna e/ou Infantil.
b) Os profissionais envolvidos na manipulação do LHO devem utilizar Equipamento de Proteção Individual (EPI), gorro, óculos de proteção, máscara, avental e luvas de procedimento, em conformidade com a atividade desenvolvida.
c) O Leite Humano Ordenhado Cru e o Leite Humano Ordenhado Pasteurizado devem ser transportados de forma que a temperatura máxima não ultrapasse 5°C (cinco graus Celsius) para os produtos refrigerados e -1°C (um grau Celsius negativo) para os produtos congelados.
d) O Leite Humano Ordenhado Cru coletado e aprovado pelo BLH deve ser pasteurizado a 100°C (cem graus Celsius) por 30 (trinta) minutos.
20. J.P. tem uma filha de seis anos que se encontra matriculada em uma Instituição Particular de Ensino. Ela apresenta muitas dúvidas na hora de montar a lancheira de sua filha. Considerando que a criança estuda meio período e que a lancheira é térmica, assinale a alternativa com a melhor opção de lanche saudável.
- a) Suco de fruta natural, bolo de milho e melão.
b) Suco de caixinha, pão francês com manteiga e mamão.
c) Iogurte tipo petit suisse, morangos e castanhas.
d) Vitamina de mamão e pãezinhos (tipo bisnaguinha) com requeijão.
21. No Brasil, a desnutrição representa o fator de risco de morte mais importante em adultos entre 60 e 74 anos, e essa associação se mostrou ainda mais forte em indivíduos acima de 75 anos de idade. Em indivíduos internados é resultado de uma série de fatores, podendo estar associada à doença e/ou ao tratamento. Considerando a utilização de terapia nutricional (enteral e parenteral), analise as assertivas e assinale a alternativa correta.
- I. Cabe ao nutricionista avaliar o estado nutricional dos pacientes, as necessidades nutricionais, tanto para a nutrição enteral (NE) quanto para a nutrição parenteral (NP) e a prescrição dietética da Terapia Nutricional Enteral (TNE).
- II. Os passos necessários para Terapia Nutricional são: triagem nutricional; avaliação nutricional dos pacientes em risco nutricional ou desnutridos; cálculo das necessidades nutricionais; indicação da Terapia Nutricional a ser instituída; monitoramento/acompanhamento nutricional e aplicação dos indicadores de qualidade na Terapia Nutricional.
- III. A indicação de nutrição enteral (NE) deve estar associada ao funcionamento do trato gastrointestinal (TGI) + ingestão via oral (IVO) insuficiente + grau de desnutrição/catabolismo/percentual de perda de peso e presença de disfagia.
- a) Todas estão corretas.
b) Todas estão incorretas.
c) Apenas II e III estão corretas.
d) Apenas III está correta.
22. Ao comprar um alimento, o nutricionista deve considerar o Fator de Correção (FC) que nada mais é que uma constante que para cada tipo de alimento prevê a quantidade de resíduos que serão retirados, sendo decorrente da relação entre peso bruto (alimento conforme se adquire) e peso líquido (alimento depois de limpo e pronto para utilizar). Sobre o assunto, e considerando que são necessários 5 kg de batata para preparar um purê e que o FC da batata é igual a 1,2, a quantidade que deve-se comprar, em kg, é igual a
- a) 5,5 kg.
b) 6,5 kg.
c) 6 kg.
d) 10 kg.

23. Sobre as famosas “dietas da moda”, analise as assertivas e assinale a alternativa correta.
- I. As condutas relacionadas ao Jejum Intermitente (JI) têm sido baseadas em estudos realizados com animais e a partir de dados observacionais do jejum religioso (particularmente Ramadã) e que, portanto, não se tem evidências científicas suficientes provenientes de estudos controlados envolvendo humanos para suportar os benefícios supracitados do JI.
- II. Com relação à dieta low carb, descobriu-se em um estudo recente que tanto as dietas de baixa ingestão - menos de 40% das calorias provenientes de carboidratos - quanto as com excesso de carboidrato - mais 70% - estão ligadas a um aumento na mortalidade.
- III. A dieta cetogênica, por causar a chamada cetose, gera efeitos desagradáveis, como perda de concentração, tontura, fraqueza ou sensação de cansaço, náusea, enjoo, dor de cabeça, mau humor, dentre outros.
- a) Todas estão corretas.
b) Todas estão incorretas.
c) Apenas I e II estão corretas.
d) Apenas I e III estão corretas.
24. Para assegurar a qualidade de um alimento deve-se considerar, além de outras coisas, o tempo máximo de armazenamento que o mesmo deve respeitar. Segundo a RDC nº 216/2004, qual o prazo máximo de consumo dos alimentos preparados e conservados sob refrigeração a temperatura de 4°C (quatro graus Celsius) ou inferior?
- a) 2 dias.
b) 3 dias.
c) 4 dias.
d) 5 dias.
25. Sobre a digestão e a absorção de nutrientes, assinale a alternativa correta.
- a) Glicogenólise pode ser descrita pela decomposição da glicose em duas moléculas de ácido pirúvico.
b) Catabolismo são reações químicas que degradam moléculas orgânicas complexas e polímeros em moléculas simples.
c) Glicólise é a conversão de glicogênio de volta a glicose.
d) Todas as alternativas estão corretas.
26. Sobre o descongelamento de alimentos, assinale a alternativa correta.
- a) Deve ser efetuado em condições de refrigeração à temperatura inferior a 10°C, em forno de microondas quando o alimento for submetido imediatamente à cocção ou sob água corrente.
b) Deve ser efetuado em condições de refrigeração à temperatura inferior a 5°C ou sob água corrente.
c) Deve ser efetuado em condições de refrigeração à temperatura inferior a 10°C, em forno de microondas quando o alimento for submetido imediatamente à cocção ou diretamente na cocção.
d) Deve ser efetuado em condições de refrigeração à temperatura inferior a 5°C (cinco graus Celsius) ou em forno de microondas quando o alimento for submetido imediatamente à cocção.
27. M.J., mulher, 45 anos, obesa, tabagista e divorciada, procurou o pronto atendimento da UBS perto de sua casa queixando-se de dor de cabeça, mal estar e vertigem. Ao passar pela triagem da equipe de enfermagem, foi constatada uma Pressão Arterial de 180 por 100 mmHg. De acordo com o caso clínico descrito, assinale a alternativa incorreta.
- a) São fatores de risco para Hipertensão Arterial (HA): idade (envelhecimento), sexo e etnia (sendo maior entre mulheres e pessoas de raça negra/cor preta), excesso de peso e obesidade, ingestão excessiva de sódio, consumo crônico e elevado de bebidas alcoólicas, sedentarismo, fatores socioeconômicos e genética.
b) A dieta DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) enfatiza o consumo de frutas, hortaliças e laticínios com baixo teor de gordura; inclui a ingestão de cereais integrais, frango, peixe e frutas oleaginosas; preconiza a redução da ingestão de carne vermelha, doces e bebidas com açúcar. Ela é rica em potássio, cálcio, magnésio e fibras e contém quantidades reduzidas de colesterol, gordura total e saturada. A adoção desse padrão alimentar reduz a pressão arterial.
c) Estudos comprovam que para cada 5% de perda ponderal de peso corporal há a diminuição de 20 a 30% da pressão arterial.
d) Estudos recentes sugerem que o consumo de café em doses habituais está associado com maior incidência de hipertensão arterial e com elevação da pressão arterial.
28. De acordo com a I Diretriz sobre o Consumo de Gorduras e Saúde Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia, o coco e o óleo de coco são importantes fontes naturais de gorduras saturadas, especialmente de ácido láurico. Sobre o assunto, analise as assertivas e assinale a alternativa correta.
- I. Em relação aos demais tipos de gorduras saturadas, o ácido láurico apresenta maior poder em elevar LDL-C, bem como HDL-C2.
- II. A recomendação é de que seja usado em pequenas quantidades e em preparações culinárias, preferencialmente compostas por alimentos in natura ou minimamente processado, não sendo recomendado para tratamento da hipercolesterolemia.
- III. A utilização do óleo de coco é indicada para pacientes com insuficiência cardíaca por apresentar efeito protetor, principalmente quando adicionado ao café.
- a) Todas estão corretas.
b) Todas estão incorretas.
c) Apenas I e II estão corretas.
d) Apenas III está correta.

29. Um das principais formas de evitar o câncer é tendo uma alimentação saudável, sendo fisicamente ativo e mantendo o peso corporal adequado. Sobre o assunto, assinale a alternativa correta.

- a) Uma ingestão rica em alimentos de origem vegetal como frutas, legumes, verduras, cereais integrais, feijões e outras leguminosas, e pobre em alimentos ultraprocessados, como aqueles prontos para consumo ou prontos para aquecer e bebidas açucaradas, podem prevenir novos casos de câncer.
- b) Quando consumidos em excesso, os edulcorantes podem causar efeitos colaterais, como dor de cabeça, mal-estar, alterações de humor e diarreia. Além disso, estudos experimentais, realizados em animais, revelam o potencial de determinados adoçantes artificiais, como o aspartame, ciclamato de sódio e sacarina sódica, para desenvolvimento de câncer.
- c) Os refrigerantes contêm a substância 4-MI (4-metilimidazol), classificada como possivelmente cancerígena pela Agência Internacional para Pesquisa em Câncer (IARC), da Organização Mundial da Saúde (OMS). Esse composto é um subproduto do corante caramelo IV presente nessas bebidas.
- d) Todas as alternativas estão corretas.

30. Doenças transmitidas por alimentos (DTA) são aquelas causadas pela ingestão de alimentos e/ou água contaminados. Existem mais de 250 tipos de DTA no mundo, sendo que a maioria delas são infecções causadas por bactérias e suas toxinas, vírus e outros parasitas. Sobre o assunto, assinale a alternativa correta.

- a) No Brasil, a maioria das doenças transmitidas por alimentos são causadas por bactérias (principalmente por Salmonella, Escherichia coli e Staphylococcus).
- b) Para prevenir DTAs recomenda-se lavar os ovos em água potável, um por vez, sempre antes de estocar.
- c) Para desinfecção de hortifruti (frutas, legumes e verduras) deve-se imergir os alimentos em uma solução preparada com 10 ml (1 colher de sopa) de vinagre de álcool para cada litro de água tratada.
- d) Em casos de diarreia é aguda, recomenda-se a ingestão de bebidas esportivas para reposição dos fluídos e eletrólitos.