

## **Técnico em Massoterapia**

### **Leia estas instruções:**

- 1 Confira se os dados contidos na parte inferior desta capa estão corretos e, em seguida, assine no espaço reservado.
- 2 Este Caderno contém cinquenta questões de múltipla escolha, assim distribuídas: **01 a 15** ▶ Língua Portuguesa, **16 a 30** ▶ Ciências, **31 a 50** ▶ Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: Massagem e Terapias afins.
- 3 Quando o Fiscal autorizar, verifique se o Caderno está completo e sem imperfeições gráficas que impeçam a leitura. Detectado algum problema, comunique-o, imediatamente, ao Fiscal.
- 4 Cada questão apresenta quatro opções de resposta, das quais apenas uma é correta.
- 5 Interpretar as questões faz parte da avaliação. Portanto, não peça esclarecimentos aos fiscais.
- 6 A Comperve recomenda o uso de caneta esferográfica, confeccionada em material transparente, de tinta preta.
- 7 Utilize qualquer espaço em branco deste Caderno para rascunhos e não destaque nenhuma folha.
- 8 Os rascunhos e as marcações que você fizer neste Caderno não serão considerados para efeito de avaliação.
- 9 Você dispõe de, no máximo, **três horas**, para responder às questões e preencher a **Folha de Respostas**.
- 10 O preenchimento da Folha de Respostas é de sua inteira responsabilidade.
- 11 Antes de se retirar definitivamente da sala, **devolva** ao Fiscal **este Caderno** e a **Folha de Respostas**.

**Assinatura do Candidato:** \_\_\_\_\_



O Texto 1 servirá de base para as questões de 1 a 12.

### TOMATE, O DIURÉTICO NATURAL

Quem tem raízes italianas sabe que o tomate é um fruto indispensável no preparo de refeições. Ingrediente principal de molhos, ele faz parte do dia a dia dos brasileiros, acompanhando massas, cortado na salada, picado no vinagrete, batido na sopa ou até em forma de suco. Caqui, cereja, italiano, o que não faltam são opções para quem quiser variar no cardápio com ele, que sempre agrega sabor e saúde às mais diversas refeições.

Porém, sua versatilidade não está só nos tipos. Muito saudável, é também uma boa escolha para quem busca prevenir uma série de doenças. É o caso do câncer de próstata: um estudo recente publicado na revista *Molecular Cancer Research* relacionou a ingestão de altos níveis de betacaroteno à prevenção do desenvolvimento de tumores na região. Outro fator de saúde associado ao seu consumo é a perda de peso. "O fruto auxilia no emagrecimento por ter baixo valor calórico. Possui ainda propriedades desintoxicantes, influenciando positivamente o funcionamento dos rins e promovendo efeito diurético, que aumenta a quantidade de líquido eliminado", explica a nutricionista Amanda Maffei (SP). Ela ressalta ainda que o fruto é capaz de combater o acúmulo da gordura localizada graças à sua ação anti-inflamatória.

Uma das substâncias do tomate que traz benefícios ao organismo é o licopeno, um carotenoide que lhe dá a coloração vermelha. "Esse antioxidante combate os radicais livres, prevenindo o envelhecimento precoce e protegendo o sistema cardiovascular", pontua Amanda. O carotenoide também tem sido associado aos fatores de prevenção do câncer de próstata. Além disso, de acordo com a dermatologista Patrícia Mafra (SP), esse antioxidante ajuda no combate aos radicais livres e evita o envelhecimento precoce da pele causado pelos raios ultravioleta.

#### Vitaminas benéficas

Amanda destaca a forte presença das vitaminas A e C no tomate, nutrientes importantes para o sistema imunológico e para a visão, que tornam o consumo desse vegetal ainda mais recomendado. "Há também o magnésio, que age no metabolismo energético e no funcionamento das células, é relaxante muscular e equilibra a acidez sanguínea", acrescenta. Outra substância importante contida no vegetal é o cromo, que ajuda a regular os níveis de açúcar no sangue, como explica a nutricionista Regina Teixeira (SP). "O tomate contribui ainda para a redução do colesterol e a prevenção de infecções, além de eliminar ácido úrico do organismo", completa.

#### Cuidados importantes

Para quem apresenta problemas digestórios, como a gastrite, a recomendação é tomar cuidado. "Esse é um alimento ácido, que aumenta a produção de ácido clorídrico, causando

#### Quiche napolitana

**Rendimento:** 10 porções

**Tempo de preparo:** 1 hora

#### Ingredientes

1/2 xíc. (chá) de quinoa  
1 col. (sopa) de manteiga  
1 xíc. (chá) de alho-poró picado  
1 xíc. (chá) de peito de peru picado  
5 ovos levemente batidos  
1/2 xíc. (chá) de leite  
1 xíc. (chá) de muçarela ralada  
1/2 xíc. (chá) de queijo parmesão ralado  
Sal e pimenta-da-reino a gosto  
1 xíc. (chá) de tomates-cereja cortados ao meio

#### Modo de preparo

1. Cozinhe a quinoa numa panela com água fervente por cerca de 15 minutos. 2. Retire os grãos do fogo, escorra e reserve. 3. Numa frigideira, em fogo médio, refogue o alho-poró e o peito de peru na manteiga por cerca de 3 minutos. 4. Misture, em uma tigela, os ovos levemente batidos, a quinoa já escorrida, o leite, a muçarela ralada, o parmesão, o refogado de alho-poró com peito de peru e os temperos. 5. Transfira a massa para uma forma redonda untada (23 cm). 6. Posicione os tomates-cereja cortados ao meio sobre a massa. 7. Asse em forno médio preaquecido a 180°C por cerca de 40 minutos ou até que esteja firme. 8. Retire do forno e sirva a quiche quente ou fria.

mais dor", adverte Amanda. Ela também alerta sobre a quantidade de potássio contida no tomate, que pode aumentar a formação de cálculos renais, principalmente para as pessoas que possuem essa predisposição.

Em relação ao consumo, 100 g de tomate (algo como uma unidade grande) forneceriam cerca de 6% da dose diária recomendada de potássio para adultos. A maior ingestão do nutriente na dieta está associada a menores taxas de acidente vascular cerebral (AVC) e pode diminuir a incidência de doenças cardiovasculares. A nutricionista Regina recomenda incluí-lo no cardápio diariamente e acrescenta: "Existe uma vantagem no consumo cozido, porque nosso organismo absorve melhor o licopeno, especialmente quando regado com um fio de azeite".

#### Suco de tomate na saúde feminina

Um estudo de 2015 do *Nutrition Journal* descobriu que o consumo de suco de tomate ajudou a aliviar alguns sintomas da menopausa, como ansiedade, gasto energético em repouso e frequência cardíaca. A pesquisa foi realizada com 95 mulheres com idade entre 40 e 60 anos, que tiveram de consumir 200 ml de suco de tomate sem sal, duas vezes ao dia, por oito semanas.



#### Na hora da compra

Quando for escolher o fruto ideal, opte sempre pelos mais firmes e vermelhos e higienize muito bem antes de consumir. "Todo tomate deve ser lavado em água corrente e, em seguida, ficar imerso por 15 minutos em um litro de água com uma colher cheia (sopa) de solução de hipoclorito de sódio. Depois desse tempo, enxágue em água corrente antes de consumir", indica a nutricionista Maria Eduarda Melo (SP). No entanto, ela ressalta que essa higienização tem o objetivo de diminuir os riscos microbiológicos, mas não de eliminar resíduos de agrotóxicos. "As melhores opções são o consumo de alimentos da época ou orgânicos", pondera.

---

VIEIRA, Mariana; TORETTA, Murilo. Tomate, o diurético natural. **VIVASAÚDE**. São Paulo: Editora Escala, Ed. 188, jan. 2019. p. 36-39. [Adaptado].

- 01.** Considerando o seu modo de organização, a intenção comunicativa prioritária do texto é
- A) explicar a versatilidade do tomate em relação à prevenção de diversas doenças.
  - B) orientar sobre os cuidados que se deve adotar ao consumir tomates diariamente.
  - C) classificar a variedade e os benefícios relacionados ao consumo de tomates.
  - D) opinar sobre os benefícios à saúde proporcionados pelo consumo diário de tomate.
- 02.** De acordo com o texto,
- A) a higienização do tomate garante erradicar os microrganismos e os defensivos agrícolas.
  - B) existem benefícios à saúde apenas quando o tomate é consumido sem cozimento.
  - C) existem algumas restrições ao consumo do tomate na alimentação humana.
  - D) a substância que proporciona maiores benefícios ao organismo humano é o licopeno.
- 03.** Considerando a intenção comunicativa prioritária e a organização estilística e composicional, o texto configura-se como
- A) verbete.
  - B) manual de instrução.
  - C) artigo de opinião.
  - D) artigo de divulgação científica.

04. Considerando a intenção comunicativa prioritária,
- A) as sequências descritiva e injuntiva apresentam-se como dominantes no texto.
  - B) as sequências descritiva e injuntiva apresentam-se como secundárias no texto.
  - C) apenas a sequência descritiva apresenta-se como secundária no texto.
  - D) apenas a sequência injuntiva apresenta-se como dominante no texto.
05. A presença da sequência injuntiva está demarcada, principalmente, pela presença de verbos no
- A) presente do subjuntivo.
  - B) infinitivo.
  - C) imperativo.
  - D) presente do indicativo.
06. Em relação às ideias do primeiro parágrafo, o segundo apresenta uma
- A) causa.
  - B) conclusão.
  - C) consequência.
  - D) contraposição.
07. O texto apresenta uma linguagem
- A) predominantemente denotativa, adequada ao gênero produzido.
  - B) predominantemente conotativa, inadequada ao gênero produzido.
  - C) exclusivamente técnica, inadequada ao público-alvo.
  - D) exclusivamente coloquial, adequada ao público-alvo.
08. Os textos *in box* (à margem direita) relacionam-se com o texto principal por
- A) possuírem a mesma temática.
  - B) terem os mesmos objetivos.
  - C) promoverem a mesma reflexão.
  - D) apresentarem o mesmo tipo textual.
09. A ideia central do segundo parágrafo apresenta-se
- A) explícita no terceiro período.
  - B) diluída nos dois últimos períodos.
  - C) diluída nos dois primeiros períodos.
  - D) explícita no último período.
10. São acentuadas em razão da mesma regra:
- A) saúde e acúmulo.
  - B) clorídrico e níveis.
  - C) raízes e inclui-lo.
  - D) úrico e açúcar.

Para responder às questões 11 e 12, considere o excerto abaixo.

A[1] maior ingestão do nutriente na dieta está associada a[2] menores taxas de acidente vascular cerebral (AVC) e pode diminuir a[3] incidência de doenças cardiovasculares.

11. Os elementos linguísticos [1], [2] e [3] são, respectivamente,
- A) preposição, preposição e artigo.
  - B) artigo, preposição e artigo.
  - C) artigo, artigo e preposição.
  - D) preposição, artigo e preposição.
12. Se a palavra **incidência** for para o plural, o elemento linguístico [3], obrigatoriamente,
- A) flexionará no singular, pois se trata de uma preposição.
  - B) flexionará no plural, pois se trata de um artigo.
  - C) receberá um acento grave devido à regência do verbo “diminuir”.
  - D) receberá um acento grave devido à regência do substantivo “incidência”.

Para responder às questões 13, 14 e 15, considere o excerto abaixo.

"[...] Depois desse tempo, enxágue em água corrente antes de consumir", indica a nutricionista Maria Eduarda Melo (SP). **No entanto**[1], ela ressalta que essa higienização tem o objetivo de diminuir os riscos microbiológicos, **mas**[2] não de eliminar resíduos de agrotóxicos.

13. O elemento linguístico [1] pode ser substituído, sem alteração de sentido, por
- A) Entretanto.                      B) Portanto.                      C) Além disso.                      D) Por isso.
14. O elemento linguístico [1] interliga
- A) termos.                      B) parágrafos.                      C) orações.                      D) períodos.
15. Os elementos linguísticos [1] e [2]
- A) retomam as mesmas informações.
- B) são conectores que estabelecem relações semânticas distintas.
- C) são conectores que estabelecem a mesma relação semântica.
- D) retomam informações distintas.

## Ciências

16 a 30

O texto abaixo servirá de base para as questões de Ciências.

A família Monteiro vive em uma cidade do interior de um estado da região Nordeste e vivencia os problemas comuns nesse contexto social. O senhor João, 83 anos de idade, passou a morar recentemente com a família do filho mais velho, após a morte de sua esposa, a senhora Maria, de acidente vascular grave. Seu filho mais velho, Pedro, de 63 anos, mora com uma família de três filhos e a esposa Lúcia, de 52 anos, em uma casa de periferia com cinco cômodos, sendo três quartos, um banheiro, uma sala e uma cozinha. Os filhos, Pedro Júnior (16 anos), Maria Eduarda (15 anos) e Luís Paulo (9 anos) dividem um dos quartos e estudam em uma escola pública do bairro. Essa família vivencia a rotina e os desafios cotidianos de uma família de classe média baixa. A relação dos irmãos tem se mostrado conflituosa e com problemas de ordem física e emocional, o que tem causado tristeza e aborrecimento ao senhor João, que tem problemas cardíacos. Com a morte da esposa e a mudança em sua vida, o senhor João tem se apresentado calado e sem se alimentar direito. Além disso, Maria Eduarda teve que dividir um quarto pequeno com os irmãos, no qual cabe apenas uma cama, em que dormem dois juntos, e o outro em uma rede acima da cama. Eduarda reclama bastante, porque Pedro Júnior fica muito tempo no banheiro, preocupado, pois observou que, em seu pênis, há uma ferida que não dói, não coça, não arde e não tem pus. Ele também tem sentido ínguas (caroços) na região da virilha que causam incômodo.

16. A senhora Maria tinha hipertensão e diabetes e foi vítima de Acidente Vascular Cerebral (AVC) ou encefálico (AVE), também conhecido como "Derrame Cerebral". Tal agravo é uma das principais causas de morte, incapacidade adquirida e internações em todo o mundo. Esse evento se caracteriza por
- A) vasos que levam sangue ao cérebro obstruídos ou rompidos, provocando a paralisia da área cerebral que ficou sem circulação sanguínea.
- B) redução de fluxo sanguíneo ocasionado pelo estreitamento ou pela obstrução de uma artéria cardíaca, impedindo que oxigênio chegue em quantidade adequada para as células neurológicas.
- C) dilatação anormal de uma artéria cardíaca causada por enfraquecimento ou defeito da parede arterial que pode se romper e causar uma compressão no cérebro ou permanecer sem riscos de obstrução.
- D) doença cerebral degenerativa causada por focos de destruição na substância branca profunda dos hemisférios cerebrais com comprometimento cognitivo do tipo demência.

17. O tipo de AVC desenvolvido pela senhora Maria foi o hemorrágico, que ocorre quando há
- A) rompimento de um vaso cerebral, provocando sangramento.
  - B) obstrução de uma artéria, impedindo a passagem de oxigênio para células cerebrais.
  - C) acúmulo de gordura, por dentro, na artéria ou pelo entupimento de um êmbolo.
  - D) compressão de uma estrutura cerebral, causando hipertensão intracraniana.
18. Devido ao problema apresentado por Pedro Júnior, a mãe o levou ao médico na Unidade Básica de Saúde do bairro. Lá, o jovem foi diagnosticado com sífilis primária e medicado prontamente. Essa doença é uma infecção sexualmente transmissível causada
- A) pelo vírus HPV, que infecta a pele ou as mucosas das pessoas, provocando verrugas na região genital e/ou no ânus e câncer, a depender do tipo de vírus.
  - B) pela bactéria *Treponema pallidum*, apresenta várias formas clínicas e é exclusiva do ser humano.
  - C) pela bactéria *Neisseria gonorrhoeae*, que desencadeia uma infecção, atingindo os órgãos genitais, a garganta e os olhos.
  - D) pelo fungo *Chlamydia trachomatis*, atingindo os órgãos genitais e os gânglios da virilha e de outras partes do corpo.
19. O cardiologista do senhor João observou também que o exame de sangue apresentou um aumento nos níveis de colesterol. Além disso, ele está com sobrepeso, pois embora esteja sem se alimentar ultimamente, continua acima do peso ideal. Nesse caso, o médico o orientou quanto à necessidade de realizar uma atividade física e de se alimentar, de preferência, com alimentos *in natura* ou minimamente processados. Em relação ao colesterol, analise as afirmativas abaixo.

|     |   |
|-----|---|
| I   | O colesterol pode ser considerado um tipo de gordura (lipídio) produzido, em parte, pelo organismo (endógeno) e, em menor proporção, pela dieta (alimentação), que desempenha funções essenciais como a produção de hormônio.   |
| II  | O sangue humano é composto por dois tipos de colesterol: o LDL, conhecido como bom, por retirar o excesso de colesterol das artérias, impedindo seu depósito e diminuindo a formação da placa de gordura; e o HDL, que é conhecido como ruim por entrar nas artérias, provocando seu entupimento. |
| III | O colesterol elevado no sangue é uma das principais causas de doenças cardiovasculares, entre elas, o aneurisma e a leucemia, um importante fator de risco de morte.  |
| IV  | Entre as complicações decorrentes do excesso de colesterol, está a aterosclerose, um acúmulo de placas de gorduras nas artérias que impede a passagem do sangue e pode causar problemas cardíacos, como infarto, e acidente vascular cerebral.  |

Entre as afirmativas, estão corretas

- A) III e IV.
  - B) II e III.
  - C) I e II.
  - D) I e IV.
20. O cardiologista informou ao senhor João que, diante do histórico familiar de AVC, também conhecido como AVE, e do quadro de hipertensão do idoso, o filho e os netos teriam chances de desenvolver essas doenças/complicações. Por isso, como formas de prevenção, eles deveriam evitar os principais fatores de risco, que são:
- A) uso nocivo de álcool e cigarro (tabagismo ativo); consumo de alimentação processada e ambientes que favorecem a disseminação dessas doenças contagiosas.
  - B) uso nocivo de álcool e cigarro (tabagismo ativo e/ou passivo); consumo de alimentação não saudável e sedentarismo.
  - C) consumo de alimentação hipercalórica ou hipossódica; excesso ou ausência de atividade física e estilo de vida estressante.
  - D) consumo de alimentação hipocalórica ou hipersódica; excesso de atividade física e ocupação estressante.

21. Na consulta com o cardiologista, o senhor João externou a vontade de se tornar doador de órgãos. Para isso, pediu orientação sobre como proceder. O médico, então, o informou de que, em geral, a legislação vigente no Brasil determina que a doação de órgãos ou tecidos da pessoa falecida ocorra
- A) por registro escrito de vontade do próprio doador, no sentido de subsidiar a família no processo de decisão sobre a doação.
  - B) sob a autorização legal do doador, em vida, a partir de um documento com o seu consentimento registrado em cartório público.
  - C) por qualquer registro documentado de vontade do próprio doador, no sentido de subsidiar a família no processo de decisão sobre a doação.
  - D) sob a autorização legal do cônjuge, companheiro ou parentes maiores de idade, até segundo grau, como pais, filhos, irmãos, avós e netos.
22. Um agente comunitário de saúde (ACS) realizou visita à casa da família Monteiro e observou que a residência apresentava muitos criadouros do mosquito *Aedes Aegypti*, pois, devido à mudança do senhor João, no quintal da casa, havia muitos objetos e móveis entulhados além de plantas em vasos com água acumulada e reservatórios sujos de água para animais. Assim, para resolver especificamente os problemas identificados durante aquela visita, o ACS deverá orientar a família a
- A) utilizar repelentes e inseticidas na prevenção a doenças transmitidas pelo mosquito *Aedes Aegypti*, desde que sejam registrados na Anvisa e os cuidados e precauções descritas nos rótulos dos produtos sejam obedecidos.
  - B) limpar semanalmente os pratos de vasos de plantas ou preenchê-los com areia; limpar com escova ou bucha os potes de água para animais; tampar os tonéis e caixa d'água e remover do ambiente todo material que possa acumular água (garrafas, latas e pneus).
  - C) evitar o uso de inseticidas naturais à base de citronela, andiroba e óleo de cravo, entre outros, pois eles não possuem comprovação de eficácia nem aprovação pela Anvisa, até o momento.
  - D) aplicar repelente em forma spray, espalhando-o primeiramente na mão e depois no corpo, para, em seguida, aplicá-lo no rosto, lembrando-se sempre de lavar as mãos com água e sabão depois da aplicação.
23. Durante uma visita à família, o agente comunitário de saúde solicitou os cartões de vacinação de todos os membros da família e orientou sobre a importância da imunização com as vacinas indicadas pelo Ministério da Saúde para cada fase da vida. O agente de saúde justificou que a imunização é importante para proteger contra as doenças porque,
- A) quando uma pessoa está doente, a vacina que contém antibióticos (proteínas que atuam eliminando os microrganismos) irá combater o antígeno (substância estranha ao organismo).
  - B) quando uma pessoa é infectada por um antígeno (substância estranha ao organismo), as vacinas que contêm anticorpos (proteínas que atuam como defensoras no organismo) combatem imediatamente aquele invasor.
  - C) quando uma pessoa é infectada pela primeira vez por um antígeno (substância estranha ao organismo), o sistema imunológico produz anticorpos (proteínas que atuam como defensoras no organismo) para combater aquele invasor.
  - D) quando uma pessoa está doente, a vacina que contém antígeno (proteínas que atuam eliminando os microrganismos) irá combater os anticorpos (substância estranha ao organismo).
24. Lúcia recebeu um comunicado da escola de seu filho, Luís Paulo, sobre a situação de um surto de pediculose naquele ambiente, solicitando que os pais providenciem os cuidados específicos com essa doença para que consigam controlar a transmissão entre os alunos. A pediculose é uma
- A) parasitose humana causada pelo ácaro *Sarcoptes scabiei*, popularmente conhecido como cobreiro.
  - B) infestação causada pelo inseto *Pediculus humanus capitis*, popularmente conhecido como piolho.

- C) foliculite bacteriana, uma inflamação da raiz do cabelo causada por bactérias, popularmente conhecida como furúnculo.
- D) infestação da pele causada por um tipo de pulga denominado *Tunga penetrans*, popularmente conhecido como “bicho de pé”.
25. Os cuidados que podem ser tomados pelos pais para o controle da pediculose são, entre outros:
- A) encaminhamento das crianças para os devidos cuidados de higiene, após a lavagem e a desinfecção da área atingida, utilizando agulha esterilizada.
- B) tratamento com medicação prescrita pelo médico, imediato e ao mesmo tempo, de todos os membros da família, a fim de erradicar a infestação.
- C) uso de medicamentos tópicos em toda a pele, nos pelos e no cabelo ou uso de medicamentos orais.
- D) aplicação de compressas quentes para acelerar a drenagem e, em alguns casos mais graves, cortar e drenar o furúnculo.
26. Lúcia vem apresentado, há 2 anos, sinais e sintomas como perda de peso, insônia, nervosismo, sudorese excessiva, taquicardia, tremores e olhos vermelhos e saltados (exoftalmia). Desde então, estava adiando a ida ao médico, pois achava que estava com esgotamento físico devido à sobrecarga de trabalho e aos problemas familiares. Após mostrar o resultado de um exame de sangue ao médico, foi diagnosticada com hipertireoidismo, que é
- A) um distúrbio causado pelo excesso de hormônio tireoidiano que faz com que os sistemas do corpo tenham suas atividades aceleradas.
- B) um distúrbio causado pelo excesso de hormônio tireoidiano que faz com que os sistemas do corpo tenham suas atividades reduzidas.
- C) um problema na tireoide que se caracteriza pela queda na produção dos hormônios triiodotironina (T3) e tiroxina (T4).
- D) um problema na tireoide que se caracteriza pelo excesso na produção dos hormônios progesterona e do paratormônio.
27. O problema apresentado por Lúcia compromete a tireoide, uma glândula do corpo humano em forma de borboleta (com dois lobos), que fica localizada na parte anterior do pescoço, logo abaixo da região conhecida como *Pomo de Adão*. Os hormônios da tireoide
- A) controlam o metabolismo e o crescimento do corpo, influenciando funções do organismo, como a frequência cardíaca, a temperatura do corpo e a transformação dos alimentos ingeridos em energia.
- B) regulam o ritmo circadiano ou relógio biológico, principalmente na regulação dos ciclos de sono e vigília.
- C) produzem neurônios especiais denominados células neurosecretoras e controlam também a liberação dos demais hormônios do corpo.
- D) exercem funções importantes, como a regulação do metabolismo de vários nutrientes, a síntese de proteínas e outras moléculas, a degradação de hormônios, o armazenamento de substâncias e a excreção de substâncias tóxicas.
28. Maria Eduarda relata que vem apresentando fome e cansaço excessivos, aumento do volume da urina (poliúria), muita sede (polidipsia) e mudanças bruscas de humor. Além disso, sua glicose apresentou alteração que, somada aos sintomas apresentados, levou o médico a suspeitar de
- A) resistência insulínica.
- B) diabetes tipo 2.
- C) hipoglicemia.
- D) diabetes tipo 1.

29. A doença de Maria Eduarda é causada pela produção insuficiente ou má absorção de insulina, hormônio que tem a função de
- A) induzir a gliconeogênese, ou seja, a quebra de gordura e proteínas para a produção de derivados glicídicos.
  - B) aumentar o teor de glicose na corrente sanguínea a partir da quebra do glicogênio, substância de reserva energética.
  - C) quebrar as moléculas de glicose transformando-a em energia para manutenção das células do nosso organismo.
  - D) regular os teores de glicose no sangue por indução da gliconeogênese, ou seja, a conversão de lipídios/proteínas em derivados de glicose.
30. A doença de Maria Eduarda decorre da alteração na insulina, hormônio produzido por uma importante glândula do corpo humano que é responsável pela produção de hormônios e enzimas digestivas. Por apresentar essa dupla função, essa estrutura pode ser considerada um órgão do sistema endócrino e digestório e, por produzir enzimas e hormônios, é considerada um exemplo de glândula mista, ou seja, apresenta funções exócrinas e endócrinas. Essa glândula é
- A) a hipófise.
  - B) o fígado.
  - C) a tireoide.
  - D) o pâncreas.

**Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: Massagem e Terapias afins 31 a 50**

31. Os doshas são reconhecidos por princípios funcionais e materiais tidos no ayurveda como responsáveis por todos os processos do complexo mente-corpo. O equilíbrio dos doshas leva a um estado de saúde, enquanto os desequilíbrios levam ao aparecimento e ao desenvolvimento de doenças. Nesse contexto, os doshas
- A) usam os pontos de acupuntura para prevenir e tratar distúrbios e enfermidades no corpo.
  - B) têm origem mineral, vegetal ou animal, sendo utilizados para preparação de medicamentos.
  - C) servem para diferenciar a constituição ou o tipo psicológico de cada pessoa.
  - D) são conhecidos, principalmente, como madeira, fogo e pitta.

**Considere o excerto abaixo para responder às questões 32 e 33.**

A massagem é considerada uma prática terapêutica que envolve um conjunto de manipulações sistemáticas em tecidos corporais moles, a partir da pele, com o objetivo de estimular os sistemas imune, circulatório, nervoso, muscular e, nas práticas de origem oriental, também o energético.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. **Glossário temático:** práticas integrativas e complementares em saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/marco/12/glossario-tematico.pdf>. Acesso em: 18 out. 2019.

32. A massagem é adotada por várias racionalidades em saúde, como
- A) Musicoterapia.
  - B) Mateiro.
  - C) Ghee.
  - D) Naturopatia.
33. A massagem atua diretamente sobre a
- A) pele.
  - B) microcirculação.
  - C) glândula sudorípara.
  - D) glândula sebácea.



40. A drenagem linfática corporal é uma técnica que visa melhorar o funcionamento do sistema linfático, a fim de auxiliar a eliminação de líquidos e toxinas presentes no corpo humano por meio de manobras nas vias linfáticas e nos linfonodos. Os linfonodos, por sua vez,
- A) são dilatações dos vasos linfáticos que filtram a linfa, retendo partículas grandes.  
 B) diminuem de tamanho quando o organismo está combatendo uma infecção.  
 C) formam-se principalmente no intestino delgado e apresentam esfíncteres.  
 D) são órgãos que produzem as células brancas conhecidas por basófilos.
41. O estresse acomete muitas pessoas nos dias atuais. Assim, a maioria das pessoas que apresenta essa condição procura um massoterapeuta com um autodiagnóstico, geralmente manifestando uma tensão muscular ou outra condição crônica. Tendo isso em mente, considere as afirmações abaixo, referentes à conduta do massoterapeuta no tratamento do estresse.

|     |   |
|-----|---|
| I   | O massoterapeuta precisa estar atento aos sinais e sintomas do estresse, como dores de cabeça, irritabilidade, insônia, náuseas, sudorese, tensão nos ombros, dores articulares múltiplas, incapacidade de concentração, ansiedade, respostas emocionais inapropriadas e isolamento social. |
| II  | Ao iniciar a massagem, é importante que o massoterapeuta se concentre, determine sua intenção, regule o seu ritmo respiratório com o do cliente e inicie uma conversa que possa ter continuidade ao longo de toda a massagem, com o intuito de tranquilizá-lo e de interagir com ele.       |
| III | A frequência das sessões de massagem antiestresse independe do fato de se estar tratando o estresse como uma condição primária ou secundária bem como da comorbidade tratada ou dos efeitos musculares do estresse propriamente dito.   |
| IV  | A conduta da massagem antiestresse deve ser iniciada com toque vigoroso e, ao final, o terapeuta deve suavizar as manobras fazendo uso do deslizamento superficial ou profundo para promover um relaxamento global.   |

Estão corretas as afirmações

- A) I e III.                    C) I e IV.  
 B) II e IV.                    D) II e III.

42. A massoterapia engloba várias técnicas que apresentam a função de reequilibrar, tonificar, estimular, relaxar, alongar e promover a homeostase orgânica e energética. Assim, considere as definições abaixo, referentes a alguns tipos de massagem.

|     |   |
|-----|---|
| I   | Acupressão, acupressura ou digitopuntura é uma técnica milenar que visa o equilíbrio energético por meio de estímulos em pontos dos meridianos energéticos corporais.   |
| II  | A massagem de pedras quentes consiste na aplicação de termoterapia, em que a condução do calor se dá por intermédio de pedras plutônicas cuja energia penetra profundamente nos músculos, permitindo a desobstrução e a normalização do fluxo energético à medida que atinge a temperatura de 50° a 60°C. |
| III | Reflexologia ou terapia por zona é uma prática que estimula pontos nos pés, nas mãos ou nas orelhas (chamados de zona de reflexo), promovendo um estado de profundo relaxamento e estimulando os processos curativos do corpo.  |
| IV  | Massagem antiestresse é sinônimo de massagem relaxante, e o direcionamento do fluxo da terapia deve ocorrer do centro para as extremidades do corpo com o intuito de promover relaxamento.  |

Das definições apresentadas, estão corretas

- A) I e III.                    C) II e IV.  
 B) I e IV.                    D) II e III.

43. A massagem é contraindicada quando existem advertências concernentes ao tratamento com esse tipo de terapia. O médico e o profissional de massagem são os responsáveis por indicá-la ou não. Posto isso, analise as afirmações abaixo, sobre a indicação ou não da massagem.

|     |   |
|-----|---|
| I   | A massagem é contraindicada em casos de edemas, pois estes estão associados à presença de trombos, os quais, quando deslocados para órgãos vitais, podem levar o cliente à morte.             |
| II  | É indicada a aplicação da massagem em musculatura paralisada, com a finalidade de aumentar a circulação local.  |
| III | Algumas das contraindicações à massagem são: cefaleia intensa de origem desconhecida, pressão alta que não esteja controlada, febre, infecções virais, ferida aberta, nódulo sem diagnóstico. |
| IV  | É indicada a aplicação de massagens em segmentos corporais que apresentam fraturas ósseas com o intuito de minimizar o quadro algico e inflamatório.  |

Estão corretas as afirmações

- A) I e III.                      B) I e IV.                      C) II e IV.                      D) II e III.

44. Os benefícios terapêuticos produzidos pela massagem incluem relaxamento da tensão muscular, tonificação dos músculos e estímulo da circulação do sangue e da linfa. Em relação aos efeitos da massagem, considere as afirmações abaixo.

|     |   |
|-----|---|
| I   | A massagem auxilia na drenagem dos catabólitos da atividade muscular, como dióxido de carbono, ácido lático e ureia.  |
| II  | A estimulação proporcionada pela massagem impulsiona a drenagem linfática e melhora a circulação, resultando na melhora da aparência da pele.   |
| III | Além dos músculos, a massagem afeta os nervos por meio da estimulação das terminações nervosas sensoriais na pele, a qual é transmitida ao cérebro por meio do sistema nervoso central. |
| IV  | A massagem promove um processo de relaxamento sem alterar o padrão respiratório abdominal e nem o estado mental do indivíduo.   |

Entre as afirmativas, estão corretas **apenas**

- A) I, II e III.                      C) I, II e IV.  
B) I e III.                          D) II e III.

45. A massagem é uma arte antiga e reverenciada que tem sido praticada há séculos. Os antigos egípcios, gregos e romanos usavam a massagem para cura e saúde bem como prazer. Na Índia, na China e no Japão, a massagem é parte integrante de sistema de medicina. Considerando a utilização da massagem em diferentes civilizações, analise as afirmativas abaixo.

|     |   |
|-----|---|
| I   | A abhyanga utiliza óleos vegetais de acordo com os doshas de cada indivíduo: kapha, pitta, vata.  |
| II  | Na medicina tradicional chinesa (MTC), há quatro métodos básicos de diagnóstico: inspeção, auscultação/olfação, interrogação e palpação.  |
| III | O óleo de gergelim é um dos recursos mais tradicionais da medicina ayurvédica, utilizado também na massagem, apresentando efeito antioxidante, desintoxicante e rejuvenescedor. |
| IV  | A estimulação dos pontos ao longo dos meridianos durante a massagem é oriunda das práticas de massagens ocidentais.   |

Entre as afirmativas, estão corretas **apenas**

- A) II, III e IV.                      C) I, II e III.  
B) II e IV.                          D) I e II.

46. A construção da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS iniciou-se a partir do atendimento das diretrizes e recomendações de várias Conferências Nacionais de Saúde e recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS). Assim, a PNPIC foi aprovada e publicada nas Portarias Ministeriais nº 971, de 03 de maio de 2006, e nº 1.600, de 17 de julho de 2006. Considerando que as diversas categorias profissionais de saúde no país reconhecem as práticas integrativas e complementares como abordagem de cuidado e considerando que Estados, Distrito Federal e Municípios já têm instituídas em sua rede de saúde as práticas a serem incluídas, analise as afirmativas abaixo.

|     |   |
|-----|---|
| I   | A Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, que dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, regulamenta também as práticas de arteterapia, ayurveda, biodança, dança circular e meditação, no âmbito do Sistema Único de Saúde.  |
| II  | A Portaria nº 971GM/MS, de 3 de maio de 2006, trouxe diretrizes norteadoras para medicina tradicional chinesa/acupuntura, ayurveda, plantas medicinais e fitoterapia, medicina antroposófica e termalismo social/crenoterapia, no âmbito do Sistema Único de Saúde.   |
| III | A Portaria nº 849, de 27 de março de 2017, inclui na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares as seguintes práticas: arteterapia, ayurveda, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa e yoga. |
| IV  | A Portaria nº 702, de 21 de março de 2018, inclui novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, sendo elas: aromaterapia, apiterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, ozonioterapia e terapia de florais.                        |

No que se refere às práticas incluídas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), no âmbito do Sistema Único de Saúde, estão corretas as afirmativas

- A) I e IV.                    B) I e II.                    C) II e III.                    D) III e IV.**

47. A drenagem linfática manual (DLM) é um dos tipos de massagens mais conhecidos na abordagem clínica e estética. Nesse contexto, analise as afirmativas abaixo.

|     |   |
|-----|---|
| I   | A drenagem linfática global desconsidera aspectos psicológicos, mas aborda aspectos nutricionais e sociais visando à adesão do paciente/cliente.  |
| II  | A drenagem linfática global utiliza drenagem linfática manual, drenagem linfática mecânica, exercícios e atividades linfomiocinéticas e estímulos cervicais.  |
| III | Na drenagem linfática global, considera-se a climatização da temperatura, o mecanismo de contenção, a neutralização ou o ganho de pressão gravitacional sem alterar o posicionamento do paciente/cliente.   |
| IV  | Cada movimento executado na drenagem linfática global foi desenvolvido visando à reprodução <i>in vivo</i> , <i>in vitro</i> e clínico, com o objetivo de identificar a forma mais eficaz para realizá-los. |

Estão corretas as afirmativas,

- A) I e IV.                    B) II e IV.                    C) II e III.                    D) I e III.**

48. A Shantala é uma massagem milenar indiana. Essa prática foi trazida para o Ocidente pelo médico francês Frédéric Leboyer, sendo também definida como uma maneira de comunicação que proporciona estímulos sensoriais e motores. Assim, a terapia Shantala consiste em

- A) aplicação de pressão, utilizando os dedos das mãos em pontos energéticos situados nas plantas dos pés e nas palmas das mãos.**  
**B) massagem feita pelas mães em seus bebês, que contribui para a eliminação de tensões e o alívio de cólicas e insônias.**  
**C) massagens e meditação, para ajudar no fluxo de energia vital, a qual é conhecida também como ki (chi).**  
**D) prática mística e meditativa que proporciona equilíbrio e saúde para o corpo físico, através de suas asanas (posições e movimentos).**

49. A massagem inclui manobras e técnicas que são mais comumente empregadas para produzir efeitos fisiológicos no corpo bem como dão estrutura à sua sequência. A respeito dessas técnicas, considere as afirmações abaixo.

|     |   |
|-----|---|
| I   | O deslizamento é o primeiro toque da massagem, utilizado para espalhar o óleo, e permite a inspeção inicial do corpo do cliente/paciente.   |
| II  | A fricção é um movimento realizado com as mãos, trabalhando alternadamente, apertando e rolando os músculos.  |
| III | A percussão estimula o fluxo circulatório e deve ser aplicada rapidamente e de forma rítmica, levantando-se e abaixando-se as mãos de modo que toquem alternadamente a área a ser massageada. |
| IV  | O amassamento consiste em uma pressão vigorosa e movimentos rápidos sobre os músculos, com o intuito de esfregá-los, mantendo-se as mãos espalmadas e apoiadas sobre a área a ser massageada. |

Estão corretas as afirmativas,

- A) II e III.                                    C) I e III.  
 B) II e IV.                                    D) I e IV.

50. Cada indivíduo reage de maneira diferente depois dos estímulos empregados durante e após a realização de uma massagem; portanto, é importante também estar atento ao modo como finalizá-la. Nesse sentido, considere as orientações abaixo para a finalização de uma massagem, com o intuito de potencializar os efeitos benéficos dessa terapia.

|     |  |
|-----|--|
| I   | Deixar o cliente descansar brevemente e, posteriormente, solicitar que se deite de lado antes de levantar-se, com a finalidade de proteger a coluna e evitar tonturas.                   |
| II  | Ao orientar o cliente a sair da maca, deve-se manter os seus pés bem oleados, a fim de potencializar os princípios ativos dos óleos e/ou cremes utilizados.                              |
| III | Oferecer água ao cliente com a finalidade auxiliar na eliminação das toxinas liberadas pelo organismo durante o procedimento.  |
| IV  | Demonstrar-se atencioso e receptivo e perguntar como o cliente está se sentindo, embora o seu <i>feedback</i> seja pouco relevante para o aprimoramento e o redirecionamento da prática. |

Estão corretas as orientações presentes em

- A) I e II.  
 B) I e III.  
 C) II e IV.  
 D) III e IV.