



MUNICÍPIO DE PORTO ALEGRE

CONCURSO PÚBLICO
EDITAL N.º 175/2023

751 – TÉCNICO EM NUTRIÇÃO E DIETÉTICA

NOME DO CANDIDATO

NÚMERO DE INSCRIÇÃO

- VOCÊ RECEBEU SUA FOLHA DE RESPOSTAS E ESTE CADERNO CONTENDO **60** QUESTÕES OBJETIVAS.
- VERIFIQUE SE ESTE CADERNO CORRESPONDE AO CARGO QUE VOCÊ SE INSCREVEU, HAVENDO DIVERGÊNCIA, INFORME IMEDIATAMENTE AO FISCAL DA SALA. NÃO SERÃO ACEITAS RECLAMAÇÕES POSTERIORES.
- VERIFIQUE SE O CONTEÚDO DESTA CADERNO SE ENCONTRA COMPLETO E LEGÍVEL, HAVENDO DIVERGÊNCIA, INFORME IMEDIATAMENTE AO FISCAL DA SALA. NÃO SERÃO ACEITAS RECLAMAÇÕES POSTERIORES.
- PREENCHA COM SEU NOME E NÚMERO DE INSCRIÇÃO OS ESPAÇOS RESERVADOS NA CAPA DESTA CADERNO.
- LEIA CUIDADOSAMENTE AS QUESTÕES E ESCOLHA A RESPOSTA QUE VOCÊ CONSIDERA CORRETA.
- RESPONDA A TODAS AS QUESTÕES.
- TRANSCREVA PARA A FOLHA DE RESPOSTAS COM CANETA DE TINTA AZUL OU PRETA DE CORPO TRANSPARENTE.
- A DURAÇÃO DA PROVA É DE **3 HORAS**.
- A SAÍDA DO CANDIDATO DO PRÉDIO SERÁ PERMITIDA APÓS TRANSCORRIDO O TEMPO MÍNIMO ESTABELECIDO NO EDITAL DO CONCURSO PÚBLICO.
- AO SAIR, VOCÊ ENTREGARÁ AO FISCAL A FOLHA DE RESPOSTAS.

**É EXPRESSAMENTE PROIBIDO O USO DE CELULAR E OUTROS APARELHOS ELETRÔNICOS
NAS DEPENDÊNCIAS DO LOCAL DE PROVA**

AGUARDE A ORDEM DO FISCAL PARA ABRIR ESTE CADERNO DE QUESTÕES

LÍNGUA PORTUGUESA

Leia o texto abaixo para responder às questões de 1 a 6.

Há pessoas que têm opiniões e há opiniões que têm pessoas

Gosto muito de ver, em parlamentos, quando alguém discursa e membros do mesmo partido aplaudem ou gritam “bravo!” ou “muito bem!”. Mas fico triste quando o parlamentar que foi o único do seu partido a ser eleito não tem quem o incentive quando fala.

Por isso, fiquei satisfeito quando soube que um CEO de um grande canal de TV pedia aos seus funcionários que criassem perfis falsos no Twitter para atacar os jornalistas que falassem mal dos programas da plataforma. O objetivo não era ter alguém a gritar “bravo!”, “muito bem!” aos amigos, mas era parecido: tratava-se de ter alguém a gritar “péssimo!”, “muito mal!” a quem nos critica.

A interessantíssima história revela coisas importantes sobre o nosso tempo. Primeira: os CEOs têm bastante tempo livre. Têm tempo para se entreter com críticas. E, depois, têm tempo para “**engendrar**” uma estratégia para responder aos autores das críticas.

Segunda: o referido CEO acredita que as críticas têm poder e que as respostas às críticas têm a capacidade de anular esse poder. Em princípio, ele acha que os espectadores leem uma opinião negativa escrita pelo crítico do New York Times e ficam sem vontade de ver determinada série. Mas depois leem no Twitter a resposta de @crazyeagle23 e recuperam a intenção de a ver.

Há pessoas que têm opiniões e há opiniões que têm pessoas. Perfis falsos são opiniões que têm pessoas. A pessoa não existe, mas a opinião precisa de um hospedeiro. Ao que parece, parte do trabalho dos funcionários do canal era criar pessoas fictícias com opiniões reais. É uma profissão criativa.

No filme “Matrix”, há a vida real e a vida virtual. Neo, Trinity e Morpheus percebem que a vida real, em que são escravizados pelas máquinas, é que conta. A vida virtual é uma farsa. O CEO em questão acha que não. O que se faz na realidade não é tão importante. O que interessa é inventar um número suficiente de pessoas virtuais que

apreciem o que foi feito na vida real — @crazyeagle23 concorda.

(Ricardo Araújo Pereira. Adaptado).

- De acordo com a leitura do texto, assinale a alternativa correta.
 - O assunto principal do texto é a popularidade dos políticos quando falam no parlamento e como ela influencia a política.
 - O usuário @crazyeagle23 é usado no texto como representante de uma crítica especializada dos programas do canal de TV.
 - O autor critica o fato de o CEO do canal de televisão ter dado muita importância às críticas feitas nas redes sociais.
 - O autor concorda que se deve dar mais importância para as críticas das redes sociais do que àquelas que aparecem nos jornais tradicionais.
 - O filme Matrix é citado para fazer um contraste com a opinião do CEO, que é contrária ao que é mostrado no filme.
- Assinale a alternativa que apresenta o efeito produzido pela linguagem que é predominante nesse artigo de opinião.
 - Ironia.
 - Duplo sentido.
 - Proximidade do leitor.
 - Crítica literal.
 - Obscuridade.

Analise o trecho abaixo para responder à questão 3.

“Há pessoas que têm opiniões e há opiniões que têm pessoas. Perfis falsos são opiniões que têm pessoas. A pessoa não existe, mas a opinião precisa de um hospedeiro”.

- Assinale a alternativa que apresenta a correta interpretação do trecho acima.
 - Todas as pessoas podem ter opiniões, mas apenas algumas possuem perfis falsos.
 - Nem todos são capazes de ter uma opinião própria, mas qualquer um pode criar um perfil falso.
 - Os perfis falsos são um fenômeno da modernidade que visa a proteção de opiniões impopulares.
 - A criação de perfis falsos se dá para viabilizar a disseminação de determinada opinião.
 - Os perfis falsos são muito perigosos porque fazem opiniões impopulares parecerem populares.

Análise a frase abaixo para responder à questão 4.

“Mas fico triste quando o parlamentar ‘**que**’ foi o único do seu partido a ser eleito não tem ‘**quem**’ o incentive quando fala”.

4. De acordo com a norma-padrão da Língua Portuguesa e quanto às classes de palavras, assinale a alternativa que apresenta uma afirmação correta a respeito das palavras destacadas no trecho acima.

- (A) Pertencem à mesma classe gramatical e são conjunções.
- (B) Pertencem a classes diferentes, “que” é pronome relativo e “quem” é conjunção.
- (C) Pertencem à mesma classe gramatical e são preposições.
- (D) Pertencem à mesma classe gramatical e são pronomes relativos.
- (E) Pertencem a classes diferentes, “quem” é pronome relativo e “que” é conjunção.

5. Assinale a alternativa que apresenta um sinônimo da palavra “**engendrar**” destacada no texto de acordo com o contexto.

- (A) Rejeitar.
- (B) Escolher.
- (C) Observar.
- (D) Criticar.
- (E) Idealizar.

Análise a frase abaixo para responder à questão 6.

“... que um CEO de um grande canal de TV pedia aos seus funcionários que criassem ‘**perfis falsos no Twitter**’ para atacar os jornalistas que falassem mal dos programas da plataforma”.

6. De acordo com a norma-padrão da Língua Portuguesa e quanto ao uso de pronomes, assinale a alternativa em que os elementos destacados são corretamente substituídos por um pronome pessoal.

- (A) “... que um CEO de um grande canal de TV pedia aos seus funcionários que criassem eles para atacar os jornalistas que falassem mal dos programas da plataforma”.
- (B) “... que um CEO de um grande canal de TV pedia aos seus funcionários que os criassem para atacar os jornalistas que falassem mal dos programas da plataforma”.
- (C) “... que um CEO de um grande canal de TV pedia aos seus funcionários que criassem-nos para atacar os jornalistas que falassem mal dos programas da plataforma”.
- (D) “... que um CEO de um grande canal de TV pedia aos seus funcionários que criassem-los para atacar os jornalistas que falassem mal dos programas da plataforma”.
- (E) “... que um CEO de um grande canal de TV pedia aos seus funcionários que lhes criassem para atacar os jornalistas que falassem mal dos programas da plataforma”.

7. De acordo com a norma-padrão da Língua Portuguesa e quanto à ortografia e ao contexto, assinale a alternativa correta.

- (A) Muitos internautas afirmaram não aprovar a seceção da região à força.
- (B) A atitude dela provocou em mim uma sensassão muito estranha.
- (C) Considerando quem o trouxe, não dá para imaginar o que tem nesse sexto.
- (D) O anúncio foi feito de forma tão grandiosa que ficou difícil segurar a expectativa.
- (E) A gestão da área foi seccionada em dois departamentos diferentes.

8. A vós prometeram que _____ por anos apenas com esses _____ aqui armazenados. Mas o acesso só foi dado a quem, ontem, _____ pagar.

De acordo com a norma-padrão da Língua Portuguesa e quanto à acentuação e ao contexto, assinale a alternativa que preenche corretamente as lacunas.

- (A) viverieis / viveres / pode
- (B) viverieis / víveres / pôde
- (C) viverieis / víveres / pôde
- (D) viverieis / viveres / pode
- (E) viverieis / viveres / pode

Análise a frase abaixo para responder à questão 9.

A proliferação de serviços de streaming cada um com seu plano de assinatura próprio tem gerado frustração entre os consumidores.

(Folha de São Paulo. Adaptado).

9. De acordo com a norma-padrão da Língua Portuguesa e quanto à pontuação, assinale a alternativa correta.

- (A) A proliferação de serviços de streaming, cada um com seu plano de assinatura próprio, tem gerado frustração entre os consumidores.
- (B) A proliferação de serviços de streaming cada um com seu plano de assinatura próprio, tem gerado frustração entre os consumidores.
- (C) A proliferação de serviços de streaming, cada um com seu plano de assinatura próprio tem gerado frustração entre os consumidores.
- (D) A proliferação de serviços de streaming, cada um com seu plano de assinatura próprio, tem gerado frustração, entre os consumidores.
- (E) A proliferação, de serviços de streaming, cada um com seu plano de assinatura próprio, tem gerado frustração entre os consumidores.

10. Toda sexta-feira me proponho _____ ajudar pessoas necessitadas sem olhar _____ quem. Saio de casa exatamente _____ 8h da manhã com essa finalidade.

De acordo com a norma-padrão da Língua Portuguesa e quanto ao uso da crase, assinale a alternativa que preenche correta e respectivamente as lacunas.

- (A) a / a / as
- (B) à / à / às
- (C) a / a / às
- (D) a / à / às
- (E) à / a / as

LEGISLAÇÃO

11. De acordo com o Estatuto da Igualdade Racial, foi instituído o Sistema Nacional de Promoção da Igualdade Racial (SINAPIR) como forma de organização e de articulação voltadas à implementação do conjunto de políticas e serviços destinados a superar as desigualdades étnicas existentes no País, prestados pelo poder público federal. Assim, é um objetivo explícito do SINAPIR:

- (A) descentralizar a implementação de ações afirmativas pelos governos estaduais, distrital e municipais.
- (B) produzir conhecimento científico e tecnológico em saúde da população negra.
- (C) incluir o conteúdo da saúde da população negra nos processos de formação e educação permanente dos trabalhadores da saúde.
- (D) desenvolver processos de informação, comunicação e educação para contribuir com a redução das vulnerabilidades da população negra.
- (E) ampliar e fortalecer a participação de lideranças dos movimentos sociais em defesa da saúde da população negra nas instâncias de participação e controle social do SUS.

12. A violência doméstica e familiar contra a mulher, entendida como qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria, é a violência

- (A) sexual.
- (B) patrimonial.
- (C) moral.
- (D) psicológica.
- (E) física.

13. Segundo a Lei n.º 12.527/2011, a qualidade da informação que tenha sido produzida, expedida, recebida ou modificada por determinado indivíduo, equipamento ou sistema, refere-se à

- (A) integridade.
- (B) primariedade.
- (C) disponibilidade.
- (D) confidencialidade.
- (E) autenticidade.

14. Considera-se criança, para os efeitos do Estatuto da Criança e do Adolescente, a pessoa até

- (A) 11 anos de idade completos.
- (B) 12 anos de idade incompletos.
- (C) 11 anos de idade incompletos.
- (D) 12 anos de idade completos.
- (E) 10 anos de idade incompletos.

15. Nos termos da Lei Complementar Municipal n.º 478/2002, apreciar a prestação de contas anual do Departamento Municipal de Previdência dos Servidores Públicos do Município de Porto Alegre (PREVIMPA) a ser remetida ao Tribunal de Contas do Estado, compete ao(à)

- (A) Câmara Municipal de Porto Alegre.
- (B) Conselho Fiscal do PREVIMPA.
- (C) Diretoria Executiva do PREVIMPA.
- (D) Conselho de Administração do PREVIMPA.
- (E) Secretaria Municipal da Fazenda de Porto Alegre.

16. A política de atendimento à pessoa idosa far-se-á por meio do conjunto articulado de ações governamentais e não governamentais da União, dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios. Assim, de acordo com o Estatuto da Pessoa Idosa, são linhas de ação da política de atendimento

- (A) destinação privilegiada de recursos públicos nas áreas relacionadas com a proteção à pessoa idosa.
- (B) preferência na formulação e na execução de políticas sociais públicas específicas.
- (C) proteção jurídico-social por entidades de defesa dos direitos das pessoas idosas.
- (D) prioridade no recebimento da restituição do Imposto de Renda.
- (E) garantia de acesso à rede de serviços de saúde e de assistência social local.

17. Nos termos da Lei Orgânica do Município de Porto Alegre, a fiscalização contábil, financeira, orçamentária, operacional e patrimonial do Município de Porto Alegre, será exercida, mediante controle externo, pelo(a)

- (A) Ministério Público.
- (B) Conselho Municipal.
- (C) Tribunal de Contas do Estado.
- (D) Câmara Municipal.
- (E) Tribuna Popular.

18. A forma de provimento do funcionário estável em cargo de igual ou inferior classificação, mais compatível com suas condições de saúde física ou mental, podendo ser processada a pedido ou 'ex-officio', prevista no Estatuto dos Funcionários Públicos do Município de Porto Alegre, é a

- (A) reversão.
- (B) progressão.
- (C) reintegração.
- (D) transferência.
- (E) readaptação.

19. Trata-se de um fundamento da República Federativa do Brasil, conforme a Constituição Federal, o(a)

- (A) defesa da paz.
- (B) pluralismo político.
- (C) garantia do desenvolvimento nacional.
- (D) repúdio ao terrorismo e ao racismo.
- (E) autodeterminação dos povos.

20. Para fins de aplicação do Estatuto da Pessoa com Deficiência, considera-se acessibilidade

- (A) a possibilidade e condição de alcance para utilização, com segurança e autonomia, de espaços, mobiliários, equipamentos urbanos, edificações, transportes, informação e comunicação, inclusive seus sistemas e tecnologias, bem como de outros serviços e instalações abertos ao público, de uso público ou privados de uso coletivo, tanto na zona urbana como na rural, por pessoa com deficiência ou com mobilidade reduzida.
- (B) a concepção de produtos, ambientes, programas e serviços a serem usados por todas as pessoas, sem necessidade de adaptação ou de projeto específico, incluindo os recursos de tecnologia assistiva.
- (C) quaisquer componentes de obras de urbanização, tais como os referentes a pavimentação, saneamento, encanamento para esgotos, distribuição de energia elétrica e de gás, iluminação pública, serviços de comunicação, abastecimento e distribuição de água, paisagismo e os que materializam as indicações do planejamento urbanístico.
- (D) os produtos, equipamentos, dispositivos, recursos, metodologias, estratégias, práticas e serviços que objetivem promover a funcionalidade, relacionada à atividade e à participação da pessoa com deficiência ou com mobilidade reduzida, visando à sua autonomia, independência, qualidade de vida e inclusão social.
- (E) a forma de interação dos cidadãos que abrange, entre outras opções, as línguas, inclusive a Língua Brasileira de Sinais (Libras), a visualização de textos, o Braille, o sistema de sinalização ou de comunicação tátil, os caracteres ampliados, os dispositivos multimídia, assim como a linguagem simples, escrita e oral, os sistemas auditivos e os meios de voz digitalizados e os modos, meios e formatos aumentativos e alternativos de comunicação, incluindo as tecnologias da informação e das comunicações.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

21. Segundo o Ministério da Saúde e a Organização Mundial da Saúde, o aleitamento materno é recomendado por dois anos ou mais, sendo exclusivo nos primeiros seis meses. Não há vantagens em se iniciar os alimentos complementares antes desse período. Sobre esse tema, assinale a alternativa correta.

- (A) A introdução de alimentos antes dos seis meses pode levar a maior número de episódios de diarreia e hospitalizações por doenças respiratórias.
- (B) Os indivíduos que fizeram a introdução antes dos seis meses têm maior chance de apresentar doença celíaca e intolerância ao glúten quando adultos.
- (C) Ainda quando bebês, em contato com alimentos antes do recomendado, podem desenvolver a galactosemia.
- (D) Os benefícios do leite materno estão exclusivamente relacionados com a prevenção de doenças da primeira infância.
- (E) A introdução de alimentos sólidos nos primeiros meses de vida aumenta a biodisponibilidade de ferro do leite materno.

22. Os fitatos representam uma classe complexa de compostos de ocorrência natural formados durante o processo de maturação de sementes e grãos de cereais. Nutricionalmente, a presença deles nos alimentos é desfavorável, pois ocasiona a formação de complexos insolúveis com minerais e proteínas, reduzindo a biodisponibilidade de nutrientes.

(BENEVIDES, C.M. de J. et al. Fatores antinutricionais em alimentos: revisão. Segurança Alimentar e Nutricional. v. 18, n. 2, p. 67-79, 2011).

Para favorecer o bom aproveitamento de minerais dos alimentos que contêm fitatos, são recomendações indispensáveis numa orientação nutricional,

- (A) incluir alimentos ricos em vitamina C, pois reduzem a ação dos fitatos e aumentam a biodisponibilidade dos minerais.
- (B) realizar a extrusão de cereais e leguminosas, pois inibem totalmente a interação dos fitatos com minerais.
- (C) cozinhar os cereais e as leguminosas sob vapor de água para a retirada completa dos fitatos.
- (D) deixar as leguminosas de molho por 12 horas e desprezar a água na hora da cocção, pois minimiza o efeito da interação entre fitato e minerais.
- (E) incluir alimentos ricos em proteínas numa mesma refeição, pois diminui a ação dos fitatos.

23. Os bancos de leite humano são uma ação estratégica de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno e engloba ações de coleta, processamento e distribuição para bebês prematuros ou de baixo peso que não podem ser alimentados pelas próprias mães. Entretanto, o leite humano pode ser fonte de transmissão de microrganismos patogênicos se não for manipulado sob condições adequadas e, para que isso ocorra, são necessários alguns cuidados de higiene de manipulação. Em relação ao controle de qualidade sanitária dos bancos de leite humano, analise as proposições abaixo.

- I. O *lay-out* dos bancos de leite devem obedecer a um fluxo unidirecional de pessoas e produtos, evitando cruzamentos de maneira a não comprometer a qualidade do leite processado.
- II. A ordenha deve ser conduzida com rigor higiênico-sanitário, para isso, é importante que as mamas sejam lavadas com água corrente, sabonete e álcool 70%.
- III. Após a coleta, o leite humano deve ser armazenado na geladeira em temperatura de 2 °C, por, no máximo, 7 dias.
- IV. O leite humano ordenhado destinado ao consumo de recém-nascidos não deve apresentar microrganismos em quantidade ou qualidade capazes de representar agravos à saúde, por isso um método indicado que assegura a qualidade sanitária do leite é a pasteurização.

É correto o que se afirma, apenas, em

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

24. A antropometria é universalmente utilizada para a vigilância nutricional de grupos populacionais. No caso das crianças, um dos índices bem importantes é a estatura-para-idade, que é utilizada para identificar

- (A) o excesso de peso em crianças e tem vantagem em relação às outras medidas, pois é utilizado em outras fases dos ciclos da vida.
- (B) o estado nutricional, principalmente para avaliação do baixo peso.
- (C) tanto o emagrecimento quanto o excesso de peso e, para sua interpretação, não há a necessidade da informação da idade.
- (D) o crescimento linear da criança e é considerado o que melhor indica o efeito cumulativo de situações adversas sobre o crescimento da criança, sendo, portanto, o indicador mais sensível para aferir a qualidade de vida de uma população.
- (E) a localização da gordura corporal e tem relação direta com o risco de morbimortalidade.

25. O envelhecimento possui relação com o declínio funcional de múltiplos sistemas orgânicos e, dessa forma, pode aumentar a probabilidade de ocorrência de disfunções e doenças. Dentre elas, a anemia causada por deficiências nutricionais é o problema hematológico mais comumente encontrado nos idosos e a principal delas é a ferropriva. Para prevenção dessa anemia, é importante constar na lista de orientações nutricionais dos idosos:

- (A) consumir carnes de gado magras, aves e pescados frescos todos os dias nas principais refeições.
- (B) expor-se ao sol nos horários entre 10 h e 16 h, exceto no verão, em que deve ser evitado o sol do meio-dia.
- (C) acrescentar aveia aos alimentos, pois as fibras alimentares ajudam na absorção do ferro.
- (D) ingerir leite e derivados 3 vezes por dia: no café da manhã, no almoço e no jantar para auxiliar na absorção do mineral.
- (E) incluir pela manhã o suco de couve ou de outros vegetais verdes escuros batidos com leite para aumentar a absorção de ferro das carnes.

26. O guia alimentar para a população brasileira se constitui em uma das estratégias para implementação da diretriz de promoção da alimentação adequada e saudável que integra a Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Dentre as recomendações publicadas em 2014, é correto afirmar que

- (A) os alimentos ultraprocessados como biscoitos recheados, salgadinhos “de pacote”, refrigerantes e macarrão “instantâneo” são proibidos por causa de sua composição nutricional que favorece doenças do coração, diabetes e vários tipos de câncer, além de contribuir para aumentar o risco de deficiências nutricionais.
- (B) é recomendada a exclusão do leite, pois sua produção é potencialmente danosa para o ambiente e, conforme a escala da sua produção, ameaça a sustentabilidade do planeta.
- (C) os óleos, gordura, sal e açúcar devem ser consumidos em pequenas quantidades, pois contribuem para diversificar e tornar mais saborosa a alimentação sem que fique nutricionalmente desbalanceada.
- (D) os alimentos *in natura* ou minimamente processados devem constituir a base de sua alimentação, com exceção do arroz polido, porque o polimento excessivo dos grãos pode diminuir o conteúdo de nutrientes dos alimentos e, por isso, deve ser excluído da alimentação.
- (E) os alimentos processados foram divididos em dois grupos, sendo aqueles com consumo limitado, por exemplo, as castanhas salgadas ou açucaradas e os pães feitos com farinha de trigo, levedura, água e sal e aqueles que devem ser excluídos, como as conservas e as frutas em calda.

27. Sobre os exemplos de cardápios de hospitais (Cardápios A, B e C) diferenciados segundo a consistência, analise as colunas da tabela abaixo.

Cardápio A	Cardápio B	Cardápio C
Leite com café Pão de fôrma Requeijão Pera cozida Açúcar	Leite com café Pão francês Requeijão Melão Açúcar	Leite com café Pão francês Requeijão Pera cozida Açúcar
Arroz papa Caldo de feijão Carne moída Purê de batata Gelatina de abacaxi Suco de laranja Açúcar	Arroz Feijão Bife à rolê Batata sauté Salada de alface e tomate Abacaxi Suco de laranja Açúcar	Arroz Caldo de feijão Picadinho de carne Batata sauté Escarola refogada Abacaxi em calda Suco de laranja Açúcar
Chá Bolacha Maria Açúcar	logurte Chá Bolo de fubá Açúcar	logurte Chá Bolo de fubá Açúcar
Arroz papa Peito de frango desfiado Creme de ervilha Creme de espinafre Creme de papaia Suco de uva Açúcar	Arroz à grega Sobrecoxa de frango assado Creme de ervilha Espinafre ao molho branco Salada de acelga Mamão papaia Suco de uva Açúcar	Arroz com cenoura Sobrecoxa de frango assado Creme de ervilha Espinafre ao molho branco Mamão papaia Suco de uva Açúcar
Chá de hortelã Bolacha maisena Geleia Açúcar	Chá de hortelã Torrada Geleia Açúcar	Chá de hortelã Torrada Geleia Açúcar

Assinale a alternativa que apresenta a ordem correta de classificação baseada nas modificações de consistência.

- (A) Cardápio A: dieta branda / Cardápio B: dieta pastosa / Cardápio C: dieta geral.
- (B) Cardápio A: dieta branda / Cardápio B: dieta geral / Cardápio C: dieta pastosa.
- (C) Cardápio A: dieta pastosa / Cardápio B: dieta geral / Cardápio C: dieta branda.
- (D) Cardápio A: dieta líquida / Cardápio B: dieta geral / Cardápio C: dieta pastosa.
- (E) Cardápio A: dieta geral / Cardápio B: dieta branda; Cardápio C: dieta pastosa.

28. Homem, 45 anos, administrador, sedentário, com diagnóstico de obesidade grau I, diabetes *mellitus* tipo 2 e hipertensão arterial, foi internado no hospital para tratamento de uma infecção urinária. Está recebendo dieta geral, hipossódica para diabetes. Sobre o assunto, analise as proposições abaixo.

- I. A dieta deve apresentar consistência normal e limitação quanto à utilização de sal de cozinha (cloreto de sódio) no cozimento dos alimentos.
- II. A dieta deve ser isenta de sódio e de glúten para redução da inflamação e da infecção.
- III. Deverá ser constituída por 3 refeições ao dia (café da manhã, almoço e jantar) para não elevar a glicemia e a pressão arterial.
- IV. As carnes servidas deverão ser magras e suas preparações deverão ser cozidas, assadas, grelhadas ou refogadas.

É correto o que se afirma, apenas, em

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

29. As vitaminas do complexo B são essenciais e têm funções metabólicas importantes. Em reações específicas funcionam como coenzimas, parceiras das enzimas celulares no metabolismo energético e na construção tecidual. Dentre as vitaminas do complexo B, estão: Piridoxina (B6), ácido fólico (B9) e Cobalamina (B12). Considerando as vitaminas listadas, analise as proposições abaixo.

- I. A Piridoxina é importante para o metabolismo de carboidratos e lipídeos e é encontrada nas carnes, cereais integrais, nozes, aveia e gérmen de trigo.
- II. O ácido fólico atua na formação de produtos intermediários do metabolismo, que por sua vez estão envolvidos na formação de células (biossíntese de ácidos nucleicos RNA e DNA) e seus alimentos fontes são vegetais de folhas verdes escuras, carnes e vísceras.
- III. O ácido fólico é essencial para a biossíntese de ácidos nucleicos (DNA e RNA) e sua absorção depende do fator intrínseco, ácido clorídrico e cálcio.
- IV. A Cobalamina atua como coenzima em diversas reações químicas intracelulares e sua fonte principal são os alimentos proteicos de origem animal.

É correto o que se afirma, apenas, em

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

30. Em relação aos fatores intrínsecos dos alimentos, assinale a alternativa que compreende o alimento mais suscetível para favorecer o crescimento microbiano, segundo valores de pH e Atividade de água (Aw).

- (A) Cenoura: pH = 4,9 – 6,0; Aw ≥ 0,98.
- (B) Leite: pH = 6,3 – 6,5; Aw = 0,98-0,99.
- (C) Feijão: pH = 4,6 – 5,5; Aw = 0,80 – 0,87.
- (D) Suco de laranja: pH = < 3,5; Aw ≥ 0,98.
- (E) Azeitona: pH = 3,8; Aw ≥ 0,98.

31. Uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) serve 300 refeições por dia e a porção de arroz é de 100 g por pessoa. Considerando que o índice de cocção médio do arroz é de 2,5, assinale a alternativa que apresenta a quantidade mínima, em kg de arroz cru, que deverá ser comprado para não faltar no dia.

- (A) 4 kg.
- (B) 8 kg.
- (C) 12 kg.
- (D) 16 kg.
- (E) 30 kg.

32. Uma UAN possui somente uma câmara para armazenar todos os gêneros alimentícios que necessitam de refrigeração. Em um dia estavam armazenados: ovos, alface *in natura*, mousse de chocolate pronto e tampado e bife empanado cru e tampado pronto para serem fritos. Considerando apenas os alimentos citados, assinale a alternativa que apresenta a ordem recomendada de colocação nas prateleiras (inferior, do meio e superior), seguindo a direção de baixo para cima, dentro da câmara.

- (A) Inferior: alface *in natura*; meio: mousse de chocolate; superior: bife empanado e ovos.
- (B) Inferior: ovos; meio: bife empanado e alface *in natura*; superior: mousse de chocolate.
- (C) Inferior: ovos e alface *in natura*; meio: bife empanado; superior: mousse de chocolate.
- (D) Inferior: bife empanado; meio: alface *in natura* e ovos; superior: mousse de chocolate.
- (E) Inferior: mousse de chocolate; meio: alface *in natura*; superior: bife empanado e ovos.

33. Um cozinheiro começou a tossir e espirrar muito. Ao se queixar com o nutricionista da UAN, o cozinheiro deve receber as seguintes orientações:

- (A) afastar-se das atividades de preparação de alimentos enquanto persistirem os sintomas.
- (B) utilizar máscara nasobucal para o preparo de alimentos a serem consumidos crus.
- (C) prestar serviço no setor de preparo de alimentos fornecidos.
- (D) não falar ou tossir sobre os alimentos durante o preparo.
- (E) prestar serviço no setor de porcionamento de saladas.

34. Baseado no Código de Ética Profissional dos Técnicos em Nutrição e Dietética e quanto aos direitos e deveres dos profissionais, correlacione as colunas da tabela abaixo.

Coluna I		Coluna II	
1.	Deveres.	()	Divulgar e propagar os conhecimentos básicos de Alimentação e Nutrição, prestando esclarecimentos com finalidade educativa e de interesse social, segundo recomendações do nutricionista.
2.	Direitos.	()	Prestar serviços profissionais, sem finalidades lucrativas, em situações de calamidade, de emergência pública e de relevante interesse social.
		()	Opinar em assuntos básicos de Alimentação e Nutrição, desde que compatíveis com sua formação escolar.
		()	A garantia e defesa de suas atribuições e prerrogativas, conforme estabelecido em normas próprias e específicas e nos princípios inscritos neste Código.
		()	Atualizar e ampliar seus conhecimentos técnicos, visando o bem público e a efetiva prestação de serviço à comunidade.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta.

- (A) 1 / 2 / 2 / 2 / 2
- (B) 1 / 1 / 2 / 2 / 1
- (C) 2 / 1 / 1 / 1 / 2
- (D) 1 / 2 / 1 / 2 / 2
- (E) 2 / 2 / 2 / 1 / 1

35. Assinale a alternativa em que tenha apenas alimentos processados, segundo a classificação do Guia Alimentar para a População Brasileira publicado em 2014.

- (A) Abacaxi, alface e arroz parboilizado.
- (B) Ameixa seca, farinha de mandioca e leite pasteurizado.
- (C) Palmito em conserva, extrato de tomate (com sal ou açúcar) e pêssego em calda.
- (D) Linguiça, queijo minas frescal e iogurte sabor morango.
- (E) Ovos, castanhas salgadas e arroz integral.

36. Os manipuladores de alimentos são a principal via de contaminação dos alimentos produzidos em larga escala e desempenha papel importante na segurança dos alimentos, na preservação da higiene dos alimentos durante toda a cadeia produtiva, desde o recebimento, armazenamento, preparação até a distribuição. Uma manipulação incorreta e o descuido em relação às normas higiênicas favorecem a contaminação por microrganismos patogênicos e levam à surtos de doenças transmitidas por alimentos.

(Organização Mundial de Saúde (OMS). Métodos de vigilância sanitária y gestión para manipuladores de alimento.

Informe de una reunión de consulta de la OMS. Ginebra, 1989.

Disponível em: <http://whqlibdoc.who.int/trs/who_TRS_785_spa.pdf>).

Desse modo, alguns cuidados devem ser tomados. Segundo a Portaria SES n.º 799/2023 do Estado do Rio Grande do Sul, analise as proposições abaixo.

- I. O uniforme deve ser de uso exclusivo para atividade de manipulação de alimentos, estar limpo, em adequado estado de conservação, com mangas compridas, cobrindo a totalidade dos braços, calças compridas, calçados fechados e deve ser trocado a cada 2 dias.
- II. Os manipuladores devem ser afastados das atividades de manipulação de alimentos quando apresentarem doenças de pele, lesões e/ou doenças infectocontagiosas que possam comprometer a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos.
- III. Os manipuladores devem ter bons hábitos de higiene, asseio corporal, mãos higienizadas, unhas curtas, sem esmalte, sem adornos, sem maquiagem e cabelos completamente protegidos.
- IV. É proibido que os manipuladores tenham barba e/ou bigode e/ou cavanhaque e/ou costeleta.

É correto o que se afirma, apenas, em

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

37. Assinale a alternativa que apresenta alimentos/ingredientes que **NÃO** são recomendados para o consumo de uma criança com 8 meses de idade.

- (A) Ovos e peixes por serem alergênicos.
- (B) Sucos de frutas naturais por apresentarem alto índice glicêmico.
- (C) Castanhas e nozes por serem alergênicas.
- (D) Alimentos em conserva como palmito e picles por constituírem fontes potenciais de contaminação por esporos de *Clostridium botulinum*.
- (E) Temperos naturais como cebola, alho, limão e coentro por prejudicarem a digestão e absorção de nutrientes.

38. Em relação à Portaria Sanitária SES n.º 799/2023 do Estado do Rio Grande do Sul, que estabelece as boas práticas de fabricação para serviços de alimentação, analise as proposições abaixo e assinale (V) para Verdadeiro ou (F) para Falso.

- () As lixeiras devem ser mantidas limpas, de fácil higienização e transporte, íntegras, revestidas com sacos protetores, dotadas de tampas acionadas sem contato manual dispostas apenas na entrada e saída da cozinha para não atrair vetores e pragas urbanas.
- () As esponjas de limpeza, quando utilizadas em superfícies que entram em contato com alimentos, devem ser substituídas, quando necessário e desinfetadas diariamente, por fervura em água, por no mínimo 5 minutos ou outro método adequado.
- () Os panos de limpeza, utilizados em superfícies que entram em contato com alimentos devem ser limpos e trocados frequentemente, através de esfregação com solução de detergente neutro, e, posteriormente, desinfetados através de fervura em água por 15 minutos e enxague ou com uso de solução clorada ou outro desinfetante próprio para esse fim, de acordo com as indicações do fabricante.
- () Em relação à coleta de amostra, a quantidade de alimento/bebida estabelecida é de 200 g ou 200 mL que devem estar em embalagens próprias, identificadas e armazenadas por 7 dias em temperatura de 4 °C.
- () As frutas, legumes e hortaliças, inclusive com casca, prontos para o consumo e/ou utilizados em preparações de alimentos e bebidas, além dos dispostos em decorações e ornamentações devem seguir os procedimentos de higienização correta: seleção dos alimentos, retirando partes ou produtos deteriorados e sem condições adequadas; lavagem com água potável e corrente, um a um; desinfecção com produtos específicos para uso em hortifrutícolas, registrados no Ministério da Saúde para essa finalidade e utilizados de acordo com as indicações do fabricante e enxague com água potável.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta.

- (A) F / F / V / F / V
- (B) V / F / F / F / F
- (C) F / V / V / V / V
- (D) F / V / V / F / V
- (E) V / V / V / F / F

Analise o texto abaixo para responder à questão 39.

Fichas técnicas são recursos utilizados para garantir que uma mesma preparação seja fornecida com a mesma qualidade e características sensoriais, independente de quem a tenha preparado. Elas auxiliam na aquisição dos itens de compras para que não falte nenhum ingrediente necessário para a preparação do prato, auxiliam no dimensionamento do volume de compras, no cálculo do custo da preparação/refeição e no controle de gastos, objetivando manter o mesmo padrão de custos e preços de venda.

(SOUZA, L.V. de, MARSI, T. C. de O. Importância da ficha técnica em UANs: produção e custos de preparações/refeições. J Health Sci Inst. v. 33, n. 3, p. 248-53, 2015).

39. Sendo assim, a construção da ficha técnica é de fundamental importância em Unidades de Alimentação e Nutrição. Baseado nessas informações, analise as proposições abaixo.

- I. Ao elaborar a ficha técnica, deve-se identificar a categoria da preparação e o nome da preparação.
- II. Itens como sal, óleo, água não são necessários introduzir nos ingredientes da ficha técnica, pois são utilizados em quantidade suficiente (q.s).
- III. São utilizadas apenas para restaurantes com sistema de distribuição *self-service* e unidades de alimentação hospitalares.
- IV. São informações obrigatórias que devem constar nas fichas técnicas: fator de correção, índice de cocção e lista de ingredientes com seus pesos brutos e líquidos e custo total e per capita.

É correto o que se afirma, apenas, em

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

40. Considerando que em 100 g de ovo de galinha cozido possuem, aproximadamente, 10 g de proteínas, 8,5 g de lipídeos e 1,5 g de carboidratos, assinale a alternativa que apresenta o valor calórico em 100 g do ovo.

- (A) 80 kcal.
- (B) 87,5 kcal.
- (C) 122,5 kcal.
- (D) 130 kcal.
- (E) 190 kcal.

Analise o texto abaixo para responder à questão 41.

A vitamina D funciona no corpo humano como um hormônio cuja principal função biológica é a manutenção dos níveis séricos de cálcio e fósforo dentro da normalidade, atuando ativamente no metabolismo ósseo. Também possui ações antiproliferativas, prodiferenciativas e imunomodulatórias, com possíveis repercussões em outras doenças como câncer, doenças cardiovasculares e autoimunes. Nos seres humanos, apenas 10% a 20% da vitamina D necessária à adequada função do organismo provém da dieta.

(SANTOS FILHO, A. dos. et al. Vitamina D. Subsecretaria de Saúde Gerência de Informações Estratégicas em Saúde CONECTA-SUS. Disponível em: <https://saude.go.gov.br/files//conectasus/produtostecnicos/2021/VITAMINA%20D.pdf>).

41. Poucos alimentos são considerados fontes dessa vitamina, entre eles destacam-se:

- (A) vegetais folhosos verdes escuros e frutas cítricas.
- (B) cereais integrais e frutas oleaginosas.
- (C) salmão selvagem/de criação e sardinha em conserva.
- (D) óleos vegetais, tais como girassol, algodão, dendê, amendoim e milho.
- (E) pescados, leguminosas e levedo de cerveja.

42. As Doenças de Transmissão Hídrica e Alimentar (DTHA) são aquelas causadas pela ingestão de água e/ou alimentos contaminados. Sobre essas doenças, analise as proposições abaixo.

- I. É considerado surto de DTHA quando duas ou mais pessoas apresentam doença ou sinais e sintomas semelhantes após ingerirem alimentos e/ou água da mesma origem, normalmente em um mesmo local.
- II. Dentro desse grupo são consideradas as intoxicações causadas por toxinas naturais, por exemplo, cogumelos venenosos, toxinas de algas e peixes ou por produtos químicos prejudiciais que contaminaram o alimento, como chumbo e agrotóxicos.
- III. Independente do agente etiológico, os sinais e sintomas da DTHA sempre são náuseas, vômitos e diarreia.

É correto o que se afirma em

- (A) I, apenas.
- (B) II, apenas.
- (C) I e II, apenas.
- (D) II e III, apenas.
- (E) I, II e III.

43. O estado nutricional na adolescência merece atenção porque é um período decisivo para a qualidade de vida na maioridade. Nessa fase de crescimento acelerado, algumas recomendações são de fundamental importância. Sobre o assunto, analise as proposições abaixo e assinale (V) para Verdadeiro ou (F) para Falso.

- () As recomendações energéticas dos adolescentes variam muito e dependem do sexo, da fase pubertária (velocidade de crescimento) e do nível de atividade física.
- () O padrão alimentar dos adolescentes é complexo e sofre influência de fatores de ordem ambiental e social, tais como família, grupo de amigos, ídolos e propaganda.
- () Na adolescência, a necessidade de ferro é aumentada em razão do crescimento da massa muscular e do volume sanguíneo, destacando a síntese da hemoglobina. Nessa fase, a anemia ferropriva é um problema mundial, em especial entre as meninas pós-menarca.
- () Deve-se desencorajar os adolescentes a comerem lanches, mesmo sendo os mais saudáveis, pois é considerado estímulo para o consumo de alimentos tipo *junk foods/fast food*.
- () As proteínas desempenham papel fundamental na construção dos novos tecidos corporais na adolescência e, por isso, a quantidade oferecida deve ser superior à de carboidratos e lipídeos.

Assinale a alternativa em que apresenta a sequência correta.

- (A) V / F / V / F / V
- (B) V / V / V / F / F
- (C) V / V / F / F / F
- (D) F / V / F / F / F
- (E) F / F / V / V / V

44. A evolução da gastronomia pode permitir que as dietas hospitalares, conhecidas muitas vezes pela sua insipidez, possam também agregar sabor e despertar apetite de pacientes hospitalizados, que muitas vezes estão inapetentes. Em relação ao tema gastronomia hospitalar, assinale a alternativa correta.

- (A) O planejamento de cardápios rotativos é inviável em hospitais públicos.
- (B) O cardápio de opções dificulta a escolha da refeição que o paciente deseja consumir.
- (C) A presença do *chef* de cozinha é obrigatória como estratégia de hotelaria.
- (D) Em função da consistência, as dietas líquidas, semipastosas ou pastosas não são incluídas nos cardápios oferecidos na gastronomia hospitalar.
- (E) Uma das estratégias da gastronomia hospitalar está relacionada com a apresentação das refeições, especialmente nas diferenças de cores, texturas e formas dos alimentos.

Analise o texto abaixo para responder à questão 45.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), popularmente conhecido como merenda escolar, é gerenciado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) e está vinculado ao Ministério da Educação. Está voltado a atender alunos de toda a rede pública da educação básica matriculados em escolas públicas, filantrópicas e em entidades comunitárias (conveniadas com o poder público) e tem como objetivos contribuir para o crescimento, o desenvolvimento, a aprendizagem, o rendimento escolar dos estudantes e a formação de hábitos alimentares saudáveis, por meio da oferta de refeições e de ações de educação alimentar e nutricional.

(Disponível em <https://www.gov.br/mds/pt-br/acoes-e-programas/inclusao-productiva-rural/paa/paa-ci/pnae/pnae>. Acesso em 24 de janeiro de 2024).

45. Dentre os objetivos do PNAE estão:

- (A) oferecer refeições baseadas nos hábitos alimentares de crianças e adolescentes sem considerar a qualidade nutricional.
- (B) melhorar o rendimento escolar, aplicando os recursos financeiros provenientes do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação em cursos extras de língua portuguesa e matemática.
- (C) contribuir com a formação de práticas alimentares adequadas e saudáveis dos estudantes, mesmo que os cardápios sejam elaborados por qualquer profissional designado para tal função na escola.
- (D) incentivar hábitos alimentares saudáveis de crianças e jovens matriculados em escolas públicas por meio de refeições saudáveis e balanceadas e ações de educação alimentar e nutricional.
- (E) oferecer refeições que atendam 100% das necessidades nutricionais diárias dos estudantes.

46. Para que o uso da carne como alimento componente de uma dieta equilibrada seja adequado, devem seguir cuidados em relação à qualidade sensorial. Em relação a esse tema, analise as proposições abaixo.

- I. A maciez é um dos atributos de qualidade das carnes e pode variar de acordo com a alimentação, sexo e idade do animal.
- II. Os cortes localizados no quarto traseiro do boi são mais rijos e, portanto, há maior tempo de cocção para abrandamento do tecido conjuntivo.
- III. A maciez da carne varia segundo o tipo de tecido conectivo, isto é, quanto maior a quantidade de colágeno, menor a maciez e, portanto, necessita de mais tempo para a cocção.

É correto o que se afirma em

- (A) III, apenas.
- (B) I e II, apenas.
- (C) I e III, apenas.
- (D) II e III, apenas.
- (E) I, II e III.

Analise o trecho abaixo para responder à questão 47.

As doenças cardiovasculares, câncer, doenças respiratórias crônicas e o diabetes *mellitus* são as principais causas de óbitos e incapacidades e constituem um dos maiores problemas para a sociedade e para os sistemas de saúde. A alimentação saudável é uma das principais aliadas à prevenção dessas Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT) e à manutenção da saúde.

(BRASIL. Ministério da Saúde. Vigilância das Doenças e Agravos Não Transmissíveis e Promoção da Saúde: ações estratégicas. Disponível em https://bvsms.saude.gov.br/bvs/folder/vigilancia_doencas_agravos_nao_transmissiveis_promocao_saude.pdf).

47. Considerando o conceito de alimentação saudável e prevenção das DCNT, assinale a alternativa correta.

- (A) As gorduras saturadas devem representar menos de 30% da ingestão calórica total.
- (B) O consumo de gorduras *trans* deve ser superior a 1% do consumo total.
- (C) Os alimentos brasileiros, como o arroz e o feijão, devem ser moderados pelo fato de conterem alto valor energético e fatores antinutricionais.
- (D) Os açúcares livres devem ser limitados para menos de 10% da ingestão calórica total e uma redução adicional para menos de 5% gera benefícios adicionais à saúde.
- (E) O consumo diário de sal deve estar abaixo de 12 g (o equivalente a 5 g de sódio) para prevenir a hipertensão arterial e reduzir o risco de doenças cardiovasculares.

48. Em relação às temperaturas de preparo e de armazenamento de alimentos nos serviços de alimentação estabelecidos pela Portaria Estadual do Rio Grande do Sul, correlacione as colunas da tabela abaixo.

Coluna I		Coluna II	
1.	Reaquecimento do alimento.	()	Devem ser mantidos em temperatura de 5 °C.
2.	Óleos e gorduras utilizados na preparação dos alimentos submetidos à fritura.	()	Deve ser reduzida de 60 °C a 10 °C em, no máximo, 2 horas.
3.	O alimento preparado conservado a quente.	()	Deve atingir a temperatura de 75 °C.
4.	Resfriamento do alimento preparado.	()	Deve ser mantido em temperatura superior a 60 °C.
5.	Os produtos pré-preparados e preparados armazenados em geladeira/câmaras frias.	()	Não deve ser superior a 180 °C.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta.

- (A) 4 / 1 / 3 / 2 / 5
- (B) 3 / 5 / 1 / 4 / 2
- (C) 2 / 4 / 3 / 5 / 1
- (D) 5 / 4 / 1 / 3 / 2
- (E) 1 / 5 / 3 / 2 / 4

49. A dieta com a mínima formação de resíduos é aquela que fornece alimentos que deixam o mínimo possível de resíduo, elaborada pela escolha de alimentos e formas de preparações que facilitam o processo de digestão e absorção. Sendo assim, assinale a alternativa em que somente contenha alimentos permitidos nesse tipo de dieta em refeições como almoço/jantar.

- (A) Arroz, feijão, bife à rolê, brócolis refogado, abacaxi e suco de laranja.
- (B) Consomê, arroz, filé de peixe (pescada) assado, sagu e água de coco.
- (C) Arroz à grega, frango assado, espinafre refogado, mamão papaia e suco de caju.
- (D) Arroz integral, lentilha, frango assado, abóbora cozida, picolé de limão e suco de uva.
- (E) Creme de ervilhas, purê de batata, carne desfiada, seleta de legumes refogada, suco de manga e mousse de maracujá.

50. Para o preparo de uma receita ou de uma refeição completa, é importante a quantificação exata de alimentos a serem adquiridos. O cálculo das quantidades de cada um dos gêneros alimentícios utilizados é baseado na quantidade que será servida a cada pessoa e na quantidade de pessoas que irá consumir a mesma refeição. Para tanto, é necessário distinguir alguns conceitos, tais como: _____ é a quantidade do alimento, em gramas, pronto para servir, por pessoa e _____ é a quantidade, em gramas, estipulada por pessoa, do alimento cru e limpo, retiradas as partes não comestíveis (cascas, ossos, excesso de pele e gordura), que deve ser considerada no preparo da refeição. Já _____ corresponde à quantidade de alimento (expressa em quilo) que ainda não foi submetido ao processo de limpeza no pré-preparo e é adquirido com as partes não comestíveis como cascas, talos, excesso de pele e gordura.

Assinale a alternativa que preenche correta e respectivamente as lacunas.

- (A) porção / peso limpo / *per capita*
- (B) porção / *per capita* / peso bruto
- (C) peso limpo / peso bruto / porção
- (D) *per capita* / porção / peso líquido
- (E) peso bruto / peso líquido / porção

51. Sobre as técnicas de mensuração e pesagem dos alimentos para a elaboração de preparações culinárias, analise as proposições abaixo e assinale (V) para Verdadeiro ou (F) para Falso.

- () O cálculo correto e preciso na medição dos ingredientes é importante para o controle dos custos no preparo de uma receita culinária.
- () Para medir alimentos secos, tais como açúcar, sal e farinhas é de fundamental importância que sejam comprimidos com o auxílio de uma espátula para preencher os espaços vazios.
- () Não é recomendado o uso de quantidades como $\frac{1}{2}$ colher ou $\frac{1}{4}$ de colher porque não há padronização na medição.
- () Para medir alimentos líquidos, utilizar recipientes precisos que devem estar seguros com as mãos de maneira suspensa a fim de que a medida possa ser vista de cima para baixo para maior precisão.
- () Os alimentos pastosos, tais como manteiga e doce de leite devem estar em temperatura ambiente para serem medidos.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta.

- (A) V / F / F / F / V
- (B) V / V / F / F / F
- (C) F / V / F / F / V
- (D) F / F / V / V / V
- (E) V / F / V / V / F

52. Logo após o nascimento, na primeira semana, o leite produzido pela mãe é chamado de colostro. Em relação às suas características, assinale a alternativa correta.

- (A) É um líquido claro, quase transparente por conter grande quantidade de água produzido em grandes proporções 100 mL/mamada.
- (B) É produzido em pequena quantidade e, por isso, não é suficiente para atender às necessidades do neonato, devendo ser complementado por fórmulas infantis, desde que aprovadas pelo Ministério da Saúde.
- (C) Possui quantidade superior de gordura e maior valor energético comparado ao leite maduro.
- (D) É um leite fraco e a sucção do bebê garante que aconteça a transição para o leite maduro o mais rápido possível.
- (E) Apresenta coloração amarelada por causa do seu conteúdo de betacaroteno, possui grande concentração de proteínas e tem papel imunológico importante, sendo considerado até como a primeira imunização da criança.

53. A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) ocupa posição estratégica para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais atuais e para promoção da alimentação adequada e saudável. Em relação aos princípios da Educação Alimentar e Nutricional, analise as proposições abaixo.

- I. É importante que as ações realizadas expressem uma educação voltada para o autocuidado.
- II. Entendendo a alimentação como uma prática social, como resultado da integração das dimensões biológicas, sociocultural, ambiental e econômica, as ações devem ter abordagem integrada, multiprofissional, transdisciplinar e intersetorial.
- III. É importante que as ações de EAN reafirmem a ideia de que a alimentação não diz respeito apenas ao alimento e sim deve ser voltado aos valores afetivos, sensoriais e sociais que constroem a própria cultura.
- IV. Utiliza como documento norteador para a construção das estratégias educacionais a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF).

É correto o que se afirma em

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

54. E.M., 33 anos, consumiu no café da manhã: 1 fatia de pão de forma integral, 1 colher (chá) de requeijão, 1 unidade de banana prata com 1 copo americano de iogurte integral. Tomando como base a classificação dos alimentos segundo a predominância de nutrientes em: construtores, reguladores e energéticos, assinale a alternativa em que mostra a classificação correta dos alimentos consumidos por E.M.

- (A) Pão de forma, requeijão e banana: energéticos e iogurte integral: construtores.
- (B) Pão de forma integral: energéticos; requeijão e iogurte natural: construtores e banana prata: reguladores.
- (C) Pão de forma integral e banana prata: reguladores; requeijão e iogurte integral: construtores.
- (D) Pão de forma integral e requeijão: energéticos; banana prata: reguladores e iogurte integral: construtores.
- (E) Pão de forma integral: construtores; requeijão e iogurte integral: reguladores e banana prata: energéticos.

55. O planejamento da alimentação saudável não consiste somente na enumeração de um conjunto de quantidades recomendadas de nutrientes. Como recomendação clássica para a elaboração de uma alimentação equilibrada, devem-se ressaltar os postulados do nutrólogo argentino Pedro Escudero (1938), que estabeleceu regras constantes e invariáveis aplicadas a todos os indivíduos, denominada como "Leis Fundamentais da Alimentação". Sobre essas leis, analise as proposições abaixo.

- I. A lei da quantidade está relacionada com a oferta de alimentos na quantidade suficiente para cobrir as exigências nutricionais e manter o equilíbrio.
- II. A lei da qualidade condiz com um plano alimentar completo em sua composição para oferecer ao organismo todas as substâncias que o integram.
- III. Na lei da harmonia, há duas diretrizes importantes a serem seguidas: finalidade e adequação, isto é, saber se a prescrição está direcionada para um enfermo, sendo necessário conhecer a finalidade que se deve adequar e a cada momento biológico da vida.
- IV. Em relação a lei da adequação, refere-se acerca da quantidade de nutrientes que integram a alimentação e apresentam relação entre si.

É correto o que se afirma em

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

56. A etapa de pré-preparo compreende variadas operações, pelo qual os alimentos passam antes de serem consumidos crus ou submetidos à cocção. Em relação a essa etapa, assinale a alternativa que apresenta somente operações de pré-preparo.

- (A) Catar e escolher grãos, tais como: arroz e feijão em bancada organizada, previamente higienizada e cozinhar por 30 minutos.
- (B) Retirar carnes congeladas do freezer por até 72 h, colocando sob refrigeração (4 °C) para descongelamento.
- (C) Lavar folha a folha, dos dois lados, em água corrente e potável e cozinhar rapidamente em água fervente.
- (D) Descascar, fatiar ou fracionar as frutas e distribuir no balcão refrigerado em temperatura de 4 °C.
- (E) Retirar as partes não aproveitáveis (aparas), fracionar, temperar as peças de carne e assar até atingir temperatura de 75 °C.

57. Certas características, inerentes ao processo do envelhecimento, determinam peculiaridades na dieta do idoso. Alguns cuidados que devem ser levados em consideração para a prescrição nutricional desses pacientes. Sobre o assunto, analise as proposições abaixo e assinale (V) para Verdadeiro ou (F) para Falso.

- () Geralmente, nessa fase da vida, os indivíduos já não têm todos os dentes e, muitas vezes, as próteses são defeituosas ou inadequadas.
- () O padrão dietético do idoso já está bem estabelecido e, por isso, apresentam facilidade em modificar os hábitos alimentares.
- () Muitas vezes o idoso vive sozinho e há falta de incentivo para refeições organizadas por causa da solidão.
- () Com o passar da idade, há mudanças fisiológicas tais como a sensibilidade gustativa e a olfativa.
- () É comum os idosos apresentarem constipação intestinal em função do baixo consumo de frutas e verduras, redução da prática de atividade física e pela atonia muscular.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta.

- (A) F / V / F / F / F
- (B) V / F / F / F / V
- (C) V / F / V / V / V
- (D) V / F / V / F / V
- (E) F / F / F / V / V

Analise o trecho abaixo para responder à questão 58.

A Vigilância Alimentar e Nutricional (VAN) consiste na descrição contínua e predição de tendências das condições de alimentação e nutrição da população, bem como seus fatores determinantes. Seu ponto de partida é a avaliação do estado nutricional a partir da coleta de dados antropométricos (principalmente peso e altura) e de consumo alimentar. Para tanto é necessário checar se todos os recursos necessários estão disponíveis.

(BRASIL. Ministério da Saúde. Guia para a organização da Vigilância Alimentar e Nutricional na Atenção Primária à Saúde. Universidade Federal de Sergipe: Brasília: Ministério da Saúde, 2022. 51p).

58. Sobre os recursos físicos e materiais, assinale a alternativa correta.

- (A) A coleta de peso e estatura deve ser a primeira medida a ser tomada, portanto o estadiômetro e a balança devem estar perto da porta de entrada da unidade de saúde.
- (B) Não é necessário o uso da fita métrica na avaliação de crianças menores de 2 anos, pois as medidas obrigatórias são o peso e o comprimento.
- (C) As paredes onde são feitas as coletas das medidas antropométricas devem apresentar revestimentos lisos, de cores claras, de fácil higienização e janelas sem cortinas de maneira que possibilite a circulação e forme correntes de ar.
- (D) O ambiente deve ter luminosidade suficiente para a coleta adequada das medidas, por isso são indicadas lâmpadas com radiação ultravioleta com dispositivo de proteção contra quedas de energia.
- (E) Para locais em que há poucos recursos financeiros, pode-se utilizar a medida do peso por diferença, que consiste na pesagem do responsável com a criança no colo em uma balança para indivíduos maiores de 2 anos e depois pese separadamente somente o responsável. Depois calcule o peso da criança, subtraindo o peso dos dois juntos pelo peso individual do adulto.

59. Além do peso e estatura, outro parâmetro que pode ser utilizado na avaliação antropométrica de adultos é a circunferência de _____ utilizada para avaliar a massa de gordura intra-abdominal e que está associada ao nível de tecido adiposo abdominal visceral, importante para mensurar o risco de doenças _____. Para sua medida é necessário encontrar o ponto médio entre a décima costela e o(a) _____, ou seja, a parte mais alta do osso íliaco.

Assinale a alternativa que preenche corretamente as lacunas.

- (A) braço / cardiometabólicas / processo estiloide
- (B) cintura / neurológicas / epicôndilo lateral do fêmur
- (C) cintura / cardiovasculares / crista íliaca
- (D) abdômen / psiquiátricas / proeminência do olecrano
- (E) abdômen / metabólicas / crista da tíbia anterior

60. Os métodos de cocção incluem as técnicas utilizadas no preparo dos alimentos, com aplicação de calor. Diferentes técnicas produzem diferentes resultados, e para a escolha do método, são considerados o tipo de alimento e as características sensoriais que se deseja desenvolver.

(CUKIER, V. Técnica dietética. Londrina: Editora e Distribuidora Educacional S.A., 2008. 216p).

Em relação aos métodos de cocção, correlacione as colunas da tabela abaixo.

Coluna I		Coluna II
1.	Calor úmido.	() A transmissão de calor ocorre por radiação de ondas eletromagnéticas que se espalham pelo interior do alimento, incidindo até 4 cm de profundidade provocando fricção entre as moléculas de água e, conseqüentemente, produzindo o calor diretamente no interior do alimento.
2.	Calor seco.	() Acontece pela utilização de líquido quente, como água, sucos, leite ou outras bebidas, ou vapor, com a ação de hidratar o alimento e dissolver as substâncias químicas responsáveis pelo sabor. Pode ser utilizada em praticamente todos os alimentos.
3.	Micro-ondas.	() É um processo de geração e troca de calor, mas no equipamento não existe uma fonte de calor propriamente dita. É um fogão que apresenta uma superfície de cerâmica super polida e, no lugar das chamas convencionais, existe uma serpentina de indução.
4.	Forno combinado.	() Um método concentrante, pois desidrata o alimento e concentra as substâncias sensoriais e os nutrientes, intensificando o sabor e o aroma das preparações. Os meios utilizados são o ar e/ou óleo.
5.	Indução.	() Equipamento com alto nível tecnológico, prepara alimentos em curto espaço de tempo, aliando cocção a vapor e forno de convecção (calor seco).

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta.

- (A) 5 / 1 / 4 / 2 / 3
- (B) 4 / 5 / 2 / 3 / 1
- (C) 3 / 1 / 5 / 2 / 4
- (D) 3 / 4 / 5 / 2 / 1
- (E) 2 / 4 / 5 / 3 / 1