

PROVA OBJETIVA

CARGO: NUTRICIONISTA

01) Em relação à toxicidade dos micronutrientes, assinale a alternativa CORRETA.

A) O consumo excessivo de cálcio pode causar litíase renal, devido à formação de cristais de cálcio nos rins.

B) O consumo de quantidades relativamente pequenas de cromo livre pode provocar náuseas e vômitos. No caso de ingestão de grandes quantidades de sais de cromo não ligados a proteínas, acarretará lesão dos rins, inibição da produção de urina e anemia devido à destruição de glóbulos vermelhos (hemólise).

C) A concentração excessiva de cobre no organismo provoca sintomas, como náusea, vômito, cansaço, irritabilidade, parestesia e queda intensa de cabelos.

D) Um dos principais efeitos adversos do consumo excessivo de flúor é a fluorose, que se caracteriza pelo aparecimento de manchas esbranquiçadas nos dentes permanentes.

02) Sobre as vitaminas, é correto afirmar, EXCETO:

A) A colina é essencial para manutenção da integridade das membranas celulares, da neurotransmissão colinérgica, do transporte e do metabolismo do colesterol, sendo encontrada, principalmente, no ovo, no fígado e nos cereais integrais.

B) A vitamina D é indispensável para a homeostase do cálcio, do fósforo e também é essencial para a diferenciação celular.

C) O ácido fólico protege a integridade do tubo neural durante o desenvolvimento, nos primeiros meses de vida intrauterina, evitando a má formação da medula espinhal da criança e a anencefalia.

D) A presença de petéquias na pele sugere distúrbios plaquetários, que podem ser decorrentes da deficiência de niacina.

03) A formação da placa de ateroma na parede dos vasos sanguíneos, bem como suas consequências clínicas (infarto do miocárdio e Acidente Vascular Encefálico) associam-se intimamente com determinados fatores de risco cardiovascular, como hipercolesterolemia,

hipertrigliceridemia, diminuição do HDL-c, hipertensão arterial sistêmica, Diabetes Mellitus e obesidade. Assinale a alternativa que indica os fatores nutricionais que podem aumentar o LDL – colesterol.

A) Excesso de peso e ingestão de ácidos graxos poli-insaturados.

B) Colesterol dietético e ingestão de ácidos graxos saturados.

C) Perda de peso e consumo de fibra insolúvel.

D) Consumo de esteróis e fibras alimentares.

04) São todos alimentos ricos em fibras solúveis, EXCETO:

A) Casca de frutas, pão integral, farelo de trigo.

B) Aveia, soja, lentilha.

C) Mandioca, beterraba, maçã.

D) Frutas cítricas.

05) Analise as afirmativas abaixo e marque a alternativa INCORRETA.

A) A assistência pré-natal deve propiciar o diagnóstico nutricional precoce das gestantes e, se necessário, promover a recuperação nutricional, bem como garantir o adequado ganho de peso na gravidez, a fim de evitar os desvios do crescimento fetal.

B) Os recém-nascidos macrossômicos (peso ao nascer $\geq 4000g$) são geralmente filhos de mães diabéticas e apresentam elevada morbidade neonatal, representada por hipoglicemia, hiperbilirrubinemia, hipocalcemia, síndrome do desconforto respiratório e cardiomiopatia hipertrófica.

C) Recém-nascidos com baixo peso ao nascimento têm menores taxas de morbidade e mortalidade infantil decorrentes de doenças infecciosas e desnutrição.

D) Quanto maior o ganho de peso gestacional, menor a chance de recém-nascidos de baixo peso ($< 2500g$), entretanto, o excessivo ganho ponderal pode levar a alterações maternas e fetais durante a gestação, bem como propiciar que a gestante permaneça na categoria de obesidade após o nascimento do conceito.

06) A doença cardiovascular (DCV) é a principal causa de mortalidade em pacientes com Diabetes Mellitus (DM), sendo essencial a intervenção dietética no manejo dessa complicação. São recomendações dietéticas da American Heart Association (2006) para reduzir o risco de doença cardiovascular em adultos, EXCETO:

- A) Dieta rica em frutas, vegetais, grãos integrais, nozes.
- B) Restrição de sódio na presença de insuficiência cardíaca sintomática.
- C) Produtos lácteos com alto teor de gordura.**
- D) Redução da pressão arterial, tanto nos pacientes normotensos como nos hipertensos.

07) A relação cintura/quadril (Bray, 1989) é um método de avaliação da composição corporal utilizado para adultos, entre 20 a 69 anos, de ambos os sexos. Esse método utiliza um índice para classificar os indivíduos para o risco de desenvolverem doenças crônicas associadas à obesidade e tem como objetivo avaliar:

- A) A gordura corporal total.
- B) A presença de gordura visceral.**
- C) A massa muscular.
- D) A gordura subcutânea.

08) São princípios da orientação nutricional, baseados no conhecimento científico e prático das necessidades nutricionais específicas, traduzidas em termos compreensíveis, que podem ser ensinados para todos os adolescentes, EXCETO:

- A) Comer frutas, verduras/legumes e grãos integrais suficientes.
- B) Realizar 5 refeições diárias (café, almoço e jantar, além de 2 pequenos lanches intercalados).
- C) Beber líquidos em quantidade adequada, principalmente nos meses de verão e após exercícios.
- D) Escolher uma dieta rica em gorduras saturadas e colesterol.**

09) Sobre óleos e gorduras, analise as afirmativas abaixo marcando V (verdadeiras) e F (falsa).

- I - Os óleos são líquidos à temperatura ambiente, enquanto as gorduras são sólidas, passando ao estado líquido a uma temperatura entre 30 e 42° C.
- II - Os óleos de soja, de canola e o misto são os que apresentam maior temperatura até o aparecimento do ponto de fumaça.
- III - A manteiga decompõe-se facilmente quando submetida à temperatura acima de 120°C.
- IV - Os óleos e as gorduras comestíveis são fundamentais na alimentação humana, pois fornecem calorias (9 Kcal/g).
- V - Os óleos e as gorduras auxiliam no transporte de vitaminas lipossolúveis para o interior das células, são fontes de ácidos graxos essenciais, além de contribuir para o sabor e palatabilidade dos alimentos e para a sensação de saciedade após a alimentação.

Assinale a sequência CORRETA.

- A) V, V, F, V, F.
- B) V, V, V, V, V.**
- C) F, V, V, V, V.
- D) V, F, V, V, V.

10) A higiene pessoal dos manipuladores de alimentos, do ambiente de trabalho e dos utensílios utilizados para o preparo dos alimentos é o item imprescindível para a obtenção de uma alimentação sem contaminação e de boa qualidade. Sobre a higiene dos manipuladores de alimentos, é CORRETO afirmar:

- A) O controle de saúde dos manipuladores de alimentos deve ser realizado pelo próprio manipulador, devendo este realizar diversos exames de saúde anualmente, tais como parasitológico de fezes, urina e coprocultura.
- B) Antes de iniciar sua atividade, o manipulador deve retirar a maquiagem e todos os adornos que sejam considerados grandes; adornos pequenos, como alianças, ainda são tolerados na manipulação de alimentos.
- C) Os uniformes dos manipuladores de alimentos devem ser sempre de cor branca e a troca deve ocorrer, no mínimo, a cada 3 dias.
- D) Os manipuladores de alimentos devem lavar cuidadosamente as mãos ao chegar ao local de trabalho, antes e após manipular alimentos, após qualquer interrupção do serviço e após usar os sanitários.**

<p>11) No processo de envelhecimento normal, ocorrem alterações fisiológicas e biológicas que afetam a alimentação e a nutrição do idoso. Sobre esse assunto, analise as afirmativas abaixo e marque a alternativa CORRETA.</p>	<p>D) O <i>Bacillus cereus</i> é um bacilo esporulado disseminado na natureza, que não é resistente às temperaturas de cozedura e pasteurização dos alimentos.</p>
<p>A) Os usos de carboidratos simples e fibras na dieta são altamente indicados por serem importantes na prevenção e controle de doenças cardiovasculares, diabetes e obstipação intestinal, comuns nessa fase da vida.</p> <p>B) A prevalência da osteomalácia está associada à redução da massa óssea em decorrência do aumento da idade e, com isso, eleva o risco de fraturas, principalmente entre mulheres, após a menopausa.</p> <p>C) A inadequada ingestão de água leva à desidratação e problemas associados com hipertensão, elevação na temperatura corporal, obstipação intestinal, secura das mucosas e diminuição da excreção de urina.</p> <p>D) Com relação às gorduras, recomenda-se que se reduza o uso das gorduras insaturadas e colesterol, dando preferência às gorduras saturadas.</p>	<p>14) Boas práticas são normas de procedimentos para atingir um determinado padrão de qualidade de um serviço de alimentação, que deve ser avaliado por meio do controle dos seguintes itens, EXCETO:</p>
<p>12) O <i>Staphylococcus aureus</i> é o segundo agente mais frequente relacionado a surtos de doenças transmitidas por alimentos no Brasil, sendo o seu principal reservatório:</p> <p>A) O homem.</p> <p>B) O solo.</p> <p>C) A água.</p> <p>D) Os crustáceos.</p>	<p>A) Água para abastecimento e consumo.</p> <p>B) Higiene pessoal e ambiental.</p> <p>C) Saúde dos fornecedores e funcionários.</p> <p>D) Higiene dos alimentos.</p> <p>15) A edificação e as instalações de Unidades de Alimentação e Nutrição devem ser compatíveis com todas as operações realizadas. Para isso, a separação entre as diferentes atividades deve ser feita por meios físicos ou por outros meios eficazes, de forma a evitar a contaminação cruzada. Para as portas das áreas de preparação e armazenamento de alimentos, a Resolução de Diretoria Colegiada da ANVISA – RDC n.º 216/2004 recomenda:</p> <p>A) Ajuste ao batente.</p> <p>B) Colocação de tela.</p> <p>C) Fechamento automático.</p> <p>D) Comunicação com a área externa da UAN.</p>
<p>13) Doenças transmitidas por alimentos (DTAs) são causadas pela ingestão de alimentos ou bebidas contaminadas. Sabe-se que:</p> <p>A) A hepatite C é uma DTA, causada por um vírus. Entre as medidas preventivas da doença, tem-se a higienização correta das áreas de pré-preparo de alimentos.</p> <p>B) A <i>Salmonella</i> spp. é uma bactéria entérica responsável por graves intoxicações alimentares. A doença pode ser causada pelo consumo de água e de alimentos contaminados, especialmente por leite e vegetais crus, mariscos e ovos.</p> <p>C) A neurocisticercose é uma DTA de grande ocorrência, e a transmissão da doença ocorre por meio da ingestão de leite pasteurizado contaminado com larvas dos parasitas <i>Taenia solium</i> e <i>Taenia saginata</i>.</p>	

16) Marque a alternativa correta sobre o Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN):

a) O aplicativo SISVAN-SP consistiu em um sistema destinado à coleta de informações, processamento e análise de dados nutricionais de crianças menores de dois anos de idade.

b) Foi priorizado o acompanhamento de crianças menores de dois anos, por se constituírem na parcela da população mais susceptível aos agravos nutricionais e atendendo as diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde.

c) O Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) corresponde a um sistema de coleta, processamento e análise contínua dos dados de uma população, possibilitando diagnóstico atualizado da situação nutricional, suas tendências temporais e, também, dos fatores de sua determinação.

d) No Brasil o processo de implantação do SISVAN em nível nacional ganhou força nos anos 70, quando foi instituído pelo Ministério da Saúde por meio da Portaria 1.156 de 31/08/1990 e ainda com a inclusão da Vigilância Nutricional na Lei Orgânica do Sistema Único de Saúde e nas Normas Operacionais Básicas.

17) Todos os procedimentos com relação à higiene, conservação e armazenamento dos alimentos citados abaixo estão corretos, exceto:

a) Os ovos nunca devem ser lavados antes de ir para a refrigeração, e a temperatura ideal para sua melhor conservação é em torno de 4,5°C.

b) O congelamento é um fator intrínseco, utilizado em grande escala para preservar alimentos perecíveis por tempo prolongado.

c) Os alimentos perecíveis não devem permanecer em temperatura ambiente por mais de duas horas.

d) Os produtos com data de fabricação mais antiga devem ser posicionados para serem consumidos em primeiro lugar: sistema PVPS (primeiro que vence, primeiro que sai).

18) A alimentação complementar para lactente deve ser criteriosamente selecionada. Com base nisso, analise as alternativas abaixo e marque a incorreta:

a) O espinafre, a beterraba e os embutidos dentre outras restrições devem ser evitados por causa da presença de nitratos e nitritos.

b) Os chocolates, mariscos, clara de ovo, amendoim, leite de vaca devem ser evitados por possuírem alto poder alergênico.

c) O mel porque pode conter esporos de *stafilococcus aureus*.

d) Os tomates e morangos por conterem grande quantidades de agrotóxicos.

19) Com relação aos objetivos da técnica Dietética,

marque a alternativa incorreta:

a) O objetivo nutritivo consiste em prevenir a ação de fatores externos que possam prejudicar a qualidade dos alimentos e ao mesmo tempo prolongar sua vida útil.

b) O objetivo operacional consiste em preparar e organizar os espaços físicos materiais, equipamentos e utensílios; planejar os cardápios e capacitar às pessoas selecionadas para o trabalho.

c) O objetivo econômico consiste em escolher as técnicas a serem empregadas no preparo de alimentos considerando os custos e os recursos humanos, materiais e financeiros disponíveis.

d) O objetivo digestivo consiste em modificar os alimentos por meio de processos culinários a fim de facilitar a digestão.

20) Sobre o tratamento clínico nutricional para anemia, assinale a alternativa que corresponde a sequência correta:

- 1 - Anemia ferropriva.
- 2 - Anemia perniciosa.
- 3 - Anemia megaloblástica (deficiência de B12 e folato).
- 4 - Anemia falciforme.
- 5 - Anemia hipocrômica e microcítica transitória (anemia do esporte).
- () Aumentar o ferro absorvível na dieta, incluir a vitamina C, incluir carnes, peixes ou aves nas refeições, diminuir o consumo de chá e café.
- () Carne, ovo, peixe, leite e derivados, fígado bovino, espinafre, suco de laranja.
- () Aumentar a ingestão de líquidos, reduzir ferro absorvível, limitar o alto teor de sódio dos alimentos.
- () Dieta com quantidade adequada de proteína, alimentos ricos em ferro, evitar chá, café, antiácidos e tetraciclina.
- () Dieta rica em proteínas, vegetais de folhas verdes, carne (em particular bovina e suína), ovos, leite e derivados.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta de cima para baixo:

- a) 2, 1, 4, 3, 5.
- b) 5, 3, 2, 1, 4.
- c) 1, 3, 2, 5, 4.
- d) 1, 3, 4, 5, 2.