



## PROCESSO SELETIVO PARA CONCESSÃO DE BOLSAS DE ESTÁGIO NÃO OBRIGATÓRIO

### Modalidade Demais Estágios: **NUTRIÇÃO**

1. A prova terá duração de 2 (duas) horas e 30 (trinta) minutos, considerando, inclusive, a marcação do CARTÃO-RESPOSTA.
2. A prova objetiva deverá ser feita, obrigatoriamente, à caneta esferográfica, fabricada em material incolor e transparente, de tinta azul ou preta, não sendo permitido o uso de régua, lápis, lapiseira, marca texto, corretivo e/ou borracha.
3. É de responsabilidade do candidato a conferência deste caderno que contém 40 (quarenta) questões de múltipla escolha, de **Conteúdo Específico**, cada uma com 4 (quatro) alternativas (A,B,C e D).
4. Transcreva a frase abaixo, para o espaço determinado no CARTÃO-RESPOSTA, com caligrafia usual, para posterior exame grafológico: O descumprimento dessa instrução implicará na anulação da prova e na eliminação do certame.

#### “A TRISTEZA É APENAS O PRELÚDIO DA ALEGRIA”

5. Em hipótese alguma haverá substituição do CARTÃO-RESPOSTA por erro do candidato.
6. O telefone celular desligado e demais pertences não permitidos deverão permanecer acondicionados em saco de segurança devidamente lacrado, desde o momento da entrada na sala de prova até a saída do candidato do estabelecimento de realização da mesma.
7. Será vedado ao candidato, dentro da sala de realização da prova, independente do início da prova:
  - a) o uso de lupas, óculos escuros, protetores auriculares ou quaisquer acessórios de cobertura para cabeça, tais como: chapéu, boné, gorro etc., salvo se autorizado, previamente, pela Coordenadoria de Recrutamento e Seleção, conforme estabelecido no Edital Regulamentador do certame;
  - b) o empréstimo de material e/ou utensílio de qualquer espécie entre os candidatos;
  - c) a consulta a qualquer material (legislação, livros, impressos, anotações, jornal e revista)
  - d) o uso de qualquer tipo de aparelho eletrônico.
8. Os relógios de pulso serão permitidos, desde que não sejam digitais, permanecendo sobre a mesa, à vista dos fiscais, até a conclusão da prova.
9. A simples posse ou uso de qualquer material, objeto ou equipamento não permitido, mesmo que desligado, no local da prova, corredor ou banheiros, implicará na exclusão do candidato no certame.
10. Não será permitido ao candidato fumar, conforme determinado no art 49 da Lei Federal 12.546, de 14 de dezembro de 2011.
11. Somente após decorrida uma hora do início da prova, o candidato, ainda que tenha desistido do certame, poderá entregar **O CARTÃO-RESPOSTA DEVIDAMENTE ASSINADO E COM A FRASE TRANSCRITA** e retirar-se do recinto levando o seu caderno de questões.
12. Não será permitida, em hipótese alguma, a cópia das marcações efetuadas no CARTÃO-RESPOSTA.
13. Os três últimos candidatos deverão permanecer em sala, sendo liberados somente quando todos tiverem concluído a prova ou o tempo tenha se esgotado, sendo indispensável o registro dos seus nomes e assinaturas na ata de aplicação de prova.
14. **NÃO SERÁ PERMITIDO O USO DE SANITÁRIOS POR CANDIDATOS QUE TENHAM TERMINADO A PROVA.**
15. O FISCAL DE SALA NÃO ESTÁ AUTORIZADO A ALTERAR QUAISQUER DESSAS INSTRUÇÕES.
16. O gabarito da prova será publicado no Diário Oficial do Município do Rio de Janeiro - D.O. Rio, no segundo dia útil após a realização da prova, estando disponível, também, no site <http://www.rio.rj.gov.br/web/portaldeconcursos>.

## NUTRIÇÃO

Considerando Eneo (2014), responda às questões de 01 a 06.

01. A utilização de etiquetas coloridas em refeições prontas visa atender à vigilância sanitária no que diz respeito ao prazo de validade das refeições servidas. Esse sistema rotativo de cores é universal. O dia da semana correspondente à coloração vermelha na etiqueta é:
- (A) domingo  
(B) segunda-feira  
(C) terça-feira  
(D) sábado
02. Algumas bactérias preferem se multiplicar em ambientes mais alcalinos, mas a maioria se desenvolve em um pH quase neutro. O pH mínimo para multiplicação de bolores está na faixa de:
- (A) 3,0 – 4,0  
(B) 3,0 – 3,5  
(C) 2,0 – 3,0  
(D) 1,5 – 2,0
03. A lavagem inicial de folhosos deve ocorrer folha a folha, em água corrente, pois elimina 74% das sujidades e microrganismos presentes. Posteriormente, os folhosos deverão ficar imersos em solução clorada, por um período de tempo, em minutos, entre:
- (A) 05 e 10  
(B) 10 e 15  
(C) 15 e 20  
(D) 20 e 25
04. Alguns microrganismos podem causar danos à saúde dos comensais. O conhecimento do tempo de incubação e da temperatura de reprodução é importante para se identificar o causador das possíveis toxinfecções alimentares. O microrganismo que produz enterotoxina termolábil no alimento, que morre em dois minutos a 65,5°C e multiplica-se entre 7° e 48°C é o:
- (A) *Bacillus cereus*  
(B) *Salmonella sp*  
(C) *Staphylococcus aureus*  
(D) *Clostridium botulinum*
05. Em serviços de alimentação, as portas devem ser de material liso, lavável ou revestidas com material lavável. A largura e altura mínimas nunca devem ser inferiores, respectivamente, a:
- (A) 0,80 cm e 1,80 m  
(B) 0,90 cm e 1,90 m  
(C) 1,00 m e 2,00 m  
(D) 1,20 m e 1,00 m
06. É sabido que tanto para o descongelamento ou para o reaquecimento de refeições é necessário obedecer temperaturas de controle. No caso de carnes ou pratos à base de carne, os mesmos deverão permanecer a uma temperatura e tempo específico, respectivamente, de:
- (A) 60°C por, no máximo, um minuto  
(B) 65°C por, no máximo, dois minutos  
(C) 70°C por, no mínimo, dois minutos  
(D) 72°C por, no mínimo, um minuto

07. São fatores determinantes e condicionantes da saúde, citados pelo Sistema Único de Saúde (SUS):
- (A) a moradia e o acesso aos bens e serviços essenciais  
(B) o meio ambiente e a organização industrial nacional  
(C) a alimentação e a organização econômica do país  
(D) o saneamento básico e o desenvolvimento urbano
08. De acordo com a Lei nº 8.142/90, os recursos do Fundo Nacional de Saúde (FNS) serão alocados como:
- (A) investimentos previstos no plano quinquenal do Ministério da Fazenda  
(B) cobertura das ações e serviços de saúde a serem implementados pelo municípios, estados e Distrito Federal  
(C) despesas de custeio e de capital do Ministério da Previdência Social, seus órgãos e entidades da administração direta e indireta  
(D) investimento previsto em lei orçamentária, de iniciativa do poder legislativo e aprovado pelo Senado Federal
09. O ferro é um micronutriente essencial para a vida e atua, principalmente, na síntese de células vermelhas no sangue (hemácias) e no transporte do oxigênio no organismo. As fontes alimentares de ferro não heme podem ser descritas como:
- (A) vísceras  
(B) peixe  
(C) frutas cítricas esverdeadas  
(D) hortaliças folhosas verde-escuras

Considerando o Guia Alimentar para a População Brasileira (2006), responda às questões 10, 11 e 12.

10. Uma alimentação saudável deve conter carboidratos complexos em grande quantidade, totalizando entre 45 e 65% do valor energético total (VET), e fibras alimentares. O percentual de carboidratos simples que deve compor a alimentação é de:
- (A) > 30% do VET  
(B) < 10% do VET  
(C) < 15% do VET  
(D) > 20% do VET
11. A osteoporose é uma doença que não tem cura, mas possui controle. Assim, medidas de prevenção e promoção devem ser realizadas precocemente, para manter níveis ideais de cálcio. O leite é uma boa fonte desse nutriente. A recomendação das necessidades diárias de cálcio para idosos é de:
- (A) 1000 mg  
(B) 1200 mg  
(C) 1300 mg  
(D) 1500 mg
12. Os alimentos com alto teor de fibras são benéficos para a função intestinal, pois elas reduzem o tempo que o alimento leva para ser digerido e eliminado, prevenindo a constipação e protegendo contra doença diverticular e câncer de cólon. De acordo com Guia Alimentar para a População Brasileira (2006), a recomendação do consumo mínimo diário de fibras é de:
- (A) 10 g  
(B) 15 g  
(C) 20 g  
(D) 25 g

**Considerando o Caderno de Atenção Básica nº 40 (2015), responda às questões 13 e 14.**

13. O ganho de peso é um importante obstáculo para a cessação tabágica. Ao deixar de fumar, estima-se uma redução da taxa metabólica basal no indivíduo de:
- (A) 2 a 9%  
(B) 4 a 16%  
(C) 15 a 20%  
(D) 25 a 30%
14. Alguns estudos apontam que há um aumento significativo no consumo calórico diário ao deixar de fumar, o que contribui para o ganho de peso. Esse aumento calórico oscila entre:
- (A) 30 a 95 Kcal/dia  
(B) 50 a 100 Kcal/dia  
(C) 100 a 250 Kcal/dia  
(D) 250 a 300 Kcal/dia

**Considerando o Caderno de Atenção Básica nº37 (2013), responda às questões 15, 16 e 17.**

15. O estilo de vida é um dos maiores responsáveis pela patogenicidade e alta prevalência da hipertensão arterial sistêmica (HAS). A recomendação, em gramas de sal por dia, para indivíduos hipertensos, é de:
- (A) 1  
(B) 3  
(C) 4  
(D) 6
16. Um dos problemas relacionados com a elevação da pressão arterial é o risco de acidente vascular cerebral. Tem-se um efeito positivo na redução arterial e no papel protetor contra danos cardiovasculares o consumo do micronutriente denominado:
- (A) zinco  
(B) ferro  
(C) selênio  
(D) potássio
17. A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição clínica multifatorial, associada frequentemente às alterações funcionais e/ou estruturais dos órgãos-alvo como coração, encéfalo, rins e vasos sanguíneos. A HAS é caracterizada por níveis elevados e sustentados de pressão arterial:
- (A)  $\geq 140 \times 90$  mmHg  
(B)  $\leq 120 \times 80$  mmHg  
(C)  $\geq 110 \times 80$  mmHg  
(D)  $\leq 115 \times 90$  mmHg
18. A Resolução RDC nº 216 (2004) cita que o descongelamento deve ser conduzido de forma a evitar que as superfícies dos alimentos se mantenham em condições favoráveis à multiplicação de microrganismos. O descongelamento deve ser efetuado, em condições de refrigeração, à temperatura inferior a:
- (A) 5°C  
(B) 7°C  
(C) 10°C  
(D) 12°C

19. Com o envelhecimento, ocorrem modificações na composição corporal como a diminuição de água, massa óssea, massa muscular, redistribuição da gordura e redução progressiva da altura. Na classificação do estado nutricional do idoso, o ponto de corte  $> 22$  e  $< 27$  Kg/m<sup>2</sup> é classificado como:
- (A) baixo peso  
(B) sobrepeso  
(C) eutrófico  
(D) obesidade
20. O Programa Nacional de Suplementação de Ferro cita que, para reduzir o risco de baixo peso ao nascer da criança e a deficiência de ferro na gestação, deverá ocorrer a suplementação de ferro e ácido fólico durante a gestação como parte do cuidado no pré-natal. A recomendação diária de ferro elementar para mulheres até o terceiro mês do pós-parto é de:
- (A) 40 mg  
(B) 60 mg  
(C) 80 mg  
(D) 100 mg
21. Segundo a Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (ABESO-2016), em relação às medidas antropométricas, a medida de massa corporal mais tradicional é o peso isolado ou o peso ajustado para a altura. Para melhor controle da obesidade foi visto que outra relação antropométrica era mais preditiva de saúde. É a:
- (A) estatura e circunferência braquial  
(B) massa corporal e distribuição de gordura  
(C) circunferência abdominal e distribuição muscular  
(D) dobra cutânea tricipital e peso

**Considerando Krause (2013), responda às questões 22 a 33.**

22. O ácido pantotênico está amplamente distribuído nos alimentos e possui papel importante no metabolismo energético. Sua absorção ocorre tanto de forma passiva quanto por transporte ativo pelo:
- (A) estômago  
(B) duodeno  
(C) íleo  
(D) jejuno
23. A fibra solúvel inulina abrange um grupo variado de polímeros de frutose, amplamente distribuído nos vegetais como um carboidrato de armazenamento. São exemplos de fontes alimentares que possuem inulina:
- (A) o tomate, o sorgo e o feijão  
(B) o centeio, a alface e o repolho  
(C) a cebola, a chicória e o alho  
(D) o aspargo, a banana e a ervilha
24. Durante o seu desenvolvimento, vários adolescentes não possuem capacidade de associar os seus hábitos alimentares com os riscos futuros para doenças. Nessa faixa etária, a ingestão de alimentos nutricionalmente "vazios" está aumentada. Para diminuir os efeitos negativos da má alimentação, a recomendação do ácido fólico para adolescentes de ambos os sexos na faixa etária de 14 a 18 anos, em mcg, é:
- (A) 500  
(B) 400  
(C) 300  
(D) 200

25. A composição corporal do ser humano vai mudando com o passar dos anos. A massa gorda e a gordura visceral aumentam, enquanto a massa muscular diminui. Essa mudança fisiológica é chamada de:
- (A) senescência
  - (B) obesidade
  - (C) sarcopenia
  - (D) sedentarismo
26. As queimaduras extensas resultam em trauma grave. Um paciente com queimadura tem o metabolismo consideravelmente acelerado. Nesse quadro, a alimentação enteral garante um suporte nutricional adequado e serve, ainda, como profilaxia para:
- (A) íleo paralítico
  - (B) gastroparesia
  - (C) colostomia
  - (D) gastropatia
27. A cirurgia bariátrica é uma forma de tratamento cirúrgico para controle da obesidade extrema. O Índice de Massa Corpórea (IMC) associado a comorbidades que indicam aptidão à cirurgia bariátrica é de:
- (A) 30
  - (B) 35
  - (C) 40
  - (D) 45
28. A carnitina ajuda a transportar os ácidos graxos de cadeia curta, livres no citoplasma, para dentro da mitocôndria, utilizando-os como fonte de energia. Mamíferos e aves podem sintetizar a carnitina a partir do aminoácido:
- (A) lisina
  - (B) glutamina
  - (C) arginina
  - (D) metionina
29. Quando é iniciada a terapia antirretroviral, os pacientes devem estar dispostos e aptos a se comprometerem com o tratamento ao longo da vida. Alguns medicamentos exigem atenção quanto à ingestão de alimentos. A fruta que deverá ter seu consumo restringido, por competir com o fármaco da terapia pelo sítio ativo da citocromo P450, é:
- (A) limão
  - (B) lima
  - (C) laranja
  - (D) toranja
30. O distúrbio caracterizado por episódios recorrentes de compulsão alimentar, seguidos de um ou mais comportamentos compensatórios para prevenir o ganho de massa corporal, é chamado de:
- (A) anorexia
  - (B) vigorexia
  - (C) compulsão alimentar
  - (D) bulimia nervosa
31. A artrite reumatoide é um distúrbio autoimune, sistêmico crônico, no qual atuam as citocinas inflamatórias. O ácido graxo poli-insaturado que deve ter sua ingestão limitada em pacientes reumáticos é:
- (A) araquidônico
  - (B) linolênico
  - (C) linoleico
  - (D) oleico
32. As vitaminas hidrossolúveis são rapidamente perdidas durante a diálise. Em geral, o ácido ascórbico e a maioria das vitaminas do complexo B são eliminados por meio do líquido do dialisado na mesma proporção em que seriam excretados na urina, com **EXCEÇÃO**:
- (A) do ácido fólico
  - (B) da tiamina
  - (C) da riboflavina
  - (D) do ácido pantotênico
33. Os transtornos psiquiátricos envolvem a função alterada do sistema nervoso central, podendo resultar em percepção e respostas alteradas ao ambiente. Distúrbio de ansiedade, transtorno bipolar, transtorno do espectro autista são exemplos de transtornos psiquiátricos que podem ter seus quadros minimizados quando a dieta é suplementada com:
- (A) fibras
  - (B) ômega 6
  - (C) complexo B
  - (D) ômega 3
34. A ABESO (2016) sugere que, durante a consulta de um paciente com sobrepeso ou obesidade, seja fundamental a avaliação das causas que o levaram ao excesso de peso. Com relação à influência do meio ambiente e o gasto energético total diário de um adulto, o efeito termogênico dos alimentos representa, em percentual:
- (A) de 5 a 10
  - (B) de 10 a 20
  - (C) de 20 a 30
  - (D) de 30 a 40
35. O texto "Fatores associados à falta de diversidade alimentar no segundo semestre de vida" (2017) nos orienta sobre a introdução alimentar precoce ou tardia da alimentação complementar em lactentes, podendo causar prejuízos à saúde da criança. Um conjunto de indicadores foi criado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para avaliar as práticas de alimentação infantil, um deles é a diversidade mínima da dieta, com o objetivo de observar:
- (A) padronização de alimentos
  - (B) variação alimentar
  - (C) técnica de alimentação
  - (D) administração da dieta

36. A dieta habitual fornece, além de macro e micronutrientes essenciais, alguns compostos químicos benéficos com potente atividade biológica, principalmente quando provenientes dos vegetais. Esses compostos são chamados de compostos bioativos ou fitoquímicos, sendo um exemplo de polifenol:
- (A) a luteína
  - (B) a lignana
  - (C) o glicosinolato
  - (D) o betacaroteno
37. O texto "Preditores de síndrome metabólica em idosos: uma revisão" (2017) nos informa que os critérios mais atuais utilizados para definir síndrome metabólica foram preparados pela Federação Internacional do Diabetes. Um dos itens para avaliação do diagnóstico de síndrome metabólica deixou de ser obrigatório. Esse item é a:
- (A) glicose elevada
  - (B) circunferência da cintura
  - (C) pressão arterial elevada
  - (D) obesidade abdominal
38. O artigo "Disponibilidade de alimentos na alimentação escolar de estudantes do ensino fundamental no âmbito do PNAE" (2017) nos informa que a Política de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) propõe que as políticas de estímulo ao crescimento da produção agroalimentar devam estar associadas à valorização das culturas alimentares, bem como ao enfrentamento da pobreza no meio rural e ao estímulo ao desenvolvimento local ou regional. Nessa perspectiva, a Resolução nº 26/2013 estabelece que os gestores das Secretarias de Educação passem a comprar alimentos oriundos da agricultura familiar para compor a merenda escolar. O percentual desses alimentos em relação ao total a ser comprado é de:
- (A) 10
  - (B) 20
  - (C) 30
  - (D) 40
39. O texto "Leitura de rótulos alimentares entre usuários da atenção básica e fatores associados" (2016) indica a estratégia de promoção à saúde e da alimentação saudável para a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. O rótulo de alimentos mostra-se como importante instrumento para escolhas alimentares saudáveis. Nesse contexto, os rótulos são apontados pela população como uma das principais fontes de:
- (A) nutrientes
  - (B) procedência
  - (C) informação
  - (D) alimentos
40. Cozzolino e colaboradores (2012) informam que as alergias alimentares se distinguem das demais reações adversas por despertarem consequências imunológicas com manifestações clínicas rápidas ao simples contato com a proteína alimentar e por serem mediadas pela imunoglobulina:
- (A) M
  - (B) E
  - (C) D
  - (D) A