

MARINHA DO BRASIL
DIRETORIA DE ENSINO DA MARINHA

*(CONCURSO PÚBLICO PARA INGRESSO NO CORPO
DE SAÚDE DA MARINHA – QUADRO DE APOIO À
SAÚDE / CP-CSM-S/2016)*

**NÃO ESTÁ AUTORIZADA A UTILIZAÇÃO DE
MATERIAL EXTRA**

NUTRIÇÃO

- 1) Para a realização do marketing aplicado à Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), torna-se obrigatório desenvolver e aplicar os 4Ps. Assinale a opção que apresenta o significado correto dos 4Ps.
- (A) Parcerias, produto, preço e política de compras.
 - (B) Produtividade, promoção, perspectivas e ponto.
 - (C) Preço, posicionamento de mercado, promoção e perspectivas.
 - (D) Produto, preço, perspectivas e ponto.
 - (E) Produto, preço, promoção e ponto.
- 2) Os lipídios desempenham funções importantes no organismo, como o armazenamento e o fornecimento de grandes quantidades de energia. Coloque V (verdadeiro) ou F (falso) nas afirmativas abaixo, assinalando a seguir a opção que apresenta a sequência correta.
- () A utilização de lipídios como fonte energética ao exercício é influenciada pelo aumento do fluxo sanguíneo ocasionado pela atividade física, com consequente liberação de ácidos graxos pelo tecido adiposo.
 - () A intensidade do exercício, diferentemente da duração, não determina a participação dos lipídios como substrato energético.
 - () O treinamento e condicionamento físico regulares podem aprimorar a utilização dos ácidos graxos de cadeia longa resultantes da hidrólise dos triacilgliceróis presentes no tecido muscular, aumentando, dessa forma, a capacidade oxidativa para gordura em exercícios brandos a moderados.
 - () O elevado consumo de lipídios pode significar um déficit na ingestão de carboidratos, o que pode representar menores quantidades de glicogênio e perda de performance.
 - () A ingestão dietética de lipídios em atletas não deve seguir as recomendações para a população geral, não devendo ultrapassar 25% do valor energético da dieta para não implicar em sobrecarga do organismo e diminuir o rendimento.
- (A) (V) (F) (V) (V) (F)
 - (B) (F) (F) (V) (F) (V)
 - (C) (V) (F) (F) (F) (V)
 - (D) (V) (V) (F) (F) (F)
 - (E) (F) (V) (F) (V) (F)

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

3) Com relação à atividade água (Aa), coloque V (verdadeiro) ou F (falso) nas afirmativas abaixo, assinalando a seguir a opção que apresenta a sequência correta.

- () Na Atividade água $< 0,60$ não há crescimento microbiano.
- () A atividade água mínima para crescimento de *Staphylococcus aureus* é de 0,96.
- () Alimentos secos, cuja Aa é baixa, são propensos a alterações por bolores.
- () As leveduras osmófilas preferem alimentos como melaço, xarope e caldas para seu crescimento.
- () A Aa entre 0,85 e 0,92 favorece o crescimento de *Shigella*, *Campylobacter* e *Yersinia*.

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

4) Com relação à conduta nutricional nos pacientes com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC), pode-se afirmar que

- (A) quanto ao planejamento alimentar, este deverá ser hiperlipídico e hiperproteico, pois deve-se aumentar o teor de gordura comparativamente ao de carboidratos.
- (B) deve-se suplementar vitamina D a fim de reverter o estresse oxidativo.
- (C) a utilização de 1,5 a 2,0g de proteína por Kg de peso corporal por dia mostrou reduzir o catabolismo na doença estável.
- (D) deve ser utilizada preferencialmente via enteral em detrimento à via oral, pois oferta-se teor calórico e proteico maior.
- (E) as vitaminas A e C, e o zinco mostram-se extremamente importantes na DPOC, pois fazem retenção nitrogenada e evitam catabolismo proteico exacerbado.

- 5) Com relação ao percentual proteico calórico (NdPcal) de uma refeição, assinale a opção correta.
- (A) É a relação entre os macronutrientes (carboidrato, lipídeo e proteína líquida) oferecida no cardápio.
 - (B) Para o cálculo da proteína líquida, utiliza-se o fator de 0,6 quando for utilizada proteína de leguminosas.
 - (C) Tem como objetivo garantir que o cardápio forneça de 30 a 40% do valor energético total diário.
 - (D) O NdPcal das refeições deverá ser, no mínimo, 4% e, no máximo, 10%.
 - (E) O valor calculado do NdPcal não sofre alteração pelo valor energético total.
- 6) Com relação às alterações orgânicas, fisiológicas e metabólicas decorrentes do envelhecimento, pode-se afirmar que
- (A) com o avanço da idade, o idoso apresenta redução progressiva de todos os compartimentos corporais: massa magra (inclui massa muscular, água e tecido ósseo) e massa gordurosa.
 - (B) a diminuição da acuidade sensorial abrange a visão e a audição, mantendo-se o olfato e o tato.
 - (C) ocorrem mudanças estruturais na mucosa gástrica com diminuição do suco gástrico, mas sem comprometimento do tempo de esvaziamento gástrico.
 - (D) ocorrem modificações orgânicas e funcionais no pâncreas, fígado e rins, ocasionando alterações na produção das enzimas e hormônios pancreáticos e aumento do fluxo sanguíneo no fígado.
 - (E) a função do intestino delgado pode estar comprometida, causando diminuição da área superficial disponível para a absorção, aumentando, assim, a incidência de diarreia no idoso.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 7) Com relação aos termos usados habitualmente na cozinha, é correto afirmar que
- (A) *fondant* é submeter o açúcar à desidratação até formação de pigmento escurecido e aparecimento do sabor de caramelo.
 - (B) *consommé* é o refogado de carne cozida picada, simples ou com hortaliças.
 - (C) clarificar é adicionar clara de ovo batida ao caldo concentrado de carne para retirar da superfície partículas de proteína coagulada.
 - (D) "à romana" é um alimento revestido de uma envoltura de amido de milho, leite e ovos.
 - (E) *gratin* é o corado superficialmente na grelha ou forno em preparação que leva queijo e manteiga.
- 8) A determinação da área de uma Unidade de Alimentação e Nutrição constitui uma etapa complexa do planejamento, por envolver uma série de variáveis como
- (A) padrão dos cardápios e tipo de iluminação.
 - (B) número de refeições e treinamento de pessoal.
 - (C) padrão dos cardápios e sistema de distribuição.
 - (D) depreciação de equipamentos e política de compras.
 - (E) quantidade de equipamentos e tipo de piso utilizado.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 9) Assinale a opção correta com relação ao papel dos ácidos graxos e à resposta inflamatória à injúria.
- (A) O ácido araquidônico (AA) é o precursor de eicosanoides pró-inflamatórios que aumentam a fluidez das membranas dos macrófagos.
 - (B) Os ácidos graxos ômega 3 são atualmente conhecidos pelo seu efeito na inflamação, aumentando as prostaglandinas da série 2, que promovem agregação plaquetária, e a interleucina 6.
 - (C) O consumo de óleo de peixe, rico em ácido eicosapentaenoico (EPA), aumenta a agregação plaquetária e a quimiotaxia de leucócitos modulando a função imune.
 - (D) Dietas ricas em ácidos graxos ômega 6 promovem aumento da fluidez das membranas de macrófagos e parecem estar associadas à afinidade de ligação do fator de necrose tumoral.
 - (E) Quando incorporado aos fosfolipídios de membrana, o ácido eicosapentaenoico (EPA) inibe a oxidação do AA pela ciclooxigenase, com consequente formação de eicosanoides menos potentes no processo inflamatório.
- 10) Assinale a opção que apresenta o microrganismo patogênico que possui período de incubação de 12 a 72 horas, ocasiona sintomas como diarreia, náuseas, dor de cabeça, possível ocorrência de linfadenite aguda e multiplica-se em temperatura de refrigeração.
- (A) *Listeria monocitogenes*.
 - (B) *Escherichia coli*.
 - (C) *Yersinia enterocolítica*.
 - (D) *Campylobacter jejuni*.
 - (E) *Proteus*.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 11) Sobre os conceitos e funcionamento do estoque em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), assinale a opção correta.
- (A) O estoque médio representa 50% da quantidade a pedir mais o estoque mínimo.
 - (B) O estoque mínimo pode não prover a quantidade de material necessária em situações de emergência.
 - (C) Estoque máximo é o nível no qual a organização pretende operar, suprindo as necessidades em qualquer situação.
 - (D) O estoque máximo é calculado a partir do prazo de reposição de emergência e do consumo médio.
 - (E) A tendência é trabalhar com o estoque médio para evitar o desperdício.
- 12) Com relação à contaminação das latinhas de bebidas, é CORRETO afirmar que
- (A) o uso de um "selo protetor" é uma solução eficaz para a prevenção de contaminação da lata.
 - (B) a própria superfície do alumínio, em condições normais, é um ambiente propício para a sobrevivência e multiplicação de microrganismos.
 - (C) consumir bebidas diretamente na lata é tão inofensivo quanto nossos hábitos alimentares mais comuns.
 - (D) a quantidade de microrganismos encontrados na superfície das latas em condições normais de distribuição é um risco ao consumidor com relação ao desenvolvimento de gastroenterites.
 - (E) o risco epidemiológico de consumir bebidas em lata aumenta a transmissão de leptospirose por esse tipo de embalagem.
- 13) Com relação às modificações que as verduras sofrem durante a cocção, assinale a opção correta.
- (A) A clorofila, pela ação de ácido, torna-se mais verde.
 - (B) A antocianina não se altera pela cocção prolongada.
 - (C) As flavonas ficam amareladas pela ação de ácidos.
 - (D) O caroteno é muito sensível em meio alcalino.
 - (E) O licopeno torna-se alaranjado pela ação de ácidos.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 14) A ingestão predominante de carboidratos de alto índice glicêmico, além de ocasionar um processo lipogênico relevante, pode ocasionar também:
- (A) aumento dos níveis de triglicerídeos, depleção de vitaminas do complexo B e sobrecarga das adrenais.
 - (B) aumento da saciedade, depleção de cromo e vitamina C.
 - (C) hiperatividade, diminuição da irritabilidade e aumento da ingestão alimentar compulsiva.
 - (D) sobrecarga do pâncreas, aumento da oxidação dos lipídeos e depleção de vitamina D.
 - (E) diminuição da proteína C reativa, aumento dos triglicerídeos e da saciedade.
- 15) Assinale a opção que apresenta três fatores que podem afetar o custo direto de uma refeição.
- (A) Equipamentos de proteção individual, temperatura de cocção e NDPcal do cardápio.
 - (B) Distribuição de macronutrientes, mão de obra e temperatura do ambiente.
 - (C) Quantidade de proteína no cardápio, política de compras e controle do lixo.
 - (D) Material de limpeza, mão de obra e descartáveis.
 - (E) Mão de obra, aluguel e fator de correção dos alimentos.
- 16) Assinale a opção correta com relação ao cuidado nutricional e às ações complementares da obesidade infantil.
- (A) Deve-se estimular o consumo de alimentos diet e light, explicando que, enquanto a criança estiver de dieta, é importante consumi-los.
 - (B) Deve-se estimular a criança a se servir, colocando a travessa com os alimentos à mesa para que ela possa se servir da porção que melhor saciar sua fome.
 - (C) Deve-se estabelecer metas a serem atingidas de forma participativa com a criança e a família, mostrando que o sucesso não está somente na perda de peso mas também nas modificações de hábitos de vida.
 - (D) A dieta hipolipídica (20% do valor energético total) deve ser sempre priorizada, pois reduzem-se as calorias e o risco cardiovascular.
 - (E) Já se sabe que orientações como reduzir o número de horas diante da televisão e realizar as refeições assistindo à mesma não surtem efeitos a longo prazo na vida da criança.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 17) Com relação à nutrição parenteral sistema glicídico, assinale a opção correta.
- (A) Durante seu uso, pode ocorrer elevação moderada de colesterol, triglicerídeos, além de intolerância à glicose.
 - (B) Não está associada às complicações infecciosas graves relacionadas à cateterização venosa central.
 - (C) É considerada metabolicamente mais balanceada, quando comparada à mistura 3 em 1.
 - (D) Possui menor osmolaridade do que a mistura 3 em 1, o que favorece o uso em veia periférica.
 - (E) Tem como desvantagem favorecer a insuficiência respiratória se houver reserva funcional deficiente.
- 18) A Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) é responsável pela geração de grande volume de resíduos e pelo uso de grandes quantidades de água e energia. Com relação à utilização racional da água, pode-se afirmar que
- (A) a utilização de máquinas de lavar louça representa segurança higiênica porém, elas utilizam muita água no processo.
 - (B) as torneiras e registros não devem ser automáticos, pois quando apresentam problemas o vazamento de água é grande.
 - (C) o planejamento deverá contemplar equipamentos que permitam o descongelamento de carnes sem que se faça necessário recorrer à utilização da água corrente para tal.
 - (D) não adianta conscientizar o funcionário quanto ao uso racional da água, pois isso cabe ao gerente da UAN.
 - (E) a lavagem de pisos e equipamentos é a única etapa em que não é possível poupar água quando se deseja uma limpeza eficaz.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 19) De maneira geral, a gordura saturada eleva a concentração plasmática de colesterol. Qual ácido graxo saturado é considerado neutro em seus efeitos sobre o colesterol?
- (A) Esteárico.
 - (B) Mirístico.
 - (C) Palmítico.
 - (D) Oleico.
 - (E) Triacilglicerol.
- 20) A terapia nutricional aplicada às úlceras de pressão (UP) deve fornecer nutrientes específicos para a cicatrização das feridas, a ação anti-inflamatória e a melhora do estado nutricional. Assinale a opção que apresenta o nutriente que NÃO mostrou benefícios no tratamento das UP.
- (A) Vitamina E e C.
 - (B) Vitamina C e arginina.
 - (C) Vitamina A e ômega-3.
 - (D) Zinco e flavonoides.
 - (E) Arginina e serina.
- 21) A amilase salivar inicia o processo digestivo do amido na boca. Com relação a essa enzima, pode-se afirmar que
- (A) é responsável pela degradação da isomaltose.
 - (B) é responsável pela degradação da sacarose e lactose juntamente com a glicamilase.
 - (C) no estômago, o pH ácido bloqueia sua ação, entretanto, até que o alimento se misture com o suco gástrico, 30% do amido digerido foi degradado.
 - (D) é responsável pela quebra total do amido existente na refeição.
 - (E) além de sua função na digestão do amido, ajuda na absorção das vitaminas do complexo B e vitamina E.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

22) Assinale a opção correta de acordo com as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira.

- (A) Deve-se dar preferência sempre a alimentos *in natura* ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados.
- (B) Como em todas as preparações de alimentos, deve-se atentar para a moderação no uso do sal no feijão, para isso, uma boa estratégia é o uso de caldo de carne industrializado em cubos.
- (C) Os pães, mesmo que apresentem em seus ingredientes amido, soro de leite, gordura vegetal hidrogenada, açúcar e emulsificantes, têm seu consumo incentivado por fazer parte do hábito brasileiro.
- (D) Legumes e verduras crus podem estar contaminados por microrganismos que causam doenças, sendo muito importante a higienização desses alimentos, com solução de vinagre, para eliminar por completo os contaminantes.
- (E) Bebidas lácteas e iogurtes, mesmo adoçados e adicionados de corantes e saborizantes, são alimentos importantes pelo seu teor de cálcio e devem ser estimulados a serem consumidos.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

23) Com relação aos principais marcadores laboratoriais utilizados na avaliação e no acompanhamento das doenças hepáticas crônicas, coloque V (verdadeiro) ou F (falso) nas afirmativas abaixo, assinalando a seguir a opção que apresenta a sequência correta.

- () Se a função hepatocelular estiver comprometida devido à perda de integridade dos hepatócitos, a síntese de albumina e de protrombina fica comprometida.
- () A gamaglutamiltransferase encontra-se com valores reduzidos na colestase intra-hepática, na obstrução biliar extra-hepática e nos processos infiltrativos.
- () A fosfatase alcalina de origem hepática pode estar moderadamente elevada, em até 2 vezes o valor normal, em algumas lesões hepáticas como hepatite e cirrose.
- () Na insuficiência hepática e na Doença de Wilson, é comum encontrar valores de ceruloplasmina elevados ao passo que na icterícia obstrutiva, pode-se observar redução dessa proteína.
- () O primeiro passo ao se avaliar um indivíduo com bilirrubina total elevada é reduzir o fracionamento da bilirrubina e determinar se a hiperbilirrubinemia é predominantemente direta ou indireta.

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

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 24) Assinale a opção INCORRETA com relação ao transplante de células-tronco hematopoiéticas em pacientes adultos, segundo o Consenso Nacional de Nutrição Oncológica.
- (A) A terapia nutricional parenteral está associada ao aumento do tempo de internação, à infecção e ao atraso do sucesso do enxerto.
 - (B) Todos os pacientes candidatos ao transplante de células-tronco hematopoiéticas são considerados de risco nutricional.
 - (C) A recomendação proteica é de 1,5g/kg de peso corporal atual.
 - (D) A dinamometria não é um instrumento que deve ser utilizado para a triagem e a avaliação nutricional nesses pacientes.
 - (E) Estão entre os objetivos da terapia nutricional: reduzir perdas intestinais, prevenir complicações infecciosas, recuperar o estado nutricional e evitar deficiências nutricionais.
- 25) Qual é o processo que antecede o congelamento e que tem a finalidade de destruir pelo calor, seguido de resfriamento em água, todos os sistemas enzimáticos das verduras e legumes?
- (A) Resfriamento.
 - (B) Liofilização.
 - (C) Branqueamento.
 - (D) Enlatamento.
 - (E) Esterilização.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 26) Com relação à alergia à proteína do leite de vaca em crianças, é correto afirmar que
- (A) atualmente, não se recomenda formulação modular hipoalergênica à base de carnes brancas (frango, rã, peru e coelho) em virtude da baixa tolerância e eficácia.
 - (B) a utilização do extrato solúvel de soja tem sido recomendada com cautela face ao alto teor de alumínio da sua formulação e por provocar reação cruzada em cerca de 65% das crianças.
 - (C) dentre as fórmulas hidrolisadas utilizadas, recomenda-se o uso de hidrolisado de proteínas solúveis do leite, pois são algumas das frações menos alergênicas do leite de vaca.
 - (D) os leites de cabra, búfala ou ovelha são alternativas apropriadas para a substituição do leite de vaca.
 - (E) a introdução de alimentos à base de prebióticos e probióticos tem apresentado resultados interessantes no tratamento de processos de sensibilização alimentar, mas não é eficaz na prevenção dos mesmos.
- 27) A resposta ao estresse agudo apresenta vários processos, como o aumento das catecolaminas e dos glicocorticóides, os quais ocasionam
- (A) a diminuição da proteólise.
 - (B) a inibição da glicogenólise hepática.
 - (C) a diminuição da lipólise.
 - (D) a ativação da gliconeogênese.
 - (E) o aumento da captação de glicose pelos tecidos periféricos.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 28) Assinale a opção que contenha, respectivamente, um fator significativo que influencia a sobrevivência e um que influencia a multiplicação dos microrganismos nos alimentos.
- (A) Tempo inadequado na cocção e adequada refrigeração.
 - (B) Temperatura inadequada na cocção e manutenção dos alimentos por menos de 4 horas, em ambiente morno, entre a preparação e o consumo.
 - (C) Tempo adequado durante o reaquecimento e manutenção inadequada dos alimentos em altas temperaturas.
 - (D) Temperatura inadequada durante o reaquecimento e elevada atividade aquosa.
 - (E) Mistura de alimentos cozidos, mantidos em refrigeração, com molho quente, mantendo temperatura interna entre 22 e 50°C, e contaminação cruzada.
- 29) Após a atividade física, a reposição dos estoques de glicogênio é favorecida pelos receptores celulares de insulina e pela ação da enzima glicogênio sintetase. Assinale a opção que apresenta a recomendação da quantidade e do tipo de carboidrato para essa reposição.
- (A) 0,5 a 1,0 g/kg de peso corporal de carboidrato de alto índice glicêmico.
 - (B) 0,7 a 1,5 g/kg de peso corporal de carboidrato de alto índice glicêmico.
 - (C) 0,5 a 1,0 g/kg de peso corporal de carboidrato de baixo índice glicêmico.
 - (D) 1,0 a 2,0 g/kg de peso corporal de carboidrato de alto índice glicêmico.
 - (E) 0,7 a 1,5 g/kg de peso corporal de carboidrato de baixo índice glicêmico.
- 30) Que mineral é cofator da enzima sulfito oxidase e que, quando não atua, impede a oxidação do sulfito a sulfato, causando dano neurológico grave e podendo levar à morte do recém-nascido?
- (A) Selênio.
 - (B) Vanádio.
 - (C) Boro.
 - (D) Molibdênio.
 - (E) Cobre.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 31) De acordo com os métodos para estimativa de custo de um cardápio, deve-se levar em consideração a depreciação dos equipamentos. Com relação a esse método, pode-se afirmar que
- (A) para se fazer a depreciação, deve-se estimar o valor comercial e o valor residual dos equipamentos, não tendo importância a vida econômica destes.
 - (B) o valor da depreciação deve ser lançado no custo em até um ano após a compra do equipamento.
 - (C) deve entrar no custo, porém a perda nunca é recuperada por meio de uma receita.
 - (D) a depreciação é uma despesa desembolsada e não contabilizada.
 - (E) representa a perda de um valor de um ativo pelo desgaste.
- 32) Com relação aos açúcares, assinale a opção correta.
- (A) Um dos ácidos utilizados para produzir o açúcar invertido é o cremor tártaro.
 - (B) O sinal de decomposição comum aos doces em pasta e balas é o mofo.
 - (C) Os dois açúcares com poder edulcorante maior que a sacarose são o açúcar invertido e a xilose.
 - (D) A solubilidade dos açúcares é inversamente proporcional ao aumento da temperatura.
 - (E) A cristalização dos açúcares pode ser acelerada pela presença de xarope de milho e mel.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 33) Sabe-se que o zinco é o segundo elemento-traço mais abundante no corpo humano. Com relação a esse mineral, é correto afirmar que
- (A) as principais fontes alimentares de zinco são as frutas e as hortaliças.
 - (B) a análise do zinco eritrocitário pode ser considerada um parâmetro de avaliação para alterações recentes.
 - (C) a dosagem da metalotioneína eritrocitária não é sensível às alterações da ingestão dietética desse elemento.
 - (D) a concentração plasmática de zinco não é um bom parâmetro para se avaliar o estado nutricional relativo a esse elemento.
 - (E) algumas fibras, como a quitosana e o amido resistente, têm a propriedade de diminuir a absorção de zinco em dietas que também contenham fitato.
- 34) As temperaturas de cocção adequadas para as carnes ao ponto estão entre
- (A) 50° a 60°C.
 - (B) 60° a 70°C.
 - (C) 70° a 80°C.
 - (D) 80° a 90°C.
 - (E) 90° a 100°C.
- 35) Qual o método de inquérito alimentar que consiste em gerar informações sobre os hábitos alimentares atuais e passados, como preferências e aversões alimentares, e tem como desvantagem a necessidade de treinamento do nutricionista?
- (A) Diário alimentar.
 - (B) Frequência alimentar.
 - (C) Recordatório de 24 horas.
 - (D) Registro alimentar.
 - (E) História alimentar.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

36) Qual é o fitoquímico formado por duas metilxantinas, encontrado no chocolate, mas não no café, e que tem efeito estimulatório mais fraco que a cafeína?

- (A) Teofilina.
- (B) Hesperidina.
- (C) Astaxantina.
- (D) Teobromina.
- (E) Silibina.

37) Assinale a opção que completa corretamente as lacunas da sentença abaixo.

Dentre os suplementos nutricionais utilizados na sintomatologia da síndrome pré-menstrual, destacam-se, respectivamente, a vitamina _____ e o _____ em virtude de estarem envolvidos na formação e na atividade da serotonina.

- (A) B2 / manganês
- (B) B6 / magnésio
- (C) E / ferro
- (D) A / cálcio
- (E) D / cobre

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 38) O serviço de bufê é muito utilizado em restaurantes comerciais e em eventos nos quais os próprios clientes se servem das iguarias que ficam à sua disposição e que vão sendo repostas à medida que vão terminando. Com relação ao controle higiênico sanitário nesse tipo de serviço, é correto afirmar que
- (A) em bufês de café da manhã, as frutas *in natura* não apresentam risco microbiológico na exposição e o reaproveitamento após o término do serviço normalmente é feito em salada de frutas.
 - (B) produtos frios, como entradas e antepastos, caso permaneçam em temperatura máxima de 10°C por até 6 horas, ao final do serviço, ainda podem ser reaproveitados.
 - (C) as preparações quentes devem estar em *rechaud* em temperatura acima de 60°C por, no máximo, 12 horas. Caso contrário, deverão ser desprezadas.
 - (D) se for utilizado balcão térmico ao invés de *rechaud*, ele deve estar limpo, com água tratada e limpa, trocada diariamente e mantida à temperatura de 60° a 65°C.
 - (E) sucos de frutas frescas, como laranja e melancia, podem permanecer por, no máximo, 2 horas no bufê de café da manhã.
- 39) Assinale a opção que corresponde ao cereal rico em lisina, metionina e cistina, proveniente do cruzamento entre trigo e centeio.
- (A) Amaranato.
 - (B) Sorgo.
 - (C) Triticale.
 - (D) Arroz malekizado.
 - (E) Trigo durum.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 40) Considerando que um paciente apresente uma fístula esofágica com débito de 400 ml por dia, assinale a opção que apresenta os principais aspectos da terapia nutricional que levam em conta as perdas e a necessidade de cicatrização desse paciente.
- (A) Proteínas: 1,0 a 1,5g/kg e fósforo: 1000 mg/L de débito da fístula.
 - (B) Proteínas: 2,0 a 2,5g/kg e zinco: 20 a 25 mg/L de débito da fístula.
 - (C) Proteínas: 1,5 a 2,0g/kg e cromo: 20 a 30 µg/L de débito da fístula.
 - (D) Proteínas: 1,5 a 2,5g/kg e fósforo: 800 a 1000 mg/L de débito da fístula.
 - (E) Proteínas: 1,5 a 2,0g/kg e zinco: 10 a 15 mg/L de débito da fístula.
- 41) No cuidado nutricional com a gestante diabética, é correto afirmar que
- (A) o sódio deve ser restrito, visando à prevenção das síndromes hipertensivas da gravidez.
 - (B) a ingestão dos nutrientes antioxidantes (vitamina C, vitamina E, selênio e betacaroteno) não deve ser estimulada, pois aumenta o risco de aborto.
 - (C) a suplementação de ferro deve ser sempre realizada e não deve seguir as mesmas recomendações para as mulheres não diabéticas.
 - (D) a ceia não deve ser realizada, pois há o risco de hiperglicemia na madrugada.
 - (E) a ingestão de carboidratos deve ser feita ao longo do dia em três refeições moderadas e duas a quatro pequenas refeições, com menor volume e intervalos regulares.
- 42) Qual fármaco tem ação anorexígena além de diminuir a absorção de leucina, podendo interferir no estado nutricional do paciente?
- (A) Tetraciclínas.
 - (B) Fluoxetina.
 - (C) Fenproporex.
 - (D) Domperidona.
 - (E) Sibutramina.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 43) Com relação ao café, é correto afirmar que
- (A) a espécie arábica produz grãos de menor qualidade.
 - (B) no seu preparo, deve-se utilizar água recém fervida e resfriada à 92-96°C.
 - (C) a concentração da infusão varia de acordo com o método de preparo, sendo utilizada, geralmente, a concentração de 3 a 5%.
 - (D) o café-creme é acompanhado de creme de chantilly.
 - (E) recomenda-se não aquecer a infusão para evitar a perda de cafeína.
- 44) Os Serviços de Alimentação e Nutrição devem dispor de Procedimentos Operacionais Padronizados (POPs). Assinale a opção que apresenta 3 informações requeridas para a elaboração desses procedimentos.
- (A) Campo de aplicação, responsabilidade e organização.
 - (B) Registro, ação corretiva e planejamento.
 - (C) Objetivo, monitoramento e direção.
 - (D) Documentação, descritivo técnico e ação corretiva.
 - (E) Definição, responsabilidade e segurança.
- 45) Com relação à Síndrome de Down, é correto afirmar que
- (A) os indivíduos que a possuem costumam apresentar maior ingestão de energia e de micronutrientes, o que os isenta dos riscos de deficiências de vitaminas e minerais.
 - (B) o tratamento do sobrepeso ou obesidade para crianças com essa síndrome deve se basear, preferencialmente, mais no aumento do gasto calórico com atividade física do que na dieta muito restritiva.
 - (C) para a avaliação do estado nutricional, recomenda-se a utilização das mesmas curvas de crescimento e desenvolvimento utilizadas para crianças sem a síndrome.
 - (D) em virtude de apresentarem uma atividade aumentada da enzima superóxido dismutase, indivíduos com essa síndrome tendem a apresentar baixos níveis de radicais livres.
 - (E) a absorção de vitaminas lipossolúveis é aumentada, acarretando, por exemplo, pigmentação amarelada na região periorbital e na palma da mão, em virtude de hipervitaminose A.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 46) Altas concentrações de alumínio no organismo podem exercer efeitos deletérios, como a doença de Alzheimer e a osteoporose. Assinale a opção que corresponde a um alimento que, quando associado a uma alimentação saudável, pode ajudar a prevenir o acúmulo desse mineral no organismo.
- (A) Repolho.
 - (B) Cenoura.
 - (C) Melão.
 - (D) Tomate.
 - (E) Abacaxi.
- 47) A bioimpedância, como método de avaliação corporal, NÃO é indicada nas seguintes situações:
- (A) mulheres na menopausa e paciente crítico.
 - (B) doença degenerativa e quadro inflamatório.
 - (C) crianças e atletas.
 - (D) obesidade e idosos.
 - (E) caquexia e mulheres em idade fértil.
- 48) Com relação à nutrigenômica, assinale a opção correta.
- (A) Os nutrientes e compostos ativos dos alimentos não são capazes de modular a expressão gênica.
 - (B) As características genéticas do indivíduo não influenciam a forma pela qual ele responde à alimentação.
 - (C) A interação gene-nutriente tem uma única direção e não influencia o fenótipo.
 - (D) Tem como foco a interação gene-nutriente e suas repercussões para o fenótipo.
 - (E) Uma das suas perspectivas refere-se ao estabelecimento de recomendações nutricionais generalizadas.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16

- 49) A dieta contemporânea tem por característica produzir uma acidose metabólica sistêmica, de baixo grau, em indivíduos saudáveis, provocando efeitos deletérios, como retardo do crescimento em crianças e redução de massa óssea e muscular em adultos. Sendo assim, assinale a opção que apresenta somente alimentos com potencial alcalino.
- (A) Peixe e frutas frescas.
 - (B) Leite e queijo.
 - (C) Cereais e raízes.
 - (D) Frango e oleaginosas.
 - (E) Cogumelos e raízes.
- 50) A hiper-homocisteinemia tem sido associada ao desenvolvimento da Doença de Alzheimer. As deficiências de quais vitaminas estão relacionadas a esse quadro?
- (A) Folato, niacina e biotina.
 - (B) Folato, piridoxina e cobalamina.
 - (C) Colina, cobalamina e folato.
 - (D) Vitamina K, tiamina e riboflavina.
 - (E) Piridoxina, niacina e vitamina A.

Prova : Amarela
Profissão : NUTRIÇÃO

Concurso : CSM-S/16