

-- CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS --**Questão 31**

No que se refere à ação do zinco na infância, assinale a opção correta.

- Ⓐ O zinco possui uma proteção natural a fatores dietéticos que impactam na sua biodisponibilidade, sendo que sua absorção não é afetada por fitatos.
- Ⓑ A deficiência de zinco é um dos fatores de risco mais determinantes do déficit de crescimento.
- Ⓒ Em situações de homeostase de zinco na infância, é comum o aumento de diarreia e pneumonia.
- Ⓓ O sistema imunológico das crianças é impactado pela deficiência de zinco, pois tem papel no aumento da expressão de citocinas pró-inflamatórias.

Questão 32

Acerca do consumo de fibras, é correto afirmar que

- Ⓐ o consumo de fibras na dieta tem impacto positivo sobre a adequação do peso corporal, a redução dos níveis séricos de colesterol total e LDL.
- Ⓑ as fibras insolúveis, compostas por substâncias pécicas, gomas, hemiceluloses e betaglucanas atuam no metabolismo, reduzindo a absorção de carboidratos e lipídios provenientes da dieta.
- Ⓒ o consumo em excesso de fibras pode interferir no metabolismo e aumentar a biodisponibilidade de alguns minerais.
- Ⓓ a ausência de fibras na dieta acarreta redução dos índices glicêmicos e o aumento do bolo fecal.

Questão 33

O aleitamento materno exclusivo é recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) até os 6 meses de vida. O leite materno é um alimento de grande complexidade biológica, com fatores de proteção e imunomodulação que geram benefícios à saúde infantil. A respeito de sua composição, assinale a opção correta.

- Ⓐ O leite produzido nos primeiros sete dias de vida da criança é chamado de colostro e se caracteriza pela maior concentração de gordura.
- Ⓑ O colostro possui baixa concentração de vitamina A, sendo necessária atenção à necessidade de suplementação.
- Ⓒ No caso de gestações pré-termo, o leite materno sofre um processo de adaptação nas primeiras horas do nascimento e apresenta composição igual àquele das gestações a termo.
- Ⓓ O leite do início da mamada, chamado de leite anterior, fornece maior quantidade de lactose, proteínas, vitaminas, minerais e água do que o leite posterior, do final da mamada.

Questão 34

Preconiza-se o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses e, a partir dessa idade, a criança deve receber a alimentação complementar. Em relação a esse tipo de alimentação e de acordo com o recomendado pelo Ministério da Saúde no Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos de Idade (2019), assinale a opção correta.

- Ⓐ No início da introdução alimentar, recomenda-se evitar o procedimento de bater os alimentos no liquidificador e peneirá-los.
- Ⓑ É recomendado oferecer muitos líquidos à criança, tais como água própria para o consumo, sucos e outras bebidas.
- Ⓒ É recomendado oferecer alimentos ultraprocessados para a criança apenas durante os finais de semana e ocasiões especiais, evitando que se torne um hábito.
- Ⓓ Não oferecer açúcar nem preparações ou produtos que contenham açúcar à criança até 1 ano de idade.

Questão 35

Diversos parâmetros podem ser utilizados para o diagnóstico da desnutrição. Com relação à avaliação do estado nutricional, tendo como referência as proteínas, assinale a opção correta.

- Ⓐ A proteína ligadora de retinol é a mais utilizada para a avaliação do estado nutricional por ser a mais abundante do plasma sanguíneo.
- Ⓑ A transferrina é uma proteína transportadora de zinco, magnésio, cálcio, ácidos graxos, enzimas e hormônios e sua síntese depende de uma função hepática íntegra.
- Ⓒ Por ter uma presença limitada no plasma sanguíneo, a albumina é um exame pouco utilizado para avaliação do estado nutricional.
- Ⓓ A pré-albumina responde agudamente quando a ingestão calórico-proteica está baixa, mas é um exame pouco utilizado devido ao seu alto custo.

Questão 36

Assinale a opção que apresenta corretamente a atribuição do profissional nutricionista como parte de uma equipe multiprofissional de Terapia de Nutrição Enteral (TNE).

- Ⓐ Indicar e prescrever a TNE.
- Ⓑ Orientar os pacientes e os familiares ou o responsável legal, quanto aos riscos e aos benefícios do procedimento.
- Ⓒ Elaborar a prescrição dietética com base nas diretrizes estabelecidas na prescrição médica.
- Ⓓ Preparar o paciente, o material e o local para o acesso enteral.

Questão 37

Assinale a opção que descreve corretamente uma boa prática de controle do processo de preparação de nutrição enteral.

- Ⓐ Toda nutrição enteral preparada deve ser conservada em temperatura ambiente em armários exclusivos.
- Ⓑ Todas as embalagens de insumos, nutrições enterais industrializadas e recipientes devem ser limpos e sanitizados imediatamente ao entrarem na sala de manipulação.
- Ⓒ A água utilizada no preparo de nutrição enteral deve, comprovadamente, atender os requisitos de água potável conforme legislação vigente e ser filtrada.
- Ⓓ Todas as superfícies de trabalho devem ser sanitizadas com detergentes biodegradáveis uma vez ao dia.

Questão 38

Os erros inatos do metabolismo representam um grupo vasto e diverso de condições genéticas, mas, individualmente, são considerados raros. A respeito da fenilcetonúria, uma dessas condições, assinale a opção correta.

- Ⓐ A dieta da pessoa com fenilcetonúria não deve conter o edulcorante aspartame.
- Ⓑ As proteínas de origem vegetal presentes em alimentos como soja, lentilha, feijão são liberadas para consumo, pois não têm efeito negativo como as proteínas de origem animal.
- Ⓒ O tratamento dietético deve ser iniciado até o 10.º ano de vida da pessoa e se caracteriza pela restrição de alimentos ricos em fenilalanina.
- Ⓓ É necessária a suplementação dietética por meio de fórmula específica de lipídios extremamente hidrolisados.

Questão 39

O recordatório de 24 horas (R24h) consiste em uma entrevista, na qual o entrevistado (ou o responsável) descreve o consumo de alimentos e bebidas nas últimas 24 horas, ou no dia anterior à entrevista. É um dos inquéritos dietéticos mais utilizados na prática do(a) nutricionista. Quanto a sua aplicação e características, assinale a opção correta.

- Ⓐ A aplicação de um único R24h consegue representar o consumo habitual do indivíduo.
- Ⓑ As quantidades consumidas são estimadas em medidas caseiras (usuais), unidades ou porções de alimentos e transformadas, posteriormente, em gramas ou mililitros.
- Ⓒ O detalhamento dos tipos de preparações é fundamental para minimizar o erro na avaliação do conteúdo, mas os horários em que ocorreram os consumos podem ser inferidos pelo pesquisador.
- Ⓓ A utilização de utensílios como referência para estimar quantidades não é recomendada, sendo o uso de álbum fotográfico uma melhor opção.

Questão 40

Uma condição relacionada à deficiência de vitamina A é denominada

- Ⓐ raquitismo.
- Ⓑ bócio.
- Ⓒ xerofalmia.
- Ⓓ escorbuto.

Questão 41

A triagem nutricional detecta risco nutricional, antecipa a desnutrição e desfechos negativos, predizendo a ocorrência de complicações associadas ao estado nutricional de pessoas em acompanhamento hospitalar. Em relação à Avaliação Nutricional Subjetiva Global (ANSG), considerada um ótimo método para esse tipo de triagem, assinale a opção correta.

- Ⓐ Pode ser utilizada em pediatria, mas somente a partir das 72 horas de internação.
- Ⓑ Engloba a história de perda de peso, mudanças no perfil alimentar, sintomas gastrointestinais e 12 exames laboratoriais de complementação diagnóstica.
- Ⓒ Pode ser adaptada para a utilização em diversos cenários terapêuticos e fases da vida.
- Ⓓ Trata-se de um método validado, portanto, isento do risco de influência do entrevistador sobre a resposta do entrevistado.

Questão 42

Acerca de enfermidades transmitidas por alimentos (ETA), assinale a opção correta.

- Ⓐ As ETA podem originar surtos, que são cenários em que, no mínimo, 100 pessoas apresentam sinais ou sintomas semelhantes.
- Ⓑ A ingestão de alimentos com alterações sensoriais, como odor e aparência desagradáveis, é apontada como uma das principais causas de surtos decorrentes de ETA.
- Ⓒ A produção de alimentos em grande escala reduz a proliferação dos agentes infecciosos.
- Ⓓ O contato das mãos do manipulador com o alimento é uma importante fonte de contaminação.

Questão 43

É considerado um importante fator envolvido na emergência das enfermidades transmitidas por alimentos (ETA)

- Ⓐ a produção pela agricultura familiar.
- Ⓑ o consumo de alimentos produzidos nas próprias residências.
- Ⓒ o maior contato da população com *fast food*.
- Ⓓ a redução no uso de aditivos.

Questão 44

A respeito de salmonela, assinale a opção correta.

- Ⓐ A transmissão da salmonela ocorre pela via fecla-oral, exclusivamente, por meio do consumo de água ou alimentos contaminados.
- Ⓑ Os sintomas da salmonelose incluem dor abdominal e diarreia, são imediatos e não duram mais do que 24 horas.
- Ⓒ Os principais alimentos envolvidos nos casos de salmonelose são os ultraprocessados.
- Ⓓ Após a infecção, alguns indivíduos passam à condição de portadores assintomáticos, por meses ou anos, tornando-se uma fonte de infecção.

Questão 45

A respeito do grau de processamento de alimentos, proposto no Guia Alimentar da População Brasileira (2014), assinale a opção correta.

- Ⓐ Alimentos minimamente processados não envolvem a agregação de sal ao alimento original.
- Ⓑ Alimentos em conserva são considerados alimentos minimamente processados.
- Ⓒ Os ingredientes utilizados na fabricação de alimentos minimamente processados alteram minimamente a composição nutricional do alimento original do qual derivam.
- Ⓓ Alimentos minimamente processados envolvem a agregação de sal em até 10% do peso cru do alimento original.

Questão 46

A respeito dos dez passos de uma alimentação saudável, propostos pelo Guia Alimentar da População Brasileira (2014), assinale a opção correta.

- Ⓐ Planejar as compras e organizar a despensa doméstica favorece o planejamento do tempo destinado à alimentação.
- Ⓑ Não é recomendado o uso de óleos e gorduras para temperar e cozinhar alimentos.
- Ⓒ O consumo de alimentos processados deve ser evitado.
- Ⓓ A função essencial da publicidade de alimentos é informar sobre as características nutricionais deles.

Questão 47

Assinale a opção que corresponde a um exemplo de alimento processado.

- Ⓐ cogumelos secos
- Ⓑ farinha de mandioca
- Ⓒ queijo minas padrão
- Ⓓ leite ultrapasteurizado

Questão 48

No que se refere a alimentos ultraprocessados, é correto afirmar que

- Ⓐ possuem até 5 ingredientes em sua composição.
- Ⓑ o consumo de ultraprocessados pode favorecer um menor consumo de calorias.
- Ⓒ a fermentação é uma técnica de processamento utilizada na produção desse tipo de alimento.
- Ⓓ as formas de produção dos ultraprocessados podem impactar negativamente a cultura e o meio ambiente.

Questão 49

Segundo o Código de Ética do Nutricionista (2018), é vedado ao(a) nutricionista

- Ⓐ divulgar métodos e protocolos de uma alimentação para coletividades saudáveis.
- Ⓑ divulgar sua própria imagem corporal em rede social como resultado de técnica específica.
- Ⓒ utilizar os meios de comunicação, como redes sociais, para divulgar dados de pesquisas frutos de seu trabalho.
- Ⓓ divulgar sua qualificação profissional.

Questão 50

De acordo com o Código de Ética dos Nutricionistas (2018), considera-se direito do(a) nutricionista

- A fazer publicidade de marcas específicas de suplementos nutricionais, em meios de comunicação com fins comerciais.
- B utilizar embalagens de alimentos para fins de atividade de educação alimentar e nutricional.
- C condicionar sua atividade profissional à venda casada de produtos alimentícios saudáveis.
- D prescrever marcas, de sua preferência, de suplementos nutricionais.

Questão 51

Conforme o Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos de Idade, assinale a opção em que está apresentada a atitude que deve ser estimulada para oferta de alimentos na introdução alimentar.

- A Oferecer atrativos como celular e *tablet* enquanto a criança come.
- B Esconder alimentos que a criança não gosta em preparações mais elaboradas.
- C Interagir com a criança e dizer o nome dos alimentos que ela está comendo.
- D Alimentar a criança enquanto ela anda e brinca pela casa.

Questão 52

Acerca de amamentação e introdução alimentar, assinale a opção correta.

- A Novos alimentos não devem ser oferecidos após a amamentação.
- B À medida que a criança se adapta à introdução alimentar, o leite materno deve ser oferecido somente se a criança demonstrar que deseja mamar.
- C A amamentação deve ser evitada quando a criança está agitada ou chorosa.
- D A amamentação deve ser suspensa ao se iniciar a introdução alimentar.

Questão 53

No que se refere à educação alimentar e nutricional (EAN), assinale a opção correta.

- A A EAN é um campo de conhecimento e prática específico e pontual que deve ser realizado, exclusivamente, por nutricionista.
- B É recomendado o uso do termo educação nutricional para ações realizadas nas escolas.
- C Na prática da EAN, deve-se fazer uso de recursos conservadores e metodologias passivas de aprendizado.
- D A prática de EAN visa a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis.

Questão 54

Considerando o Guia Alimentar para a População Brasileira, assinale a opção correta a respeito de alimentos *in natura* ou minimamente processados.

- A O referido guia recomenda que alimentos *in natura* ou minimamente processados sejam preferencialmente consumidos para a promoção do sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável.
- B Os tipos de alimentos *in natura* incluem frutas secas, geleias e sucos de frutas pasteurizados.
- C Esses alimentos são oriundos de plantas ou de animais e não requerem nenhum tipo de alteração e manipulação antes de serem consumidos.
- D O guia em questão recomenda o consumo diário de três porções de frutas e três porções de hortaliças, como fonte de alimentos *in natura*.

Questão 55

De acordo com o Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos de Idade que não estão sendo amamentadas, julgue os itens a seguir.

- I As crianças menores de 6 meses de idade, em uso de leite de vaca modificado, necessitam de suplementação para melhor aporte nutricional de micronutrientes.
- II O consumo de leite de vaca integral é permitido a partir de 12 meses de idade.
- III A partir de 6 meses de idade, a criança pode receber complementação alimentar se estiver em uso de fórmula industrializada.

Assinale a opção correta.

- A Apenas os itens I e II estão certos.
- B Apenas os itens I e III estão certos.
- C Apenas os itens II e III estão certos.
- D Todos os itens estão certos.

Questão 56

Com relação ao Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), julgue os itens seguintes.

- I Os relatórios do SISVAN mostram a situação alimentar e nutricional da população atendida na atenção primária à saúde e indicam ações, políticas e estratégias para a atenção integral à saúde.
- II O SISVAN apresenta dados antropométricos, de consumo alimentar e bioquímicos coletados na população em todas as fases da vida.
- III O SISVAN apresenta interação com o sistema de gestão do Programa Bolsa Família, e-SUS Atenção Primária e Organização Pan-americana de Saúde.

Assinale a opção correta.

- A Apenas o item I está certo.
- B Apenas os itens I e II estão certos.
- C Apenas os itens II e III estão certos.
- D Todos os itens estão certos.

Questão 57

Considerando a linha do tempo da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) no Brasil, assinale a opção correta.

- A O Programa de Alimentação do Trabalhador foi desenvolvido, na década de 1940, pelo Serviço de Alimentação e Nutrição.
- B A PNAN atual foi instituída em 1999 e atribuiu a responsabilidade exclusiva de suas ações aos gestores de saúde das esferas estaduais e municipais.
- C O primeiro Plano Nacional de Alimentação e Nutrição foi desenvolvido, na década de 1950, pela Comissão Nacional de Alimentação.
- D A Lei Orgânica do SUS — Lei n.º 8.080/1990 — orienta sobre ações de alimentação e nutrição voltadas à atenção terciária e secundária à saúde.

Questão 58

Acerca das recomendações e do uso das ingestões dietéticas de referência (DRI), julgue os itens que se seguem.

- I Para o planejamento de prescrição de dieta para indivíduos saudáveis, utiliza-se a RDA (ingestão dietética recomendada).
- II A EAR (necessidade média estimada) é a recomendação utilizada para substituir a RDA (ingestão dietética recomendada) na prescrição de dieta para grupos populacionais com doenças crônicas.
- III A RDA é utilizada como base para estabelecer a AI (ingestão adequada) em indivíduos saudáveis quando não há evidência científica suficiente para o cálculo da EAR.

Assinale a opção correta.

- A** Apenas o item I está certo.
- B** Apenas os itens I e II estão certos.
- C** Apenas os itens II e III estão certos.
- D** Todos os itens estão certos.

Questão 59

Analise as informações apresentadas na tabela a seguir.

Alimento	Quantidade de Ferro/100 g
Fígado de frango cozido	12,9 mg
Fígado bovino grelhado	5,8 mg
Atum assado	1,3 mg
Morcela suína	22 mg

Com base nos valores de ferro presente nos alimentos descritos na tabela precedente, assinale a opção que apresenta as recomendações de consumo de ferro para um homem de 30 anos de idade.

- A** O consumo de 100 g de fígado de frango é inferior ao valor da EAR (necessidade média estimada) para o ferro.
- B** O consumo de 100 g de fígado bovino é similar ao valor da EAR (necessidade média estimada) para o ferro.
- C** O consumo de 100 g de atum assado é similar ao valor da RDA para o ferro.
- D** O consumo de 100 g de morcela está acima do valor da UL (limite superior tolerado de ingestão) para o ferro.

Questão 60

O inquérito dietético X foi utilizado durante a avaliação nutricional completa de pacientes hospitalizados. Esse inquérito considerou o preparo, as informações sobre peso e o tamanho das porções, em gramas, mililitros ou medidas caseiras, para definir e quantificar todas as bebidas e todos os alimentos ingeridos no período recente anterior à avaliação.

Com base nessa situação hipotética, assinale a opção correta que identifica o inquérito X.

- A** história alimentar progressa
- B** diário alimentar
- C** questionário de frequência alimentar
- D** recordatório de 24 horas

Questão 61

Durante a avaliação do consumo alimentar de um paciente, a nutricionista encontrou os seguintes valores apresentados a seguir.

- valor calórico total consumido (VET): 2.000 kcal
- percentual de proteínas: 25% do VET
- percentual de lipídios: 30% do VET
- percentual de álcool: 7% do VET

Com base nesses valores, assinale a opção que mostra o valor da gramatura do consumo de proteínas, lipídios e álcool, respectivamente.

- A** 150; 80,8; 10
- B** 145; 60,6; 15
- C** 125; 66,6; 20
- D** 100; 50,5; 5

Questão 62

A PNAN tem como propósito a melhoria das condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira. Entretanto, a transição nutricional que a população brasileira vem enfrentando nas últimas décadas tem representado um desafio para a PNAN. Com relação à transição nutricional no Brasil, julgue os itens subsequentes.

- I A transição nutricional promove o aumento da incidência de carências nutricionais e de doenças crônicas transmissíveis e a redução da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis.
- II A transição nutricional está associada ao aumento no consumo de ingredientes culinários e alimentos *in natura* e na redução do consumo de alimentos ultraprocessados.
- III A transição nutricional pode levar a uma dupla carga de má-nutrição, a qual se manifesta quando um mesmo indivíduo apresenta, simultaneamente, obesidade e anemia.

Assinale a opção correta.

- A** Apenas o item I está certo.
- B** Apenas os itens I e II estão certos.
- C** Apenas o item III está certo.
- D** Todos os itens estão certos.

Questão 63

A Alimentação Cardioprotetora Brasileira publicada pelo Ministério da Saúde, conhecida como “Dica Br”, foi elaborada para a promoção da saúde cardiovascular com base em alimentos tipicamente brasileiros. Considerando a classificação do consumo de alimentos por grupos de cores — amarelo, azul e verde — pelo “Dica Br”, julgue os próximos itens.

- I Os alimentos do grupo azul devem ser preferencialmente consumidos, já que são ricos em fibras, vitaminas, minerais e antioxidantes, considerados cardioprotetores.
- II Os alimentos do grupo amarelo devem ser consumidos com moderação, pois contém maior quantidade de calorias, gordura ou sal quando comparados aos do grupo azul.
- III Os alimentos do grupo verde devem ser consumidos em pouca quantidade ou evitados, pois contém substâncias que são fontes de gordura saturada, sal e colesterol, nutrientes que podem prejudicar a saúde cardiovascular.

Assinale a opção correta.

- A** Apenas o item I está certo.
- B** Apenas o item II está certo.
- C** Apenas os itens I e II estão certos.
- D** Apenas os itens II e III estão certos.

Questão 64

De acordo com as Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (2019-2020), assinale a opção correta a respeito da composição nutricional do plano alimentar indicado para pessoas com diabetes melito.

- A O consumo de carboidratos deve ser entre 45% a 60% do valor energético total (VET), com foco preferencial em alimentos com menor teor de carboidratos.
- B A sacarose deve conter o mínimo de 10% do VET.
- C A dieta deve ser reduzida em fibras devido ao alto índice glicêmico desse alimento.
- D O consumo total de gorduras saturadas e *trans* está limitado a 20% do VET.

Questão 65

Assinale a opção que indica um procedimento operacional padronizado obrigatório para serviços de alimentação e nutrição, conforme norma específica.

- A cadastro de fornecedores
- B registro de temperatura
- C controle integrado de vetores e pragas urbanas
- D receitas das preparações diárias

Questão 66

A respeito do recebimento de mercadorias em serviço de alimentação e nutrição em conformidade com as normas legais, assinale a opção correta.

- A A temperatura dos alimentos perecíveis deve ser verificada nas etapas de recepção e de armazenamento.
- B Os alimentos dispensados da obrigatoriedade da indicação do prazo de validade não devem ser recebidos.
- C A recepção dos alimentos não perecíveis pode ser realizada em área externa sem cobertura.
- D Os alimentos, desde que embalados, podem ser colocados diretamente no chão.

Questão 67

Em relação aos processos adequados no preparo de alimentos, assinale a opção correta.

- A As matérias-primas e os ingredientes, quando não utilizados em sua totalidade, devem ser identificados com a data de validade original do produto, para consumo posterior.
- B Para conservação a quente, os alimentos devem ser submetidos a temperatura igual a 50 °C por, no máximo, seis horas.
- C Os óleos e as gorduras utilizados no preparo de alimentos devem ser aquecidos a temperaturas não superiores a 120 °C.
- D O descongelamento pode ser realizado em micro-ondas, desde que o alimento seja submetido imediatamente à cocção.

Questão 68

No que se refere ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), assinale a opção correta.

- A O PNAE é acompanhado e fiscalizado por nutricionistas nomeados pelo governo.
- B O cardápio escolar deve ser elaborado por nutricionista, respeitando-se as necessidades nutricionais, os hábitos alimentares e a cultura alimentar da localidade.
- C Para ter direito a receber dinheiro para a merenda escolar, é necessário que a escola atenda a comunidades carentes.
- D O PNAE oferece alimentação escolar e ações de educação alimentar e nutricional a estudantes de todas as etapas da educação básica pública e privada.

Questão 69

No âmbito da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), segurança alimentar e nutricional é definida como

- A o acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, baseado em práticas alimentares promotoras de saúde.
- B a política que promove a garantia de consumo de alimentos provenientes da agricultura familiar.
- C a garantia da qualidade dos alimentos que são comercializados, desde as etapas de manipulação e preparo até o consumo.
- D a política que promove o acesso a alimentos processados e ultraprocessados.

Questão 70

As leis da alimentação de Pedro Escudero expressam, de forma simples, orientações para uma dieta que garanta o crescimento, a manutenção e o desenvolvimento saudáveis. Considerando as leis de Escudero, assinale a opção correta.

- A Alimento seguro diz respeito aos componentes microbiológicos.
- B Qualidade diz respeito à variedade e ao teor nutricional.
- C Adequação diz respeito ao equilíbrio dos nutrientes.
- D Harmonia diz respeito ao total de calorias e de nutrientes consumidos.

Questão 71

É uma finalidade do princípio do direito à alimentação escolar presente no PNAE garantir

- A distribuição de renda para os alunos.
- B segurança alimentar e nutricional dos alunos.
- C alimentos oriundos de grandes produtores.
- D cestas básicas para as famílias de alunos carentes.

Questão 72

A respeito das luvas a serem utilizadas como equipamento de proteção individual (EPI) obrigatório, conforme a Norma Regulamentadora n.º 6 do Ministério do Trabalho e Emprego, assinale a opção correta.

- A A luva de neoprene é feita a partir de borracha sintética e apresenta uma boa qualidade de barreira quando em contato com produtos químicos.
- B A luva nitrilica deve ser utilizada para desossa.
- C A luva de malha de aço deve ser utilizada para manipulação de produtos químicos.
- D A luva de vinil deve ser utilizada no trabalho a altas temperaturas.

Questão 73

O Manual de Boas Práticas para Serviços de Alimentação tem a finalidade de proporcionar o conhecimento técnico para a realização de processos operacionais, servindo de base para consultas dos profissionais que integram a unidade de alimentação e nutrição (UAN). Nesse sentido, o referido manual

- A apresenta procedimentos de limpeza, contemplando as etapas de higiene e desinfecção.
- B estabelece a logística reversa dos alimentos.
- C garante a adoção de análise de perigos e pontos críticos de controle (APPCC) pela UAN.
- D estabelece procedimentos de boas práticas para serviços de alimentação, a fim de garantir as condições higiênico-sanitárias do alimento preparado.

Questão 74

Em uma unidade de alimentação e nutrição, serão fornecidas 500 refeições no turno do almoço. O cardápio tem como proteína o peito de frango, política de compra semanal, com peso líquido (PL) = 100 g, *per capita* bruto (PB) = 120 g, margem de segurança = 10% do total obtido e quantidade excedente no estoque = 10 kg.

Nessa situação hipotética, a quantidade de frango a ser adquirida para confecção única na semana é de

- A 66 kg.
- B 60 kg.
- C 56 kg.
- D 50 kg.

Questão 75

A temperatura é fator extrínseco na preparação e conservação de alimentos de maior importância e capaz de reduzir os microrganismos a níveis aceitáveis de contaminação, ou até mesmo eliminá-los ou retardar a sua multiplicação. Considerando esse assunto, assinale a opção correta.

- A A temperatura do alimento preparado deve ser reduzida de 50 °C a 20 °C em até três horas.
- B A exposição do alimento a temperaturas superiores a 70 °C deve ser evitada, por favorecer a multiplicação de microrganismos.
- C O tratamento térmico deve garantir que todas as partes do alimento atinjam a temperatura de, no mínimo, 70 °C.
- D O prazo máximo de consumo do alimento preparado e conservado sob refrigeração à temperatura de 5 °C, ou inferior, é de seis dias.

Questão 76

Os estudos ergonômicos visam realizar mudanças nas condições e no ambiente de trabalho, aperfeiçoando e adaptando máquinas e equipamentos utilizados na execução das tarefas de acordo com as características físicas e condições psicológicas do trabalhador, com o objetivo de propiciar-lhe segurança, saúde e conforto e, conseqüentemente, obter maior eficiência no trabalho executado.

Tendo como referência esse assunto, assinale a opção que indica uma medida ergonômica eficaz em conformidade com as normas higiênico-sanitárias.

- A uso de saco plástico para proteção do uniforme
- B adoção de ventilador na área de manipulação para proporcionar conforto térmico
- C uso de equipamento de exaustão de gases e vapores compatível com o volume de produção
- D utilização de sandálias com salto para adequação de altura

Questão 77

No preparo de feijão, a técnica de remolho consiste na imersão em água por até 6 horas, seguida do descarte da água antes da cocção.

Fernandes *et. al.* Técnicas de pré-preparo de feijões em unidades produtoras de refeições das regiões Sul e Sudeste do Brasil. Rev. Nutr. 2012.

O principal objetivo da técnica de remolho é

- A eliminar as sujidades do feijão.
- B reduzir a concentração de pigmentos e vitaminas solúveis do feijão.
- C elevar a atividade de água dos grãos.
- D reduzir a concentração de inibidores de tripsinas, fitatos, polifenóis e oligossacarídeos não digeríveis do feijão.

Questão 78

Com relação aos métodos de produção de derivados de leite e seus efeitos sobre as proteínas da matéria-prima, a produção de queijo minas frescal, iogurte e ricota envolve, respectivamente, os processos de

- A coagulação enzimática da caseína, coagulação ácida da caseína e precipitação a quente das proteínas do soro.
- B coagulação enzimática da caseína, coagulação enzimática das proteínas do soro, coagulação ácida da caseína.
- C coagulação ácida da caseína, coagulação enzimática da caseína, precipitação a quente das proteínas do soro.
- D coagulação enzimática da caseína, coagulação ácida da caseína, coagulação enzimática das proteínas do soro.

Questão 79

Com relação às propriedades funcionais dos componentes dos ovos, assinale a opção correta.

- A As lecitinas são fosfolípidios presentes nos ovos, responsáveis pela estabilidade das espumas.
- B Durante o armazenamento dos ovos, ocorre queda do pH causado pela saída de CO₂ através dos poros da casca, deixando a clara mais ácida e liquefeita.
- C A formação de espumas com clara de ovo envolve a desnaturação de albuminas pela ação mecânica do batimento.
- D O pigmento da gema, betacaroteno, contribui para a coloração de diversas preparações.

Questão 80

Ana comprou morangos e bananas verdes para sua lanchonete, contando que as frutas amadureceriam ao longo do tempo de estocagem. Todavia, observou-se que apenas as bananas amadureceram.

Com base na situação hipotética apresentada, isso ocorreu porque

- A apenas os morangos produzem etileno, o que impede seu amadurecimento.
- B ao contrário das bananas, os morangos não respiram após serem destacados da planta-mãe.
- C ao contrário dos morangos, as bananas são frutos climatéricos.
- D apenas os morangos transpiram e perdem água após destacados da planta-mãe e por isso não conseguem amadurecer.

Questão 81

João comprou néctar industrializado de maçã e, ao servir, observou que a bebida era translúcida e fluida, ao contrário da bebida que antes preparava em casa com a polpa *in natura* de maçã, que era mais opaca e viscosa. Ao ler o rótulo, ele notou que um dos ingredientes do néctar era suco clarificado de maçã.

Tendo como base a situação hipotética apresentada, é correto afirmar que o principal tipo de molécula removida em sucos clarificados é

- A a pectina.
- B a proteína.
- C o pigmento natural.
- D o amido.

Questão 82

Com relação aos métodos de conservação de alimentos, assinale a opção correta.

- A A adição de açúcar conserva os alimentos pela redução da atividade de água.
- B O objetivo da pasteurização é eliminar todos os microrganismos patogênicos e deterioradores.
- C O congelamento e o armazenamento em congelamento a 18 °C negativos destroem totalmente os microrganismos presentes nos alimentos.
- D Alimentos classificados como ácidos (pH entre 4,0 e 4,5) precisam de tratamentos térmicos mais intensos para sua conservação.

Questão 83

Em relação às boas práticas de manipulação de alimentos, assinale a opção correta.

- A Os alimentos submetidos ao descongelamento, se mantidos sob refrigeração e não forem imediatamente utilizados, podem ser recongelados.
- B É permitido o descongelamento em forno de micro-ondas desde que seja imediatamente submetido à cocção.
- C As hortaliças branqueadas devem permanecer no freezer por, no máximo 30 dias, estando prontas para o consumo após o descongelamento.
- D Alimentos servidos quentes não podem ser reaproveitados.

Questão 84

Com relação aos planos de análise de perigos e pontos críticos de controle, assinale a opção correta.

- A As bactérias lácticas em iogurte são exemplos de perigo biológico e a utilização de leite pasteurizado como matéria-prima é uma medida preventiva eficaz.
- B As aflatoxinas de *Aspergillus flavus* são classificadas como perigo biológico e uma medida preventiva eficaz é o tratamento térmico.
- C Os metais pesados, como é o caso de compostos mercuriais, são exemplos de perigo físico e a utilização de detectores de metais é uma medida preventiva eficaz para seu controle.
- D Um ingrediente que causa alergias ou intolerâncias alimentares é um perigo químico e uma medida preventiva é a produção de rótulos eficazes com informações precisas sobre os componentes do produto e os riscos de contaminação cruzada.

Questão 85

Uma determinada etapa de um fluxograma de produção é considerada ponto crítico de controle quando

- A o perigo é controlado previamente pelo programa de pré-requisitos, como as boas práticas de fabricação (BPF).
- B o perigo pode ser controlado naquela etapa e não em momento posterior.
- C existe uma etapa subsequente que eliminará ou reduzirá o perigo a níveis aceitáveis.
- D não existe medida preventiva para o perigo identificado na etapa.

Questão 86

Em relação ao botulismo, doença bacteriana grave e não contagiosa que pode levar à morte por paralisia da musculatura respiratória, assinale a opção correta.

- A A utilização de embalagens a vácuo ou com baixas concentrações de oxigênio pode inibir o crescimento do *Clostridium botulinum*.
- B O botulismo é uma infecção alimentar causada pelo *Clostridium botulinum* que, ao multiplicar-se nos alimentos, produz uma exotoxina solúvel.
- C Alimentos ácidos (pH < 4,5) são os mais suscetíveis ao crescimento do *Clostridium botulinum*.
- D A acidificação de conservas enlatadas é uma medida necessária para inibir o crescimento do *Clostridium botulinum* e a produção de toxinas.

Questão 87

Quanto às condições higiênico-sanitárias adequadas para a manipulação de alimentos, assinale a opção correta.

- A É permitido aos manipuladores o uso de esmaltes claros, desde que as unhas estejam curtas.
- B O uniforme deverá ser trocado, no mínimo, diariamente, mesmo se for usado exclusivamente nas dependências internas do estabelecimento.
- C É permitido trabalhar com máscara de proteção, mesmo se o profissional estiver com sintomas de enfermidades que possam comprometer a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos.
- D Está dispensado o uso de máscara de proteção aos manipuladores que possuem barba.

Questão 88

As hortaliças pré-cortadas ou minimamente processadas são as que passam por operações como limpeza, lavagem com água potável, sanitização, enxágue, descascamento, corte, embalagem e armazenamento.

Carlos Alexandre Oliveira Gomes *et al.* Hortaliças minimamente processadas. Brasília, DF: Embrapa Informação Tecnológica, 2005. P. 34.

O processo de injúria mecânica provocado pelo corte e descascamento dos vegetais tem como consequência a aceleração do metabolismo e dos processos de senescência. O método de conservação aplicado para reduzir a velocidade da senescência dos vegetais e aumentar sua vida-de-prateleira é conhecido como

- A aplicação de etileno na embalagem.
- B branqueamento para inativação das enzimas.
- C aplicação de atmosfera modificada com concentrações reduzidas de O₂ e aumentadas de CO₂.
- D congelamento.

Questão 89

Assinale a opção que indica exemplo de lanche a ser incluído no cardápio de uma criança de 8 anos de idade, diagnosticada com doença celíaca.

- A esfirra integral de frango (massa de esfirra: farinha de trigo integral, margarina, fermento biológico)
- B mini hambúrguer (pão brioche, hambúrguer, alface, tomate)
- C pão de queijo (polvilho, leite, ovos, óleo)
- D bolo de banana (farinha de trigo, banana, ovo, óleo, fermento químico)

Questão 90

De acordo com a Resolução (RDC) n.º 216, de 2004, da ANVISA, que dispõe sobre as técnicas que devem ser aplicadas no preparo da alimentação, visando garantir a qualidade higiênico-sanitária, assinale a opção correta.

- A) Limpeza é a operação que compreende a lavagem correta das mãos.
- B) Antissepsia é a operação que visa à redução de substâncias indesejáveis, como poeira, gordura e terra, dos alimentos.
- C) Desinfecção é a operação que reduz o número de microrganismos, sem comprometer a qualidade higiênico-sanitária do alimento.
- D) Higienização é a operação que compreende as etapas de limpeza e antissepsia.

Questão 91

A Resolução da Anvisa, RDC n.º 216/2004, dispõe sobre o regulamento técnico de boas práticas para serviços de alimentação e estabelece os procedimentos de boas práticas que devem ser adotados pelos serviços de alimentação, a fim de garantir a qualidade higiênico sanitária.

Em relação aos Procedimentos Operacionais Padronizados (POPs), assinale a opção correta, conforme a referida resolução.

- A) Os procedimentos de boas práticas que devem ser adotados pelos serviços de alimentação devem estar relacionados com higienização de instalações, equipamentos e móveis; controle integrado de vetores e pragas urbanas; e higienização do reservatório, não sendo obrigatório o POP para higiene e saúde dos manipuladores e manutenção preventiva e corretiva de equipamentos.
- B) O responsável pelas atividades de manipulação dos alimentos deve ser o proprietário ou o funcionário designado, devidamente capacitado, sem prejuízo dos casos em que há previsão legal para responsabilidade técnica.
- C) Entre os itens que compõem o documento que descreve as operações realizadas pelo estabelecimento, incluem-se os requisitos higiênico-sanitários dos edifícios, a manutenção e higienização das instalações, dos equipamentos e dos utensílios, o controle da água de abastecimento, o controle integrado de vetores e pragas urbanas, a capacitação profissional, o controle da higiene e saúde dos manipuladores, o manejo de resíduos e o controle e garantia da qualidade do alimento preparado.
- D) Os registros dos POPs devem ser mantidos por período mínimo de sessenta dias contados a partir da data de preparação dos alimentos.

Questão 92

Lúcia, nutricionista e responsável técnica de uma unidade de alimentação e nutrição (UAN) comercial, estava fazendo uma ficha técnica (FT) de um prato novo, frango a pizzaiolo, que seria inserido no cardápio nos próximos dias. Nos cálculos da FT ela encontrou os seguintes resultados: fator de correção do frango 1,1 e fator de cocção 0,8. A porção do frango é de 120 g e o número de comensais é de 100 pessoas.

Com base nos dados apresentados na situação hipotética precedente, a quantidade mínima de frango, para ser servido, que Lúcia deverá comprar é de

- A) 20,5 kg.
- B) 16,5 kg.
- C) 13,2 kg.
- D) 12 kg.

Questão 93

O Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) é um documento oficial do Ministério da Saúde elaborado para ser um instrumento de promoção da saúde e segurança alimentar e nutricional e um grande aliado dos nutricionistas, na orientação do consumo alimentar, baseado não só em ingestão de calorias e nutrientes, mas também aliado à cultura alimentar da população brasileira. Com base no que o guia descreve e orienta em relação ao consumo da população brasileira, assinale a opção correta.

- A) O guia orienta o consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados como base da alimentação do brasileiro.
- B) A base da alimentação do brasileiro mudou ao longo dos anos, visto que o consumo de frutas e hortaliças aumentou e o consumo de ultraprocessados diminuiu.
- C) O guia atual cita a pirâmide dos alimentos como uma importante recomendação de orientação do profissional para a população.
- D) O guia orienta o consumo de alimentos processados, em maior quantidade, e de alimentos minimamente processados, em menor quantidade.

Questão 94

Cocção é o processo pelo qual se aplica calor ao alimento a fim de modificar sua estrutura, alterar ou acentuar seu sabor e torná-lo adequado à ingestão. Os métodos de cocção se diferenciam pelo tipo de calor empregado, que pode ser seco, úmido ou misto. Assinale a opção que apresenta apenas métodos de cocção por calor seco.

- A) refogado, pochê e ensopado
- B) grelhado, braseado e refogado
- C) braseado, ensopado e grelhado
- D) fritura, assado e salteado

Questão 95

A gema do ovo possui na sua composição um agente emulsificante que auxilia no preparo de maioneses e molhos cremosos. Esse emulsificante é denominado

- A) lecitina.
- B) ovoalbumina.
- C) avidina.
- D) carotenóide.

Questão 96

Considerando a higienização dos alimentos em unidades de alimentação e nutrição (UAN), assinale a opção correta.

- A) Os hortifrúteis da unidade devem ser higienizados um a um, com esponja e solução detergente.
- B) Os hortifrúteis da unidade devem ser higienizados com solução detergente e vinagre.
- C) Os hortifrúteis da unidade devem ser higienizados em uma bacia com água e bicarbonato de sódio.
- D) Os hortifrúteis da unidade devem ser higienizados em água corrente; em seguida, colocados em solução clorada para depois serem enxaguados.

Questão 97

O planejamento de cardápios em uma UAN é um importante passo na organização e gerenciamento das unidades, para se evitar desperdícios. Alguns indicadores podem ser coletados no momento do preparo e pré-preparo dos alimentos, para auxiliar nessa avaliação. Assinale a opção que apresenta o indicador que pode ser utilizado, durante o pré-preparo, como ferramenta para avaliar o desperdício.

- A) fator de cocção
- B) porção
- C) fator de correção
- D) índice de absorção

Questão 98

Assinale a opção que apresenta o processo, comumente relacionado à globalização, pelo qual uma população passa por mudanças no padrão alimentar, como sair da desnutrição para a obesidade.

- A nutrição comportamental
- B carência nutricional
- C insegurança alimentar e nutricional
- D transição nutricional

Questão 99

Existem diversos métodos de conservação que visam a evitar a deterioração dos alimentos, prevenindo perdas e ampliando a sua vida útil. Esses métodos podem empregar frio ou calor no processo. O método de conservação pelo emprego do frio é conhecido como

- A liofilização.
- B pasteurização.
- C esterilização.
- D branqueamento.

Questão 100

De acordo com a instrução normativa n.º 16/2017, que dispõe sobre boas práticas para estabelecimentos comerciais de alimentos, as amostras dos alimentos prontos e distribuídos para o consumo devem ser guardadas pelo prazo máximo de

- A 96 horas.
- B 48 horas.
- C 72 horas.
- D 24 horas.

Espaço livre