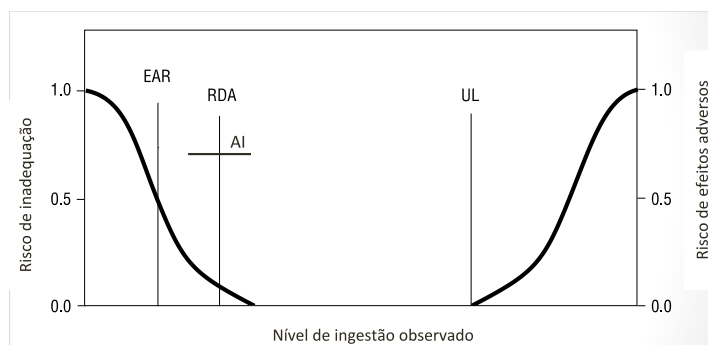


Técnico de Laboratório / Área: Nutrição e Dietética**==Questão 26==**

A ingestão dietética de referência (DRI) foi elaborada com intuito de avaliação da adequação dietas, como parte da avaliação do estado nutricional de um indivíduo, bem como para alvo de prescrição dietética, tanto em nível individual como populacional.



EAR: necessidade média estimada; RDA: ingestão diária recomendada; AI: ingestão adequada; UL: nível de ingestão máxima tolerável. Fonte: Dietary Reference Intake (IOM, 2002) (com adaptações).

I. O nutricionista, ao prescrever uma dieta para uma população específica, deve considerar os valores de EAR (necessidade média estimada) para os nutrientes requeridos, exceto para a prescrição energética.

Porque

II. A ingestão energética da população deve ser calculada baseada nos valores de UL (nível de ingestão máxima tolerável).

- (A) As duas afirmativas são verdadeiras, e a segunda é uma justificativa correta da primeira.
 (B) As duas afirmativas são verdadeiras, mas a segunda não é justificativa correta da primeira.
 (C) As duas afirmativas são falsas.
 (D) A primeira afirmativa é verdadeira e a segunda afirmativa é falsa.
 (E) A primeira afirmativa é falsa e a segunda afirmativa é verdadeira.

==Questão 27==

A anemia é considerada a carência nutricional mais prevalente no mundo e está relacionada com a deficiência de ferro em 95% dos casos. Sobre a anemia ferropriva, assinale a alternativa verdadeira:

- (A) A anemia ferropriva caracteriza-se apenas pela concentração escassa de hemoglobina e redução do hematócrito.
 (B) A prevalência de anemia ferropriva é proporcional à idade na criança abaixo de 5 anos.

(C) No Brasil, estudos tem encontrado aumento da prevalência de anemia em crianças ao longo das últimas décadas.

(D) A Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher (PNDS) de 2006 evidenciou aumento nas taxas de anemia ferropriva em crianças de 6 a 59 meses.

(E) As estratégias recomendadas pelo Ministério da Saúde para prevenção de anemia ferropriva na criança são: suplementação de ferro, fortificação das farinhas de milho e trigo com ferro e ácido fólico e o uso de panela de ferro para cocção dos alimentos.

==Questão 28==

O diabetes *mellitus* (DM), um transtorno caracterizado por hiperglicemia decorrente da deficiência ou resistência à insulina, requer tratamento dietético especializado. Considerando esse tratamento, marque a alternativa correta:

- (A) Com a finalidade de reduzir o risco cardiovascular, o consumo de ácido graxo saturado, trans e colesterol deve ser limitado, sendo a ingestão diária recomendada <7% do valor energético total, ≤2g e <250mg, respectivamente.
 (B) Recomenda-se uma dieta rica em fibras, principalmente as insolúveis, uma vez que estas podem interferir na absorção da glicose alimentar, proporcionando menores picos glicêmicos pós-prandiais.
 (C) Sabendo que o DM não se relaciona à hipertensão arterial, não é necessária a redução no consumo de sódio.
 (D) O consumo de sacarose não necessita ser restringido por pessoas com diabetes, podendo contribuir com até 10% do requerimento energético.
 (E) As proteínas devem compor a oferta de energia em no máximo 10% para aqueles portadores de DM que apresentam função renal normal.

==Questão 29==

Em relação ao tratamento nutricional de pacientes com insuficiência cardíaca crônica, marque a alternativa correta:

- (A) A ingestão de sal deve ser limitada a no máximo 2 g por dia, de forma a prevenir ou tratar a hipertensão arterial e o edema.
 (B) Deve-se assegurar a ingestão adequada de tiamina, uma vez que esses pacientes apresentam frequentemente risco de deficiência dessa vitamina.
 (C) A restrição hídrica sempre se faz necessária, não devendo exceder 1,5L diariamente.
 (D) A dieta pode variar de hipoproteica a hiperproteica.
 (E) Recomenda-se uma dieta hipolipídica, priorizando gorduras mono e poli-insaturadas.

==Questão 30==

Analisando a tabela abaixo, que indica os valores da DRI (ingestão dietética de referência) para vitamina C, assinale a alternativa correta.

Idade (anos)	Valores de DRI da Vitamina C (mg/dia)				UL
	EAR		RDA		
	Homens	Mulheres	Homens	Mulheres	
1 a 3	13	13	15	15	400
4 a 8	22	22	25	25	650
9 a 13	39	39	45	45	1200
14 a 18	63	56	75	65	1800
19 a 30	75	60	90	75	2000
31 a 50	75	60	90	75	2000
51 a 70	75	60	90	75	2000
Maior que 70	75	60	90	75	2000

EAR: necessidade média estimada; RDA: ingestão diária recomendada; UL: nível de ingestão máxima tolerável. Fonte: *Dietary Reference Intake* (IOM, 2000)

- (A) Crianças com idade entre 4 e 8 anos devem ingerir, diariamente, 650mg de vitamina C.
- (B) Um homem com 72 anos de idade deve ingerir, diariamente, 75mg de vitamina C.
- (C) A prescrição dietética diária de vitamina C para meninos entre 1 a 8 anos é maior do que para meninas na mesma faixa etária.
- (D) Uma mulher adulta deve ingerir, diariamente, 75mg de vitamina C.
- (E) A prescrição dietética diária de vitamina C para idosos é menor do que para adultos.

==Questão 31==

Sobre equipamentos para avaliação antropométrica, assinale a alternativa correta:

- (A) Para crianças até 2 anos o correto é aferir o comprimento com infantômetro ou régua pediátrica que deve ser somente de madeira.
- (B) Balança tipo plataforma deve ter capacidade de até 150kg e precisão de 50 gramas e pode ser instalada em local não nivelado.
- (C) Balança pediátrica pode ser mecânica ou digital utilizada para crianças menores de 2 anos ou com até 16 kg.
- (D) Para medir as circunferências corporais pode ser utilizada qualquer tipo de fita métrica.
- (E) Adipômetro, compasso de dobras cutâneas, espessímetro ou plicômetros são equipamentos utilizados para avaliar somente massa magra dos adultos.

==Questão 32==

Considerando a DRI (ingestão dietética de referência) tem-se a AMDR (faixa de distribuição aceitável de macronutrientes). Assinale a alternativa que indica os valores corretos de AMDR para adultos.

- (A) Proteínas: 10-35%; Carboidratos: 45-65%; Lipídeos totais: 20-35%
- (B) Proteínas: 5-20%; Carboidratos: 45-65%; Lipídeos totais: 15-30%
- (C) Proteínas: 10-35%; Carboidratos: 40-60%; Lipídeos totais: 20-35%
- (D) Proteínas: 5-20%; Carboidratos: 45-65%; Lipídeos totais: 15-35%
- (E) Proteínas: 10-35%; Carboidratos: 40-60%; Lipídeos totais: 20-40%

==Questão 33==

Sobre os métodos de avaliação do consumo alimentar, podemos afirmar que:

- (A) O recordatório 24 horas é o método mais utilizado para avaliar o consumo alimentar e tem como vantagem depender da memória do entrevistado, facilitando a obtenção dos dados.
- (B) A história alimentar é um método simples e fácil de ser aplicado e tem como desvantagem eliminar variações do dia a dia.
- (C) O questionário de frequência alimentar tem sido considerado o método mais adequado para a realização de estudos epidemiológicos e necessita ser validado anteriormente
- (D) O registro alimentar tem como vantagem poder ser aplicado em indivíduo que não sabem escrever.
- (E) A análise da porção duplicada é um método bastante utilizado por ter um baixo custo.

==Questão 34==

Durante a gestação, as necessidades nutricionais maternas de alguns nutrientes estão aumentadas devido ao desenvolvimento da placenta, dos tecidos maternos e do feto. Considerando a gestação, assinale a alternativa na qual todos os nutrientes têm sua necessidade aumentada, em comparação à mulher não grávida, na mesma faixa etária.

- (A) Cálcio, Ferro e Vitamina B6.
- (B) Zinco, Ferro e Ácido fólico.
- (C) Ferro, Ácido fólico e Cálcio.
- (D) Ferro, Vitamina D e Cálcio.
- (E) Ferro, Zinco e Vitamina D.

==Questão 35==

Quanto à técnica de aferição da pressão arterial sistêmica, podemos afirmar como verdadeiro:

- (A) Deve haver abstenção de cafeína pelo período de, pelo menos, 1 dia antes da mensuração.
- (B) O ponto médio do braço deve estar no nível do coração.
- (C) O braço não precisa estar apoiado.
- (D) O paciente deverá estar em repouso 30 minutos antes da verificação da pressão arterial.
- (E) Palpar o pulso arterial e inflar o manguito até seu desaparecimento no nível da pressão sistólica, desinflar rapidamente e aguardar 30 a 60 segundos antes de inflar novamente.

==Questão 36==

Sobre especificações de equipamentos de avaliação antropométrica, assinale a afirmativa correta:

- (A) Antropômetro horizontal - equipamento destinado à medição de adultos em decúbito frontal, fabricado em material rígido, resistente à umidade e de fácil higienização e o cursor deve permitir o deslize suave e estável, mantendo ângulo de 90 graus com a escala numérica e boa indicação para a leitura.
- (B) Antropômetro vertical fixo- equipamento destinado à medição somente de crianças, cursor (parte móvel) com, no mínimo, 5 cm de largura e 25 cm de comprimento e deve incluir indicador de leitura simplificado que aponte o valor da medição.
- (C) Antropômetro vertical portátil - equipamento destinado à medição de pessoas, leve e apropriado para o transporte, com escala numérica bilateral fixada em material desmontável que se encaixem com precisão e mantenham-se estáveis durante o uso, e deve apresentar base de sustentação para apoio dos pés, permitindo adequado nivelamento.
- (D) Balança pediátrica mecânica - capacidade de pesagem máxima de 15 kg, graduação (precisão) de pesagem de, no máximo, 50 g.
- (E) Fita antropométrica - deve ser de material maleável, elástica, inextensível, resistente e de fácil higienização.

==Questão 37==

Para maior eficiência no processo de recebimento é importante que uma área da unidade seja concebida e preparada para esse fim. Essa área deve dispor de:

- (A) Área para higienização de monoblocos, pia para higienização das mãos, balança e mesa para manuseio de documentos.
- (B) Balança, mesa para manuseio de documentos e refrigeradores.
- (C) Área para higienização de monoblocos, pia para higienização das mãos e refrigeradores.
- (D) Pia para higienização das mercadorias, pia para higienização das mãos e refrigeradores.

(E) Balança digital, refrigeradores, balcão refrigerado, pia quente e pia para higienização das mercadorias.

==Questão 38==

Para que os alimentos possam ser consumidos e utilizados pelo organismo, estes devem sofrer, na cozinha, várias modificações. Assinale a opção abaixo que corresponde às etapas do pré-preparo dos alimentos:

- (A) Fervura, escolha, lavagem e mistura.
- (B) Escolha, lavagem, cocção e distribuição.
- (C) Escolha, lavagem, divisão e cocção.
- (D) Escolha, divisão, lavagem e conservação.
- (E) Escolha, lavagem, divisão e mistura.

==Questão 39==

A elaboração de cardápios é a atividade que requer a reunião dos conhecimentos da técnica dietética com outras áreas da nutrição. Didaticamente, podemos desenhar um percurso passo a passo para esse fim. São passos para a elaboração de cardápio:

- I. Estabelecer as necessidades nutricionais e distribuir a recomendação de energia entre os macronutrientes.
- II. Definir o tipo de macronutriente e avaliar os recursos disponíveis e estudar os custos.
- III. Desconsiderar práticas alimentares locais e estética do sabor e da cor.
- IV. Avaliar a qualificação profissional da equipe e atender as políticas públicas.

Estão corretos os enunciados:

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

==Questão 40==

Em uma UAN, o desperdício é sinônimo de falta de qualidade. A preocupação com o desperdício não se restringe apenas ao alimento, mas também com a água, energia, materiais de higiene e descartáveis. Em relação aos alimentos, existem três fatores de desperdício predominantes. São eles:

- (A) Fator de correção, avaliação dos resultados e avaliação da produção.
- (B) Avaliação das sobras, avaliação dos restos e fator de cocção.
- (C) Fator de correção, fator de cocção e índice de absorção.
- (D) Fator de correção, avaliação das sobras e avaliação dos restos.
- (E) Índice de reidratação, fator de cocção e fator de correção.

==Questão 41==

O suporte nutricional ou terapia nutricional engloba uma variedade de técnicas disponíveis quando o paciente é incapaz de suprir suas necessidades nutricionais pela ingestão normal de alimentos. Sua metodologia vai da adição de um suplemento nutricional por via oral até a alimentação por meio de sondas ou endovenosa. O suporte nutricional pode contribuir para melhores desfechos funcionais e clínicos tanto em ambientes hospitalares quanto comunitários. Assinale a alternativa correta quanto à terapia nutricional enteral.

- (A) As dietas oligoméricas exigem trabalho digestivo mínimo, sendo prontamente absorvidas em curto segmento do intestino e não produzem resíduo. São indicadas para pacientes com grande déficit da função digestiva.
- (B) As dietas especiais são fórmulas para disfunções orgânicas importantes como diabetes melito, hepatopatia, nefropatia e pneumopatia. São poliméricas e podem conter imunomoduladores.
- (C) As dietas modulares são constituídas pela associação de produtos industrializados conhecidos como complementos dietéticos. São de fácil digestibilidade, mas quando o paciente apresenta comprometimento dos processos digestivos, não podem ser absorvidas adequadamente.
- (D) A nutrição enteral é indicada em situações de risco ou existência de desnutrição como a ingestão oral inferior a 60 – 75% do VCT e disfunção do trato gastrointestinal. É contraindicada em situações onde o TGI não esteja funcionando ou quando requer repouso intestinal.
- (E) As dietas monoméricas ou oligoméricas tendem à hiperosmolaridade, devido ao maior peso molecular dos nutrientes.

==Questão 42==

Atualmente a obesidade é a desordem nutricional de maior importância. Aspectos multifatoriais interagem influenciando o desenvolvimento da obesidade, como os citados abaixo:

- I. A obesidade está ligada a fatores psicológicos como o controle, percepção de si e a ansiedade.
- II. O peso corporal é regulado por uma interação complexa entre hormônios e neuropeptídeos.
- III. Um dos efeitos da leptina na redução do apetite é a inibição da formação de peptídeos relacionados ao apetite como o neuropeptídeo Y.
- IV. A CCK e o peptídeo YY são liberados pela hipófise e inibem a ingestão alimentar promovendo a saciedade após uma refeição.
- V. Os genes possuem um papel importante no ganho de peso, porém não intervêm na manutenção de peso.

Sobre sua etiologia, é correto apenas o que se afirma em

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

==Questão 43==

O conceito e a prática da qualidade tornaram-se importantes para as empresas, pois os consumidores estão cada vez mais exigentes e buscam produtos ou serviços de qualidade. Com relação ao controle higiênico e sanitário dos alimentos, assinale a alternativa correta:

- (A) Para elaboração do Manual de Boas práticas é preciso conhecer as normas da ABNT e do *Codex Alimentarius*.
- (B) As boas práticas de fabricação servem para garantir a qualidade dos alimentos, mas não visam a saúde do consumidor.
- (C) Para o desenvolvimento do plano APPCC não é necessário a formação de uma equipe multidisciplinar, a presença do nutricionista é suficiente.
- (D) Em uma Unidade de alimentação e Nutrição, para que o sistema de APPCC dê resultado, a gerência deve se comprometer com o programa e não deve envolver os funcionários e recursos.
- (E) APPCC avalia perigos e riscos associados com o crescimento, colheita, matéria prima e ingredientes, processamentos, manufatura, distribuição, comercialização, preparação e consumo dos alimentos.

==Questão 44==

Assinale a alternativa correta quanto às anemias:

- (A) A anemia pode prejudicar o desenvolvimento mental e psicomotor, causar aumento da morbimortalidade materna e infantil, porém não afeta o desempenho do indivíduo no trabalho e na resistência às infecções.
- (B) No Brasil, o Ministério da Saúde tornou obrigatória a fortificação do leite e das farinhas de milho e trigo com ferro e ácido fólico, por serem alimentos de fácil acesso à população.
- (C) O ferro utilizado pelo organismo é obtido exclusivamente da dieta e, por este motivo, o estudo da biodisponibilidade do mineral é muito importante.
- (D) A presença da desnutrição em crianças e adolescentes com anemia falciforme representa um grande impacto em sua qualidade de vida e saúde, fazendo necessária a suplementação de ferro em níveis superiores às DRI.
- (E) Para crianças de 0 a 6 meses a DRI de ferro é uma AI e reflete a ingestão média de ferro observada em crianças amamentadas. Esta recomendação deve ser aplicada com cuidado para crianças que não são amamentadas.

==Questão 45=====

Com relação às diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) de 2011, leia os enunciados a seguir:

I. Para o conhecimento da situação alimentar e nutricional da população, o Brasil conta, atualmente, com os sistemas de informação em saúde e, em especial, o Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), bem como pesquisas periódicas de base populacional nacional e local.

II. Como o nutricionista já é um profissional capacitado para o manejo adequado de doenças que interferem no estado de nutrição dos indivíduos, não há necessidade de capacitação desses profissionais que atuam em saúde pública.

III. Para o enfrentamento do problema de insegurança alimentar e nutricional no Brasil, criou-se o Sistema de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN, que funciona de forma articulada ao Sistema Único de Saúde - SUS.

IV. As pesquisas devem ser realizadas com o objetivo de conhecer a situação alimentar e nutricional do país e proporcionar o planejamento e execução de ações de nutrição.

Assinale a alternativa cujos enunciados estão corretos:

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

==Questão 46=====

A informação nutricional de um determinado cereal matinal é apresentada na tabela abaixo. Conforme a regulamentação da ANVISA, assinale a alternativa correta:

Informação Nutricional – Porção (30 g) (1 xícara de chá)		
Quantidade por porção		% VD
Valor energético	108 kcal = 454 kJ	5%
Carboidratos	20 g	7%
Proteínas	2,9 g	4%
Gorduras totais	1,6 g	3%
Gorduras saturadas	0,2 g	1%
Gorduras <i>trans</i>	não contém	-
Gorduras monoinsaturadas	0,7 g	-
Gorduras poli-insaturadas	0,7 g	-
Fibra alimentar	3,2 g	13%
Sódio	75 mg	3%
Cálcio	170 mg	17%
Ferro	3,5 mg	24%
Ácido Fólico	60 µg	24%

(A) Os nutrientes a serem obrigatoriamente declarados no rótulo dos alimentos são: valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, saturadas, *trans*, monoinsaturadas e poli-insaturadas, fibra alimentar e sódio.

(B) A declaração de cálcio, ferro e ácido fólico no rótulo do alimento é opcional.

(C) A % VD significa a porcentagem de valores diários com base em uma dieta de 2500 kcal.

(D) Para que seja utilizada a expressão “não contém”, a quantidade do nutriente presente naquela porção do alimento deve ser igual a zero.

(E) A informação da porção do alimento em medida caseira correspondente é opcional.

==Questão 47=====

O conhecimento e a divulgação de profissionais diversos são facilitados pelos atuais meios de comunicação. Dessa maneira, com relação à realização de consultas de nutrição pela internet, o Código de Ética do Nutricionista (Resolução CFN nº 334/2004):

(A) Não menciona esse assunto.

(B) Permite, desde que o sigilo das informações oferecidas seja garantido pela adoção de um sistema de segurança.

(C) Veda, com exceção de casos aprovados pelo Conselho Federal de Nutricionistas.

(D) Permite, desde que o nutricionista obtenha do paciente todas as informações necessárias para a prescrição do plano alimentar.

(E) Veda, sob qualquer situação que caracterize atendimento não presencial.

==Questão 48=====

Sobre exame físico, leia os enunciados:

I. Deve realizar o exame de forma sistêmica e progressiva no sentido encéfalo caudal sem constranger o paciente e durante a vigência de uma doença aguda realiza-lo semanalmente.

II. Tem como objetivo a avaliação subjetiva da perda de gordura, massa muscular e presença de líquido no espaço extracelular (edema tornozelo, sacral e ascite), além dos sinais de deficiência de nutrientes que possam chamar a atenção.

III. Método clínico utilizado para detectar sinais e sintomas associados à desnutrição, outras carências nutricionais e diagnosticar patologias.

IV. Exame físico que engloba a inspeção e ausculta.

Assinale a alternativa cujos enunciados estão corretos.

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

==Questão 49==

Para classificar um adulto com o peso adequado, o valor de índice de massa corporal (IMC) deve ser:

- (A) 18,5 a 24,9 kg/m²
- (B) Menor que 24,9 kg/m²
- (C) 19 a 25 kg/m²
- (D) 25 a 30 kg/m²
- (E) 19,9 a 24,9 kg/m²

==Questão 50==

Com base na transição nutricional e na tabela abaixo, leia os enunciados a seguir:

Tabela - Evolução do estado nutricional da população adulta, segundo grandes regiões (Brasil, 1975, 1989, 2003).

Regiões	Desvios nutricionais	Períodos dos inquéritos					
		1974/1975		1989		2002/2003	
		Homens	Mulheres	Homens	Mulheres	Homens	Mulheres
Brasil	Déficit de peso	7,2	10,2	3,8	5,8	2,8	5,4
	Excesso de peso	18,6	28,6	29,5	40,7	41	39,2
	Obesidade	2,8	7,8	5,1	12,8	8,8	12,7

Fonte: IBGE, 2004.

- I. A redução da prevalência de déficit de peso e o aumento da prevalência de excesso de peso e obesidade nas últimas décadas no Brasil caracterizam a transição nutricional.
- II. Em todos os períodos dos inquéritos houve redução da prevalência do excesso de peso tanto nos homens como nas mulheres.
- III. A obesidade sempre foi mais prevalente em mulheres do que em homens, entretanto, o aumento da prevalência nas últimas décadas foi maior nos homens.
- IV. A maior redução do déficit de peso entre os homens ocorreu entre os anos de 1989 e 2002/2003.

Assinale a alternativa em que todos os enunciados estão corretos:

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