



PREFEITURA MUNICIPAL DE GUARUJÁ – PMG

CONCURSO PÚBLICO PARA PROVIMENTO DE VAGAS E FORMAÇÃO DE CADASTRO RESERVA

EDITAL 001/2011 - SEDUC

Cód. 19 – Nutricionista

1. Segundo a Resolução CFN nº334/2004 que dispõe sobre o Código de Ética do Nutricionista, é DIREITO desse profissional:
 - A) desviar para atendimento próprio indivíduo que esteja sob assistência de outro nutricionista.
 - B) fornecer atestado de qualidade de alimentos.
 - C) realizar consultas e diagnósticos nutricionais através da internet.
 - D) solicitar a interferência de leigos em suas atividades e decisões profissionais.
2. Segundo a Resolução CFN nº334/2004 que dispõe sobre o Código de Ética do Nutricionista, é DEVER desse profissional:
 - A) identificar-se informando sua profissão, nome, número de inscrição no conselho regional de nutricionistas e respectiva jurisdição, quando no exercício profissional.
 - B) divulgar ou indicar produtos de fornecedores, mesmo que esses não atendam às exigências técnicas e sanitárias cabíveis.
 - C) sempre que possível, produzir material técnico-científico que contenha imagens de indivíduos sob sua responsabilidade profissional, independente da autorização do paciente.
 - D) manter em sigilo informações sobre o estado nutricional de indivíduos, não as divulgando inclusive para outro nutricionista que venha a prosseguir na assistência.
3. As proteínas executam diversas funções essenciais no organismo humano, dentre elas a de:
 - A) normalizar os lipídeos sanguíneos.
 - B) exercer efeitos anti-inflamatórios.
 - C) catalisar reações químicas.
 - D) emulsificar as gorduras da dieta.
4. Faz parte das funções da vitamina D ativa no organismo humano:
 - A) ativar a glutatona peroxidase no cérebro.
 - B) atuar na coagulação de vasos sanguíneos lesados.
 - C) reduzir o ferro férrico a ferroso.
 - D) estimular a absorção intestinal de cálcio.
5. São alimentos considerados como importantes fontes de ferro:
 - A) ostra e abacate.
 - B) grão de bico e fígado de galinha.
 - C) alface e macarrão.
 - D) leite de vaca e beterraba.
6. São vitaminas lipossolúveis:
 - A) vitaminas E e K.
 - B) tiamina e riboflavina.
 - C) vitaminas A e C.
 - D) vitaminas D e do complexo B.

7. O Guia Alimentar para a População Brasileira, elaborado pelo Ministério da Saúde, recomenda para um indivíduo adulto saudável o consumo de frutas e legumes/ verduras na seguinte QUANTIDADE MÍNIMA nas refeições diárias:
- A) 3 porções de frutas e 3 porções de verduras/ legumes.
 - B) 2 porções de frutas e 2 porções de verduras/ legumes.
 - C) 1 porção de fruta e 2 porções de verduras/ legumes.
 - D) 1 porção de fruta e 1 porção de verduras/ legumes.
8. O National Research Council (NRC) de 1989 recomenda que a partir do 2º trimestre gestacional a gestante adulta e eutrófica tenha um adicional energético diário de:
- A) 150 Kcal.
 - B) 450 Kcal.
 - C) 300 Kcal.
 - D) 600 Kcal.
9. O Ministério da Saúde do Brasil recomenda que as crianças sejam amamentadas até pelo menos:
- A) três anos de idade.
 - B) dois anos de idade.
 - C) quatro anos de idade.
 - D) um ano de idade.
10. A Ingestão Adequada (AI) de cálcio recomendada para crianças de 4 a 8 anos é de:
- A) 1100 mg/ dia.
 - B) 1500 mg/ dia.
 - C) 800 mg/ dia.
 - D) 1300 mg/ dia.
11. A Ingestão Diária de Referência (DRI- 2002) recomenda para adultos saudáveis que a distribuição dos macronutrientes em relação ao valor calórico total diário seja de:
- A) 25-45% de proteínas, 40- 55% de carboidratos e 10- 20% de lipídeos.
 - B) 20-30% de proteínas, 30-40% de carboidratos e 30- 40% de lipídeos.
 - C) 10-25% de proteínas, 35-45% de carboidratos e 35-45% de lipídeos.
 - D) 10- 35% de proteínas, 45-65% de carboidratos e 20-35% de lipídeos.
12. Alterações metabólicas, orgânicas e fisiológicas ocorrem com o envelhecimento, influenciando o estado nutricional dos idosos. É alteração comumente observada em idosos o (a):
- A) aumento do metabolismo basal e conseqüente redução do peso corporal.
 - B) redução involuntária de massa muscular e conseqüente redução da força muscular.
 - C) aumento da produção de ácido clorídrico no estômago e conseqüente aumento do fator intrínseco.
 - D) redução da gordura abdominal com conseqüente redução de risco cardiovascular.
13. No tratamento dietoterápico da obesidade é recomendável o (a):
- A) consumo de 25 a 30 gramas de fibras/ dia.
 - B) fracionamento da dieta em três refeições diárias.
 - C) exclusão de carboidratos refinados.
 - D) consumo de colesterol inferior a 500 mg/ dia.
14. Para manutenção do estado nutricional de pacientes com doença renal crônica em hemodiálise recomenda-se a ingestão proteica diária de cerca de:
- A) 0,8 gramas/ Kg de peso corporal.
 - B) 1,2 gramas/ Kg de peso corporal.
 - C) 0,6 gramas/ Kg de peso corporal.
 - D) 0,3 gramas/ Kg de peso corporal.
15. A dieta para o tratamento da pancreatite crônica deve ser:
- A) reduzida em carboidratos com baixo índice glicêmico, para controlar a glicemia.
 - B) ser administrada via parenteral, visando o repouso pancreático.
 - C) restrita em calorias, para prevenir o ganho de peso excessivo típico da doença.
 - D) restrita em lipídios, para prevenir a esteatorreia.

16. A orientação nutricional a pacientes hipertensos moderados deve preconizar:
- A) a restrição do consumo de leite a 1 copo/dia.
 - B) a exclusão total do sal de adição.
 - C) a diminuição do consumo de alimentos ricos em potássio.
 - D) a não ingestão de produtos enlatados, embutidos e temperos prontos.
17. É parâmetro sugestivo de desnutrição em um adulto:
- A) índice de massa corporal de 20,5 kg/m².
 - B) albumina sérica de 4g/dl.
 - C) adequação do peso corporal atual em relação ao ideal de 80%.
 - D) percentual de gordura corporal de 23%.
18. *Kwashiorkor* é um tipo de desnutrição caracterizado por:
- A) edema com despigmentação de pele e cabelos.
 - B) importante perda de peso corporal.
 - C) concentração proteica visceral dentro da faixa de normalidade.
 - D) ingestão crônica deficiente exclusivamente de energia.
19. Segundo a Resolução nº38 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação de 2009, o objetivo do Programa Nacional de Alimentação Escolar é:
- A) incrementar os benefícios do programa bolsa família, com aumento da renda familiar e melhora da qualidade de vida.
 - B) contribuir para a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de práticas alimentares saudáveis dos alunos.
 - C) fornecer cesta básica com gêneros alimentares e de higiene pessoal de primeira necessidade, visando à redução da desnutrição e das parasitoses.
 - D) estimular o crescimento das indústrias alimentícias regionais com a aquisição prioritária de seus produtos.
20. Segundo a Resolução nº38 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação de 2009, recomenda-se que a alimentação na escola tenha no MÁXIMO:
- A) 5% da energia total proveniente de gordura *trans*.
 - B) 25% da energia total proveniente de açúcar simples adicionado.
 - C) 4 gramas de sal.
 - D) 10% da energia total proveniente de gordura saturada.
21. O botulismo é uma intoxicação alimentar provocada pelo:
- A) *Clostridium botulinum*, caracterizada por distúrbios digestivos e neurológicos.
 - B) *Bacillus cereus*, caracterizada por diarreia aquosa iniciada 8 a 16 horas após a ingestão do alimento contaminado.
 - C) *Campylobacter spp*, caracterizada por sintomas semelhantes aos da gripe.
 - D) *Clostridium perfringens*, caracterizada por quadro agudo de diarreia.
22. Os alimentos que mais comumente são contaminados pelos fungos do gênero *Aspergillus* e pelas aflatoxinas são:
- A) carne de frango, peixes e enlatados.
 - B) cogumelos do tipo *funghi*, cebola e arroz.
 - C) amendoim, milho e feijão.
 - D) farinha de trigo, batata e leite.
23. Para alcançar a eficácia desejada na limpeza, é necessário que o detergente NÃO seja:
- A) emulsificador.
 - B) solvente.
 - C) corrosivo.
 - D) agente de dispersão.
24. No comércio, a fiscalização deve estar atenta para as características dos pescados que refletem a qualidade do produto. Sendo assim, são características INACEITÁVEIS para um pescado:
- A) consistência muscular resistente, ventrículos cilíndricos sem alterações ou flacidez.
 - B) brânquias esbranquiçadas e lâminas branquiais invisíveis.
 - C) olhos brilhantes e vivos.
 - D) odor fresco peculiar do pescado.

25. Sobre as microondas, ondas eletromagnéticas do aparelho de microondas, é INCORRETO afirmar:
- A) A transferência de calor e esterilização de alimentos sofrem a influência de fatores como forma, tamanho e composição do produto.
 - B) A inativação de microrganismos pela sua energia resulta da desnaturação das proteínas e dos ácidos nucleicos promovida pelos mecanismos térmicos convencionais.
 - C) A energia é transferida para o material por meio de gradientes térmicos por convecção.
 - D) O processo de pasteurização e esterilização dos alimentos por essa técnica oferece os mesmos benefícios dos métodos convencionais.
26. Sobre os cuidados e armazenamento das hortaliças podemos afirmar:
- A) Os tubérculos e raízes podem ser mantidos em lugar fresco sem necessidade de refrigeração.
 - B) As hortaliças folhosas podem ser consumidas semanas após a colheita, pois sua cor e consistência duram várias semanas.
 - C) As hortaliças orgânicas não necessitam serem limpas antes de acondicioná-las sob refrigeração.
 - D) Devem ser colocadas no lugar mais frio da geladeira para melhor conservação.
27. Assinale a recomendação correta sobre os métodos mais usados para a conservação de alimentos.
- A) Desidratação: para remover totalmente água mesmo que comprometa o sabor dos alimentos.
 - B) Vácuo: para remover parcialmente o oxigênio da embalagem.
 - C) Frio: para conservar apenas alimentos cozidos, sendo mais utilizado em comércio.
 - D) Calor: ferver os alimentos por três minutos ou mais, para destruir enzimas e germens.
28. O tamanho e o peso do ovo podem variar, bem como a cor da casca, no entanto se tornam IMPRÓPRIOS para o consumo quando:
- A) a casca encontra-se limpa e sem brilho.
 - B) há alterações de gema e clara, com presença de sangue e embrião desenvolvido.
 - C) a gema encontra-se translúcida, firme e consistente.
 - D) há sensação de densidade ao sacudir o ovo.
29. Os cereais são grãos que provêm de gramíneas, cujas sementes dão em espiga. NÃO é considerado cereal o (a):
- A) Arroz.
 - B) Batata.
 - C) Milho.
 - D) Trigo.
30. A gordura é utilizada em diversas formas de cocção, sendo empregada para:
- A) corar a superfície dos alimentos.
 - B) manter os alimentos quentes.
 - C) gratinar os alimentos.
 - D) cozinhar a vapor.
31. A fim de garantir a implantação e a manutenção das boas práticas de uma Unidade de Alimentação, a mesma deverá:
- A) assegurar a adequada e segura manipulação de alimentos, independente da legislação.
 - B) estar comprometida com a implantação das boas práticas, e estas devem ser baseadas nos requisitos regulares para Serviços de Alimentação.
 - C) a implantação de boas práticas não traz dificuldades relativas às mudanças de comportamento dos funcionários.
 - D) não ter aumentos de custos em sua implantação.
32. A supervisão técnica tem autoridade e responsabilidade para realizar diversas atividades, EXCETO:
- A) assumir a responsabilidade técnica das atividades de manipulações de alimentos.
 - B) responder aos fiscais sanitários.
 - C) ser responsável pelo preparo de refeições na ausência de mão de obra qualificada.
 - D) capacitar o pessoal em todos os requisitos do programa de boas práticas.
33. Dentre os principais cuidados com a higiene pessoal a serem tomados pelos manipuladores de alimentos pode-se citar:
- A) Os cabelos podem ser compridos, lavados 3 a 4 vezes por semana, desde que protegidos por gorro.
 - B) As unhas dos manipuladores devem ser mantidas adequadamente limpas, curtas e sem esmaltes.
 - C) É permitido o uso de barba desde que sempre aparada.
 - D) É permitido na manipulação de alimentos o uso de brincos, anéis e pulseiras de tamanho pequeno.

34. A higienização dos “hortifrúti” é uma etapa do pré-preparo essencial para prevenção da contaminação dos alimentos preparados. NÃO faz parte desta etapa, a seguinte ação:
- A) Após higienização, armazená-los sob refrigeração sob estrados de madeira.
 - B) Retirar partes estragadas ou que não serão utilizadas.
 - C) Lavar os “hortifrúti” em água corrente e potável.
 - D) Mergulhar os produtos em solução desinfetante por, no mínimo, 15 minutos.
35. A higienização de latas é essencial para prevenir a contaminação dos alimentos. Sobre o procedimento para sua higienização é correto afirmar:
- A) Não é permitido o uso de água e sabão.
 - B) Em todos os casos está indicada a imersão da lata em água quente.
 - C) Devem ser imersas em água clorada por 15 minutos.
 - D) Não se deve utilizar o vapor d’água como forma de desinfecção.
36. A temperatura de armazenamento de carnes (bovina, suína e aves) e seus manipulados crus deve ser de:
- A) 10°C por 3 dias.
 - B) 12°C por 90 horas.
 - C) 15°C por 5 dias.
 - D) 4°C por 72 horas.
37. Sobre a refrigeração e congelamento de alimentos preparados quentes, podemos afirmar:
- A) A legislação não autoriza o reaproveitamento de alimentos preparados quentes.
 - B) Sobras de alimentos preparados devem ser refrigeradas abaixo de 4°C por até 5 dias.
 - C) O prazo de validade do alimento preparado congelado é de -2°C durante no máximo 120 dias.
 - D) No caso de crustáceos e pescados, a temperatura e prazo de manutenção é de 8°C por 32 horas.
38. Ao planejar o cardápio para uma refeição principal de um restaurante institucional, deve-se obedecer a seguinte ordem:
- A) Entrada, prato principal, guarnição, prato base e sobremesa.
 - B) Guarnição, prato base, entrada, prato principal e sobremesa.
 - C) Prato base, guarnição, entrada, prato principal e sobremesa.
 - D) Sobremesa, prato principal, guarnição, entrada e prato base.
39. Ao preparar o cardápio da dieta branda temos que considerar:
- A) a inclusão de alimentos como pães, principalmente o pão francês.
 - B) sua característica hiperglicídica, normolipídica e hiperproteica.
 - C) um fracionamento de cinco a seis refeições diárias.
 - D) que as fibras devem ser pouco cozidas para estimular o trato – gastrointestinal.
40. Foi indicada dieta líquida para um paciente com afecções do trato digestivo. O cardápio para esse indivíduo NÃO poderá conter:
- A) sucos diversos.
 - B) leite.
 - C) sopa batida e coada.
 - D) caldo e grãos de feijão macios.
41. No processamento dos alimentos para consumo, as variáveis que apresentam grande importância na técnica de preparo e no controle ou diminuição de microrganismos são:
- A) acidez e alcalinidade.
 - B) minerais da água e enzimas.
 - C) volume de água e tipo de cocção.
 - D) tempo e temperatura.
42. Podemos afirmar que os microrganismos estão presentes em todos os lugares, portanto, para evitar a contaminação de alimentos o necessário e mais importante é:
- A) apenas evitar o uso de adornos.
 - B) pelo menos prender os cabelos.
 - C) lavar as mãos com frequência, principalmente quando for mudar de tarefa.
 - D) o uso de luvas descartáveis em todas as etapas da preparação.

43. Complete.

Os alimentos podem apresentar alto risco de contaminação. Alimentos com grande quantidade de _____ e _____, apresentam tal potencial.

- A) água – sódio
- B) água – nutrientes
- C) fibra – minerais
- D) sódio – proteínas

44. “Carne fresca” é aquela obtida de abate em estabelecimentos registrados e fiscalizados, e, só poderá ser exposta à venda se:

- A) entregue até 72 horas após o abate.
- B) entregue até 48 horas após o abate.
- C) entregue até 24 horas após o abate.
- D) for tratada pelo frio.

45. A “carne in natura” corresponde à:

- A) carne fresca ou resfriada.
- B) carne fresca ou congelada.
- C) carne maturada.
- D) carne resfriada ou congelada.

46. A implantação de um sistema de custos em Unidades de Alimentação e Nutrição tem por finalidade:

- A) impedir o desvio de mercadorias e/ou gêneros alimentícios.
- B) permitir o acompanhamento técnico do processo de produção das refeições.
- C) apurar dados para avaliação das refeições produzidas.
- D) consolidar informações e gerar dados de apoio para análise e tomada de decisões.

47. Em relação à higiene ambiental de uma Unidade de Alimentação e Nutrição, é necessário limpar diariamente:

- A) paredes e portas.
- B) estoque e estrados.
- C) sanitários e recipientes de lixo.
- D) armários e coifas.

48. São sinais de pescado não fresco:

- A) carne firme, elástica e resistente à pressão dos dedos.
- B) cauda firme na direção do corpo.
- C) escamas opacas desprendendo-se facilmente.
- D) olhos salientes e brilhantes.

49. A Portaria nº 1210/06/SMS-G determina que no momento do recebimento de uma mercadoria na Unidade de Alimentação e Nutrição:

- A) os pescados refrigerados estejam até 8°C, independente da especificação do fabricante.
- B) as carnes refrigeradas estejam até 7°C ou conforme a especificação do fabricante.
- C) os congelados estejam no mínimo a -2°C ou conforme a especificação do fabricante.
- D) os refrigerados estejam até 15°C ou conforme a especificação do fabricante.

50. Um serviço de nutrição consome 1.500 latas de óleo de cozinha por mês, sendo que o prazo de reabastecimento é de 10 dias. Assim, o estoque mínimo desse produto deve ser de:

- A) 1.500 latas.
- B) 250 latas.
- C) 1.000 latas.
- D) 500 latas.