



ESTADO DO PIAUÍ
PREFEITURA MUNICIPAL DE SIGEFREDO PACHECO
TESTE SELETIVO PARA PROVIMENTO DE CARGOS



CARGO:

NUTRICIONISTA

TURNO: MANHÃ



CADERNO DE PROVA OBJETIVA

LEIA COM ATENÇÃO AS INSTRUÇÕES ABAIXO:

1. Examine se a prova está completa, se há falhas ou imperfeições gráficas que causem dúvidas. Qualquer reclamação somente será aceita até os 15 minutos iniciais.
2. A prova consistirá de **40 questões** com **quatro** alternativas (**A, B, C, D**) das quais apenas uma é verdadeira. Leia atentamente cada questão e escolha a alternativa, marcando sua resposta no cartão resposta, cobrindo levemente todo o espaço correspondente à letra a ser assinalada.
3. Durante a prova, é vedado o intercâmbio e o empréstimo de qualquer material entre os candidatos.
4. Não poderão ser utilizados, durante a prova, recursos como: régua, dicionário, boné, calculadora, relógio digital, bem como outro material que possa indicar tentativa de fraude.
5. Esta prova terá duração de **3 horas**, com **início às 09h e término às 12h**.

NOME DO CANDIDATO:

MAIS INFORMAÇÕES:

Internet:

www.institutomachadodeassis.com.br

Telefone: (86) 9438-4081

INSTITUTO MACHADO DE ASSIS – IMA

TESTE SELETIVO PREFEITURA MUNICIPAL DE SIGEFREDO PACHECO - PI

RASCUNHO

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	

FOLHA DE ANOTAÇÃO DO GABARITO - ATENÇÃO: Esta parte somente deverá ser destacada pelo fiscal da sala, após o término da prova



LÍNGUA PORTUGUESA

QUESTÕES DE 1 A 15

INSTRUÇÃO:

Para responder a essas questões, assinale APENAS UMA ÚNICA alternativa correta e marque o número correspondente na Folha de Respostas.

QUESTÃO 01

“Deixa-me dormir no teu seio.
Dá-me o teu mel – violeta!”

(Casimiro de Abreu)

Marque a alternativa quanto à colocação pronominal e a justificativa para a sua ocorrência no poema:

- A) Ênclise – verbos bitransitivos no início da oração.
- B) Próclise – orações com pronome indefinido, relativo ou demonstrativo.
- C) Ênclise – verbo no imperativo afirmativo.
- D) Mesóclise – verbos empregados no futuro do presente ou no futuro do pretérito, desde que não haja nenhum fator de próclise.

QUESTÃO 02

Assinale a alternativa em que há erro ortográfico:

- A) Para resolver o problema, ela teve que falar com o mandachuva da empresa.
- B) Coloquei o seu jantar dentro do microondas.
- C) O ditador era claramente antissemita.
- D) Um meio ambiente equilibrado é essencial para a nossa coexistência.

QUESTÃO 03

“Pequenos olhos miosótis, com sobranceiras largas, muito grande, magro e curvado, sua barba comprida escondia sua gravatinha mirrada, seu queixo era um pouco fugidio e sua boca, que eu nunca vi, tivesse talvez os lábios um pouco moles, mas ele tinha uma testa grande e inchada e um crânio enorme. Tinha muito do profeta hebreu.”

(Virginia Woolf – A Viagem)

Analise o trecho da obra de Virginia Woolf e assinale a alternativa correta:

- A) A narração objetiva formar uma sequência de acontecimentos na qual as personagens interagem entre si num determinado espaço no decurso do tempo.
- B) O texto assinala as características mais singulares e específicas, destacando do conjunto uma impressão dominante capaz de individualizar a personagem que está sendo descrita.
- C) Observa-se uma argumentação lógica e intencional da autora disposta a convencer o leitor com o seu ponto de vista de forma coerente e coesa.
- D) A escritora manifesta suas ideias através de palavras de efeitos sugestivos e simbólicos objetivando provocar sentimentos e emoções.

QUESTÃO 04

Marque a opção em que todas as palavras são paroxítonas:

- A) acrobacia, ciclone, cleptomania, azimute.
- B) condor, ureter, ardil, hostile.
- C) gratuito, maquinaria, fervido, álbi.
- D) notívago, café, idólatra, fênix.

QUESTÃO 05

Marque a opção em que o uso da preposição ou do artigo está quebrando o paralelismo das frases:

- A) Confira o trânsito ao vivo no Balão da Tabuleta e na Ponte da Amizade.
- B) Sugeriram-me que definisse ritual e superstição.
- C) Somente depois de debruçar-me exaustivamente na instrução e no exame do processo, decidi.
- D) Fluminense vence o Flamengo na final do campeonato.

QUESTÃO 06

A coesão referencial é obtida através de cadeias de referência, isto é, um conjunto de termos ou expressões que remetem para a mesma entidade. Julgue os itens:

I - A anáfora ou termo anafórico consiste na retoma - total ou parcial - do referente de palavras anteriormente inseridas no texto. Ou seja, o referente antecede, na frase, os seus correferentes ou termos anafóricos.

II - A elipse consiste na omissão de um ou mais termos numa oração que podem ser facilmente identificados, tanto por elementos gramaticais presentes na própria oração, quanto pelo contexto.

III - A catáfora consiste na retoma do referente de palavras posteriormente inseridas no texto, os correferentes antecedem, na frase, o seu referente.

IV - Na correferência não anafórica duas ou mais expressões linguísticas remetem para o mesmo referente, sem que exista dependência referencial entre si.

Quantos itens são verdadeiros?

- A) um
- B) dois
- C) três
- D) quatro



QUESTÃO 07

Assinale a alternativa correta quanto às relações estabelecidas pelas preposições:

- A) Esta canção é de Alceu Valença. (posse)
- B) Precisamos falar sobre Kevin. (conteúdo)
- C) Ele nunca mais voltará a andar a cavalo. (meio)
- D) Ela vai ao cinema com amigos. (instrumento)

QUESTÃO 08

O Protocolo de Kyoto entra em vigor nesta quarta-feira, estabelecendo as primeiras metas de redução de gases poluentes no planeta. O documento, assinado por 141 países, estabelece metas para a redução de gases poluentes, **que**, acredita-se, estejam ligados ao aquecimento global. Gases como o dióxido de carbono “segurariam” o calor na atmosfera, causando o chamado efeito estufa. **No entanto** apenas 30 países industrializados estão sujeitos a essas metas. O Brasil ratificou o tratado, mas não teve de se comprometer com metas específicas, **porque** é considerado país em desenvolvimento.

Analise o texto e julgue os itens em verdadeiro (V) e falso (F):

I - As palavras grifadas são responsáveis por estabelecer entre as diversas partes do enunciado relações de sentido que dão ao texto unidade, desenvolvimento lógico.

II - A palavra que foi empregada para servir de conexão entre os trechos “gases poluentes” e “estejam ligados ao aquecimento global”, estabelecendo relação de especificação entre eles, isto é, o último trecho restringe, delimita a extensão do sentido de “gases poluentes”.

III - A expressão “no entanto” evidencia relação de contraposição entre o período que se inicia e o que havia sido mencionado até aquele ponto.

IV - O vocábulo “porque” conecta, em relação de causa e efeito, os trechos [O Brasil] “não teve de se comprometer com metas específicas” (efeito) e “é considerado país em desenvolvimento” (causa).

- A) V, F, V, F
- B) V, V, F, F
- C) V, V, V, V
- D) F, F, F, F

QUESTÃO 09

Sobre estrutura e formação de palavras, marque a opção incorreta:

- A) Os elementos mórficos que entram na estrutura das palavras são o radical, as desinências, a vogal temática e os afixos (prefixos e sufixos).
- B) Morfemas são elementos comuns às palavras da mesma família etimológica.
- C) A derivação consiste na formação de palavras mediante acréscimo de afixos a uma palavra ou mediante a redução da palavra-base.
- D) O léxico pode “tomar emprestadas” palavras de outros idiomas, adaptando-as ou não.

QUESTÃO 10

Marque a alternativa em que há erro quanto à análise da forma verbal “andávamos”:

- A) and- é radical
- B) -á- é vogal temática
- C) -va- é desinência de pretérito imperfeito do subjuntivo
- D) -mos - é desinência de 1ª pessoa do plural

QUESTÃO 11

Considerando as regras de concordância nominal, em todas as alternativas o adjetivo exerce a mesma função, **exceto**:

- A) A jurisprudência e os costumes são legítimos para consulta.
- B) Chamaram a João e Marcelo de melindrosos.
- C) O carro é novo.
- D) Tinha pelo amigo alta admiração e respeito.

QUESTÃO 12

Assinale a opção em que a concordância verbal não corresponde à norma culta:

- A) Duas horas é pouco tempo para responder as provas do teste seletivo.
- B) Quem é a pessoa que consegue fazer justiça com as próprias mãos?
- C) Os religiosos já haviam catequizado o índio e o tornado cristão.
- D) Devem haver benefícios para quem bebe um copo de vinho no desjejum.

QUESTÃO 13

Eu detesto **quando ele traz serviço para casa**. A oração em destaque é classificada como:

- A) oração subordinada adverbial temporal
- B) oração subordinada adverbial consecutiva
- C) oração coordenada sindética explicativa
- D) Oração Reduzida de Infinitivo

QUESTÃO 14

Marque a oração coordenada sindética explicativa:

- A) Quase sorria, logo estava apreciando a cena.
- B) Eu canto porque o instante existe.
- C) Saia logo, que eu preciso de você.
- D) Sua fome era tanta que comeu com casca e tudo.

QUESTÃO 15

Não é vício de linguagem:

- A) Hiato
- B) Colisão
- C) Silepse
- D) Solecismo

**INFORMÁTICA****QUESTÕES DE 16 A 20****QUESTÃO 16**

Todas as alternativas a seguir apresentam guias do Microsoft Office Word 2007, **EXCETO**:

- A) Ferramentas.
- B) Referências.
- C) Layout da Página.
- D) Inserir.

ÁREA LIVRE**QUESTÃO 17**

Marque a opção que **NÃO** apresenta um grupo pertencente à guia Revisão do Microsoft Office Word 2007.

- A) Mapeamento.
- B) Controle.
- C) Comparar.
- D) Alterações.

QUESTÃO 18

Qual a função da tecla de atalho "CTRL" + "SHIFT" + "H" no Microsoft Office Word 2007.

- A) Altera o tipo de letra.
- B) Aplica formatação de texto oculto.
- C) Alinha um parágrafo à esquerda.
- D) Aplica sublinhado mas só em palavras.

QUESTÃO 19

No Sistema Operacional Windows 7, a tecla de atalho "WIN (Logotipo do Windows)" + "R" tem a função de:

- A) Minimizar todas as janelas.
- B) Exibir ou ocultar o menu Iniciar.
- C) Exibir ajuda do Windows.
- D) Abrir a caixa de diálogo Executar.

QUESTÃO 20

A guia Exibição do Microsoft Office Word 2007 possibilita:

- A) Classificar dados, filtrar, importar dados, validar células etc.
- B) Verificar ortografia, inserir comentários, proteger planilha com senhas etc...
- C) Alterar os modo de exibição, alterar o zoom, congela células, gravar macros etc..
- D) As alternativas "A", "B" e "C" estão corretas.



CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

QUESTÕES DE 21 A 40

QUESTÃO 21

A Manipulação de alimentos é(são):

- A) Produtos alimentícios, alimentos “in natura”, produtos semi-preparados ou produtos preparados para o consumo que, pela sua natureza ou composição, necessitam de condições especiais de temperatura para sua conservação.
- B) Alimentos manipulados e preparados em serviços de alimentação, expostos à venda embalados ou não.
- C) Operações efetuadas sobre a matéria-prima para obtenção e entrega ao consumo do alimento preparado, envolvendo as etapas de preparação, embalagem, armazenamento, transporte, distribuição e exposição à venda.
- D) Operações de redução, por método físico e ou agente químico, do número de microrganismos em nível que não comprometa a qualidade higiênico-sanitária do alimento.

QUESTÃO 22

Assinale a opção **ERRADA** sobre a Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004.

- A) A edificação e as instalações devem ser projetadas de forma a possibilitar um fluxo ordenado e sem cruzamentos em todas as etapas da preparação de alimentos e a facilitar as operações de manutenção, limpeza e, quando for o caso, desinfecção. O acesso às instalações deve ser controlado e independente, não comum a outros usos.
- B) As superfícies dos equipamentos, móveis e utensílios utilizados na preparação, embalagem, armazenamento, transporte, distribuição e exposição à venda dos alimentos devem ser lisas, permeáveis, laváveis e estar revestidas de rugosidades, frestas e outras imperfeições que possam comprometer a higienização dos mesmos e serem fontes de contaminação dos alimentos.
- C) As instalações devem ser abastecidas de água corrente e dispor de conexões com rede de esgoto ou fossa séptica. Quando presentes, os ralos devem ser sifonados e as grelhas devem possuir dispositivo que permitam seu fechamento.
- D) As portas e as janelas devem ser mantidas ajustadas aos batentes. As portas da área de preparação e armazenamento de alimentos devem ser dotadas de fechamento automático. As aberturas externas das áreas de armazenamento e preparação de alimentos, inclusive o sistema de exaustão, devem ser providas de telas milimetradas para impedir o acesso de vetores e pragas urbanas. As telas devem ser removíveis para facilitar a limpeza periódica.

QUESTÃO 23

Sobre a higienização de instalações, equipamentos, móveis e utensílios relacionadas às boas práticas para serviços de alimentação, marque a alternativa **FALSA**.

- A) Os produtos saneantes utilizados devem estar regularizados pelo Ministério da Saúde. A diluição, o tempo de contato e modo de uso/aplicação dos produtos saneantes não devem obedecer às instruções recomendadas pelo fabricante. Os produtos saneantes não devem ser identificados e guardados em local reservado para essa finalidade.
- B) Os produtos saneantes utilizados devem estar regularizados pelo Ministério da Saúde. A diluição, o tempo de contato e modo de uso/aplicação dos produtos saneantes devem obedecer às instruções recomendadas pelo fabricante. Os produtos saneantes devem ser identificados e guardados em local reservado para essa finalidade.
- C) Os utensílios e equipamentos utilizados na higienização devem ser próprios para a atividade e estar conservados, limpos e disponíveis em número suficiente e guardados em local reservado para essa finalidade. Os utensílios utilizados na higienização de instalações devem ser distintos daqueles usados para higienização das partes dos equipamentos e utensílios que entrem em contato com o alimento.
- D) Os funcionários responsáveis pela atividade de higienização das instalações sanitárias devem utilizar uniformes apropriados e diferenciados daqueles utilizados na manipulação de alimentos.

QUESTÃO 24

De acordo com a Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004, assinale a opção **FALSA** acerca dos manipuladores.

- A) Os manipuladores devem ter asseio pessoal, apresentando-se com uniformes compatíveis à atividade, conservados e limpos. Os uniformes devem ser trocados, no mínimo, semanalmente e usados exclusivamente nas dependências internas do estabelecimento. As roupas e os objetos pessoais devem ser guardados em local específico e reservado para esse fim.
- B) Os manipuladores devem lavar cuidadosamente as mãos ao chegar ao trabalho, antes e após manipular alimentos, após qualquer interrupção do serviço, após tocar materiais contaminados, após usar os sanitários e sempre que se fizer necessário. Devem ser afixados cartazes de orientação aos manipuladores sobre a correta lavagem e antissepsia das mãos e demais hábitos de higiene, em locais de fácil visualização, inclusive nas instalações sanitárias e lavatórios.
- C) Os visitantes devem cumprir os requisitos de higiene e de saúde estabelecidos para os manipuladores.
- D) Os manipuladores devem usar cabelos presos e protegidos por redes, toucas ou outro acessório apropriado para esse fim, não sendo permitido o uso de barba. As unhas devem estar curtas e sem esmalte ou base. Durante a manipulação, devem ser retirados todos os objetos de adorno pessoal e a maquiagem.

**QUESTÃO 25**

Observe os itens a seguir relacionados sobre o Diabetes.

I. Doença provocada pela deficiência de produção e/ou de ação da insulina, que leva a sintomas agudos e a complicações crônicas características.

II. O distúrbio envolve o metabolismo da glicose, das gorduras e das proteínas e tem graves conseqüências tanto quando surge rapidamente como quando se instala lentamente.

III. Hodiernamente, essa doença se constitui em problema de saúde pública pelo número de pessoas que apresentam a doença, principalmente no Brasil.

É correto o que se afirma em:

- A) II
- B) I, II e III
- C) I e II
- D) II e III

QUESTÃO 26

O Diabetes Mellitus tipo II é:

- A) Ocasionado pela destruição da célula beta do pâncreas, em geral por decorrência de doença auto-imune, levando a deficiência absoluta de insulina.
- B) É uma circunstância na qual a doença é diagnosticada durante a gestação, em paciente sem aumento prévio da glicose.
- C) Provocado predominantemente por um estado de resistência à ação da insulina associado a uma relativa deficiência de sua secreção.
- D) As alternativas "A", "B" e "C" estão corretas.

QUESTÃO 27

São sintomas do aumento da glicemia, **EXCETO**:

- A) Fadiga, fraqueza, tonturas.
- B) Diminuição do volume da urina.
- C) Aumento de apetite.
- D) Aumento de apetite.

QUESTÃO 28

Assinale a alternativa **CORRETA** sobre a microbiologia dos alimentos.

- A) Os microrganismos são os principais causadores de contaminação de alimentos e causadores de toxi-infecções alimentares.
- B) Microrganismos benéficos tais como os probióticos estão se tornando importantes na ciências dos alimentos.
- C) Microbiologia de alimentos é o estudo dos microorganismos que habitam, crescem e contaminam os alimentos. Os alimentos de maior importância neste estudo são os que causam a deterioração dos alimentos.
- D) Todas as alternativas anteriores estão corretas.

QUESTÃO 29

São exemplos de microrganismos:

- I. Vírus
- II. Bactérias.
- III. Fungos.
- IV. Protozoários.

A quantidade de itens **INCORRETOS** é:

- A) 0
- B) 2
- C) 3
- D) 4

QUESTÃO 30

Assinale a alternativa **FALSA** sobre o processo da Fermentação.

- A) A Fermentação é um método largamente utilizado para a produção de alimentos.
- B) As leveduras são usadas na produção de pão, cerveja, vinho, aguardente.
- C) Algumas variedades de queijo necessitam de bolores e outros microrganismos para maturar e desenvolver suas características de aromas.
- D) A fermentação de alimentos é uma técnica usada pelo homem desde a antiguidade. Estes alimentos são melhorados em sabor, aroma, textura e, em alguns casos, elevar a digestibilidade e prover benefícios à saúde. Para vegetarianos esses alimentos não servem como um palatável e substituto de proteína de origem animal.

QUESTÃO 31

A respeito dos Probióticos, marque a alternativa **ERRADA**.

- A) Probióticos são microrganismos vivos que quando consumidos promovem benefícios à saúde além de suas propriedades nutricionais inerentes.
- B) Existem crescentes evidências da ação destes microrganismos em infecções gastrointestinais, síndrome do intestino irritável e doença do intestino inflamado.
- C) As Bifidobactérias exercem amplos benefícios à saúde, excluindo a regulação da homeostase microbiana intestinal através da inibição de bactérias patogênicas que possam colonizar ou infectar a mucosa intestinal, da modulação da resposta imune local e sistêmica, da repressão da atividade enzimática da microbiota procariogênica, da produção de vitaminas, e da biotransformação de diversos compostos alimentares em moléculas bioativas
- D) As espécies do gênero Bifidobacterium são considerados como importantes probióticos e são usados na indústria alimentícia para diminuir e tratar muitos distúrbios intestinais.

**QUESTÃO 32**

A promoção da alimentação saudável nas escolas será feita com base nos seguintes eixos prioritários, dentre outros:

- I. Ações de educação alimentar e nutricional, considerando os hábitos alimentares como expressão de manifestações culturais regionais e nacionais.
- II. Estímulo à produção de hortas escolares para a realização de atividades com os alunos e a utilização dos alimentos produzidos na alimentação ofertada na escola.
- III. Estímulo à implantação de boas práticas de manipulação de alimentos nos locais de produção e fornecimento de serviços de alimentação do ambiente escolar.
- IV. Restrição ao comércio e à promoção comercial no ambiente escolar de alimentos e preparações com altos teores de gordura saturada, gordura trans, açúcar livre e sal e incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras.

Está correto o que se afirma em:

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

QUESTÃO 33

Para alcançar uma alimentação saudável no ambiente escolar, devem-se implementar algumas ações, como:

- I. Desenvolver um programa contínuo de promoção de hábitos alimentares saudáveis, considerando o monitoramento do estado nutricional das crianças, com ênfase no desenvolvimento de ações de prevenção e controle dos distúrbios nutricionais e educação nutricional.
- II. Incorporar o tema alimentação saudável no projeto político pedagógico da escola, perpassando todas as áreas de estudo e propiciando experiências no cotidiano das atividades escolares.
- III. Definir estratégias, em conjunto com a comunidade escolar, para favorecer escolhas saudáveis.
- IV. Estimular e auxiliar os serviços de alimentação da escola na divulgação de opções saudáveis e no desenvolvimento de estratégias que possibilitem essas escolhas.

A quantidade de itens corretos é:

- A) 1
- B) 2
- C) 3
- D) 4

QUESTÃO 34

Assinale a alternativa **INCORRETA** acerca das dislipidemias.

- A) Dislipidemias, também chamadas de hiperlipidemias, referem-se ao aumento dos lipídios (gordura) no sangue, principalmente do colesterol e dos triglicerídeos.
- B) Inúmeros trabalhos científicos mostram que a uma dieta constituída de muita gordura, colesterol, excesso de calorias e poucas fibras é o que mais eleva os lipídeos na população.
- C) A normalização e manutenção do peso normal é muito importante no tratamento das dislipidemias.
- D) A grande maioria do colesterol que temos circulando no sangue é fabricado pelo coração.

QUESTÃO 35

As dislipidemias podem ser primárias devidas a causas genéticas e por influência ambiental devido à dieta inadequada e/ou sedentarismo e secundárias a algumas doenças ou fatores de risco como:

- I. Hepatopatia.
- II. Obesidade.
- III. Alcoolismo.
- IV. Fumo.

Está correto o que se afirma em:

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

QUESTÃO 36

São diretrizes da alimentação escolar:

- A) A inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional.
- B) O emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos e para a melhoria do rendimento escolar, em conformidade com a sua faixa etária e seu estado de saúde, inclusive dos que necessitam de atenção específica.
- C) A participação da comunidade no controle social, no acompanhamento das ações realizadas pelos Estados, pelo Distrito Federal e pelos Municípios para garantir a oferta da alimentação escolar saudável e adequada.
- D) As alternativas "A", "B" e "C" estão corretas.

**QUESTÃO 37**

Competem à União, por meio do FNDE, autarquia responsável pela coordenação do PNAE, as seguintes atribuições, dentre outras:

- I. Estabelecer as normas gerais de planejamento, execução, controle, monitoramento e avaliação do PNAE.
- II. Realizar a transferência de recursos financeiros visando a execução do PNAE nos Estados, Distrito Federal, Municípios e escolas federais.
- III. Promover a articulação interinstitucional entre as entidades federais envolvidas direta ou indiretamente na execução do PNAE.
- IV. Cooperar no processo de capacitação dos recursos humanos envolvidos na execução do PNAE e no controle social.

Está correto o que se afirma em:

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

QUESTÃO 38

Sobre os alimentos ricos em proteínas, marque a opção **ERRADA**.

- A) Os alimentos mais ricos em proteína são de origem animal como carne, peixe, ovo, leite, queijo e iogurtes, e os de origem vegetal como ervilhas e soja, sendo que as proteínas de origem vegetal são mais completas do que os de origem animal.
- B) A alimentação rica em proteína ajuda a ganhar massa muscular e a queimar gordura, mas o consumo dos alimentos ricos em proteína de origem vegetal é muito importante para quem é vegetariano porque estes alimentos garantem o crescimento dos tecidos, cabelos e unhas.
- C) Os alimentos ricos em proteínas vegetais são as leguminosas como feijão, grão, favas, lentilhas, ervilhas e cereais como o arroz, por exemplo.
- D) Na dieta hiperproteica deve-se comer 1,5 gramas de proteína por quilo de peso corporal por dia, sendo uma boa estratégia para aumentar a massa muscular e definir o corpo, especialmente quando é acompanhada de exercícios para hipertrofia muscular.

QUESTÃO 39

Assinale alternativa **INCORRETA** sobre os aspectos relacionados à obesidade.

- A) Um dos riscos mais preocupantes dos remédios para obesidade é o de se tornar dependente. Por isso, o tratamento medicamentoso da obesidade deve ser acompanhado com rigor e restrito a alguns tipos de pacientes.
- B) A obesidade acontece quando a ingestão alimentar é menor que o gasto energético correspondente.
- C) Como a obesidade é provocada por uma ingestão de energia que supera o gasto do organismo, a forma mais simples de tratamento é a adoção de um estilo de vida mais saudável, com menor ingestão de calorias e aumento das atividades físicas.
- D) Pessoas com obesidade mórbida e comorbidades, como diabetes e hipertensão, podem optar por fazer a cirurgia de redução de estômago para controlar o peso e sair da obesidade.

QUESTÃO 40

Assinale a alternativa **ERRADA** acerca da Hipertensão Arterial.

- A) A Hipertensão Arterial é uma condição de causas multifatoriais que deve receber a atenção e o cuidado de todos.
- B) A pressão alta caracteriza-se pela presença de níveis de pressão arterial elevados associados à alterações no metabolismo do organismo, nos hormônios e nas musculaturas cardíaca e vascular.
- C) A hipertensão arterial (pressão alta) é umas das doenças de maior prevalência na população.
- D) No Brasil, a Sociedade Brasileira de Hipertensão (SBH) estima que haja 30 milhões de hipertensos, cerca de 30% da população adulta. Entretanto, apenas cerca de 30% da população idosa tem hipertensão no Brasil.