

Cadernos de Questões comentadas

Teste de Progresso

Nutrição



FUNDAÇÃO EDUCACIONAL SERRA DOS ÓRGÃOS – FESO

Antônio Luiz da Silva Laginestra
Presidente

Jorge Farah
Vice-Presidente

Luiz Fernando da Silva
Secretário

Carlos Alberto Oliveira Ramos da Rocha
José Luiz da Rosa Ponte
Paulo Cezar Wiertz Cordeiro
Wilson José Fernando Vianna Pedrosa
Vogais

Luis Eduardo Possidente Tostes
Direção Geral

Michele Mendes Hiath Silva
Direção de Planejamento

Solange Soares Diaz Horta
Direção Administrativa

Fillipe Ponciano Ferreira
Direção Jurídica

CENTRO UNIVERSITÁRIO SERRA DOS ÓRGÃOS – UNIFESO

Verônica Santos Albuquerque
Reitora

Marcelo Siqueira Maia Vinagre Mocarzel
Direção de Pós-Graduação, Pesquisa e Extensão

Mariana Beatriz Arcuri
Direção Acadêmica de Ciências da Saúde

Vivian Telles Paim
Direção Acadêmica de Ciências e Humanas e Tecnológicas

Anne Rose Alves Federici Marinho
Direção de Educação a Distância

HOSPITAL DAS CLÍNICAS COSTANTINO OTTAVIANO – HCTCO

Rosane Rodrigues Costa
Direção Geral

CENTRO EDUCACIONAL SERRA DOS ÓRGÃOS – CESO

Roberta Franco de Moura Monteiro
Direção

CENTRO CULTURAL FESO PROARTE – CCFP

Edenise da Silva Antas
Direção

Copyright© 2025
Direitos adquiridos para esta edição pela Editora UNIFESO

EDITORA UNIFESO

Comitê Executivo

Marcelo Siqueira Maia Vinagre Mocarzel (Presidente)

Conselho Editorial e Deliberativo

Marcelo Siqueira Maia Vinagre Mocarzel

Mariana Beatriz Arcuri

Verônica dos Santos Albuquerque

Vivian Telles Paim

Assistente Editorial

Matheus Moreira Nogueira

Formatação

Matheus Moreira Nogueira

Capa

Gerência de Comunicação

C389 Centro Universitário Serra dos Órgãos.
Caderno de questões comentadas do Teste de Progresso: Nutrição / Centro
Universitário Serra dos Órgãos. -- Teresópolis: UNIFESO, 2025.
73 p.: il. color.

ISBN 978-65-5320-034-0

1. Teste de Progresso. 2. Avaliação do Desempenho Discente.
3. Nutrição. 4. Unifeso. I. Título.

CDD 378.8153

EDITORA UNIFESO

Avenida Alberto Torres, nº 111

Alto - Teresópolis - RJ - CEP: 25.964-004

Telefone: (21) 2641-7184

E-mail: editora@unifeso.edu.br

Endereço Eletrônico: <http://www.unifeso.edu.br/editora/index.php>

APRESENTAÇÃO

O Teste de Progresso consiste em um instrumento avaliativo que foi desenvolvido na década de setenta nas Escolas de Medicina da Universidade Kansas, nos EUA, e de Limburg, na Holanda. No Brasil sua primeira aplicação se deu em sessenta cursos de Medicina no ano de 1999. No UNIFESO, esse teste é aplicado desde o ano de 2007 para os cursos de Graduação em Medicina, Enfermagem e Odontologia e a partir do ano de 2008 para os demais. No curso de Graduação em Nutrição, o teste é aplicado a todos os discentes, mantendo-se a complexidade das questões para todos os períodos. São cinquenta questões de múltipla escolha, sendo dez de conhecimento geral e quarenta de conhecimento específico formuladas e/ou escolhidas pelo nosso corpo docente, que contém como base os conteúdos programáticos dos cinco anos do curso e fundamentadas pelas Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs).

O Teste de Progresso permite que seja avaliada a evolução do estudante, bem como das turmas, ao longo do curso. Serve também como alicerce para constantes reavaliações curriculares e dos processos avaliativos aplicados, favorecendo a elaboração de novas estratégias, quando necessário. Sendo assim, podemos considerá-lo um instrumento fundamental para a garantia de uma auto-avaliação pelos discentes e pelo curso como um todo.

ORGANIZADOR

Ariane Cristina Thoaldo Romeiro

AUTORES

Amanda Caroline Cunha Figueiredo

Amanda da Silva Franco

Ariane Cristina Thoaldo Romeiro

Beatriz de Andrade Ripper

Camilla Pereira Dias da Rocha

Carlos Eduardo de Faria Cardoso

Daniel Alves de Oliveira


Fernanda Torres Quitete

Juliana Giglio Paes Barreto

Monique de Barros Elias Campos

Natalia de Lima Pereira Coelho

Taina Marques Moreira

	PRESENCIAL CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO			NOTA FINAL
	Aluno:			
	Componente Curricular: CONHECIMENTOS GERAIS e CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS			
	Professor (es):			
	Período: 202501	Turma:	Data: 29/05/2025	

TESTE DE PROGRESSO 2025 - NUTRIÇÃO

RELATÓRIO DE DEVOLUTIVA DE PROVA PROVA 10356 - CADERNO 001

1ª QUESTÃO

Enunciado:

TEXTO 1:

A Inteligência Artificial (IA) generativa é capaz de criar novos dados, únicos, que possibilitam aprender por conta própria, indo além do que a tecnologia tradicional proporciona, visto que esta precisa de intervenção humana. Um exemplo da IA generativa é o ChatGPT, que pode gerar imagens, músicas e textos completamente novos. Entre outras coisas, por meio da IA generativa, é possível elaborar modelos de previsão de testes clínicos, realizar a identificação de padrões em exames médicos e, ainda, auxiliar no diagnóstico de doenças.

Disponível em: <https://olhardigital.com.br/2023/07/12/internet-e-redes-sociais/inteligencia-artificial-generativa-o-que-ecomo-funciona-e-onde-usar/>. Acesso em: 2 ago. 2023 (adaptado).

TEXTO 2:

Acredita-se que a tecnologia de IA generativa será disruptiva e, portanto, capaz de alterar drasticamente a maneira como o ser humano se relaciona com as máquinas. O uso da IA generativa pode causar importante revolução no segmento de produção de conteúdo. Muitas dessas consequências poderão ser maléficas para diversos setores da sociedade. Além do mau uso dessa tecnologia e das questões éticas, avalia-se que ela pode agravar a desigualdade econômico-social, tanto entre nações quanto entre indivíduos da mesma nação.

Disponível em: <https://canaltech.com.br/inteligencia-artificial/o-que-e-ia-generativa/>. Acesso em: 2 ago. 2023 (adaptado).

Considerando os textos apresentados, é correto afirmar que a IA generativa

Alternativas:**(alternativa A)**

restringe o aprendizado ao que é legalmente estabelecido e útil ao ser humano, o que facilita seu modo de agir no mundo do conhecimento e do trabalho.

(alternativa B)

estimula o desenvolvimento intelectual dos seres humanos, uma vez que ela assume parte do conhecimento, resolvendo problemas antes delegados apenas a especialistas.

(alternativa C)

gera pouco impacto socioeconômico em países com elevado desenvolvimento tecnológico, pois, neles, os processos de criação e inovação já estão bem consolidados.

(alternativa D)

promove a igualdade econômico-social ao substituir o ser humano no exercício de profissões cujas atividades sejam repetitivas e exijam pouco conhecimento.

(alternativa E) (CORRETA)

proporciona novos recursos de linguagem que geram tecnologias capazes de realizar interações próprias dos seres humanos.

Resposta comentada:

ENADE 2023 - QUESTÃO 4

Feedback:

--

2ª QUESTÃO**Enunciado:**

Nos últimos anos, a busca por fontes de energia renovável tem se intensificado no cenário global, especialmente por conta dos impactos das mudanças climáticas e da crescente preocupação com a dependência de combustíveis fósseis. Além disso, a transição para fontes de energia limpa tem gerado novas dinâmicas geopolíticas, onde países ricos em recursos naturais renováveis se tornam protagonistas no fornecimento de energia. Um exemplo disso é a crescente produção de energia solar no Oriente Médio e a aposta da União Europeia em energia eólica.

Com base nesse contexto, qual das alternativas a seguir reflete corretamente um impacto geopolítico relacionado ao uso de energia renovável?

Alternativas:**(alternativa A)**

A produção de energia eólica no Brasil contribui para uma diminuição do papel do petróleo no mercado global, diminuindo a influência dos países produtores de petróleo.

(alternativa B)

A transição para energia renovável enfraquece a influência geopolítica de países da América Latina, uma vez que o petróleo e o gás, que são suas principais exportações, não são mais necessários.

(alternativa C)

O aumento da produção de biocombustíveis no mundo resulta em uma diminuição do poder geopolítico dos Estados Unidos, que depende da importação de petróleo para suprir suas necessidades energéticas.

(alternativa D) (CORRETA)

A produção de energia solar em países como a Arábia Saudita fortalece o papel do Oriente Médio na geopolítica energética, uma vez que o país passa a diversificar sua matriz energética e diminuir sua dependência do petróleo.

(alternativa E)

A crescente dependência da energia solar na União Europeia leva a uma maior dependência da Rússia, que é líder na produção de tecnologia solar.

Resposta comentada:

a): Incorreta. Embora o Brasil tenha avançado em produção de energia eólica, não é esse o fator principal que diminui a influência dos países produtores de petróleo, como os do Oriente Médio. A principal razão pela qual a influência do petróleo pode ser afetada é a transição global para energias renováveis e não apenas o desenvolvimento de energia eólica em um único país.

b): Correta. A Arábia Saudita tem investido pesadamente em energia solar como parte de sua estratégia para diversificar sua economia e reduzir a dependência do petróleo. Isso, por sua vez, fortalece o papel do Oriente Médio na geopolítica energética, pois a região, rica em recursos solares, se posiciona como uma nova potência em energias renováveis.

c): Incorreta. A União Europeia tem investido fortemente em energia solar, mas não é a Rússia que lidera a produção de tecnologia solar. Pelo contrário, a Europa tem buscado se tornar mais autossuficiente em termos de energias renováveis, sem depender excessivamente da Rússia.

d): Incorreta. Embora a transição para energias renováveis impacte a demanda por petróleo e gás, isso não enfraquece automaticamente a geopolítica dos países latino-americanos. Muitos desses países ainda possuem vastos recursos naturais que podem ser explorados de outras formas, como minerais e metais raros, que são essenciais para as tecnologias de energias renováveis.

e): Incorreta. A produção de biocombustíveis, embora importante, não diminui o poder geopolítico dos Estados Unidos. Na verdade, os EUA são um dos maiores produtores de biocombustíveis do mundo, e isso pode até fortalecer sua posição geopolítica, uma vez que o país é um importante fornecedor de fontes alternativas de energia.

Feedback:

--

3ª QUESTÃO**Enunciado:**

No Brasil, os idosos têm sido cada vez mais obrigados a permanecer no trabalho formal ou informal, mesmo após a aposentadoria, visto que os recursos provenientes desta, na maioria dos casos, são insuficientes para a manutenção dos indivíduos. Um fator que pode ter agravado essa situação foi a aprovação da reforma previdenciária de 2019, que modificou as regras de idade e contribuição para o acesso ao direito ao benefício da aposentadoria. Tal mudança pode ter resultado em um número ainda maior de idosos que disputam com as populações jovens e com sistemas de automação, no mercado atual, o trabalho precarizado. Essa situação contribui para o acirramento do preconceito contra essa faixa etária, denominado etarismo. Considerando o texto apresentado, avalie as afirmações a seguir.

- I. O conceito de etarismo fundamenta-se no fato de os idosos terem capacidade de trabalho reduzida e imporem custo elevado à previdência social, o que compromete a sua sustentabilidade econômica.
- II. As ações legislativas que visem ao prolongamento do tempo de atuação da população idosa no mercado de trabalho devem ser acompanhadas por uma política de promoção da saúde e da qualidade de vida.
- III. As ações intergeracionais no mercado de trabalho têm como premissa o desenvolvimento de tecnologias que dotem o idoso de capacidade de trabalho equivalente à de seus colegas jovens.

É correto o que se afirma em:

Alternativas:**(alternativa A)**

III, apenas.

(alternativa B)

I e III, apenas.

(alternativa C)

I, II e III.

(alternativa D) (CORRETA)

II, apenas.

(alternativa E)

I e II, apenas.

Resposta comentada:

ENADE 2023 - QUESTÃO 7

Feedback:

--

4ª QUESTÃO

Enunciado:

O município de Teresópolis, localizado na região serrana do Rio de Janeiro, tem histórico de tragédias causadas por chuvas intensas, resultando em deslizamentos de terra e inundações que afetam severamente a população, especialmente aquela residente em áreas de risco. O Direito à Cidade, um conceito amplamente discutido no âmbito dos direitos humanos, inclui o direito à moradia segura e ao bem-estar urbano. Diante desse cenário, é crucial analisar políticas públicas que possam mitigar os impactos das intempéries climáticas.

Após fortes chuvas, Teresópolis enfrentou novamente deslizamentos e inundações, deixando dezenas de pessoas desabrigadas. A prefeitura está buscando implementar uma política que respeite o Direito à Cidade, minimizando os riscos para a população em futuros eventos climáticos extremos.

Analise entre diferentes abordagens de políticas públicas, as alternativas abaixo e identifique qual delas melhor reflete uma solução alinhada ao Direito à Cidade, considerando a prevenção de tragédias relacionadas às chuvas em Teresópolis, RJ.

Alternativas:**(alternativa A)**

Promover campanhas de conscientização sobre os riscos das chuvas, sem intervenções físicas no ambiente urbano.

(alternativa B) (CORRETA)

Desenvolver um programa de realocação de famílias das áreas de alto risco para bairros com infraestrutura segura e sustentável.

(alternativa C)

Construir mais casas em áreas de risco para abrigar rapidamente as vítimas das enchentes.

(alternativa D)

Investir exclusivamente em sistemas de drenagem nas áreas centrais da cidade, onde o comércio é mais afetado.

(alternativa E)

Aumentar a fiscalização temporária durante os períodos de chuva, sem alterar a estrutura urbana permanente.

Resposta comentada:

A alternativa c) apresenta uma solução que não apenas oferece uma resposta imediata ao problema, mas também uma abordagem preventiva e sustentável, alinhada ao conceito do Direito à Cidade. Ela garante moradia segura, promove o bem-estar urbano e reduz a vulnerabilidade da população frente a desastres naturais, respeitando os princípios dos direitos humanos e a necessidade de uma cidade segura e inclusiva.

a) Construir mais casas em áreas de risco para abrigar rapidamente as vítimas das enchentes.

Esta alternativa está incorreta porque construir casas em áreas de risco não resolve o problema a longo prazo e pode, de fato, aumentar a vulnerabilidade da população. O Direito à Cidade inclui o direito à moradia segura, e construir em locais propensos a desastres naturais contraria esse princípio, expondo ainda mais as pessoas a perigos futuros.

b) Investir exclusivamente em sistemas de drenagem nas áreas centrais da cidade, onde o comércio é mais afetado.

A alternativa é inadequada porque foca apenas nas áreas comerciais centrais, negligenciando as regiões periféricas onde a população vulnerável frequentemente reside. Para respeitar o Direito à Cidade, as soluções devem ser inclusivas e equitativas, abordando as necessidades de todos os cidadãos, especialmente aqueles em maior risco de desastres naturais.

d) Aumentar a fiscalização temporária durante os períodos de chuva, sem alterar a estrutura urbana permanente.

Esta opção não é eficaz porque medidas temporárias de fiscalização não modificam as condições estruturais que levam a deslizamentos e inundações. O Direito à Cidade requer soluções sustentáveis e permanentes que assegurem a segurança e o bem-estar da população, não apenas durante os períodos de emergência, mas de forma contínua.

e) Promover campanhas de conscientização sobre os riscos das chuvas, sem intervenções físicas no ambiente urbano.

Embora a conscientização seja importante, a alternativa não oferece uma solução concreta para proteger fisicamente a população dos impactos das chuvas. Informar sobre os riscos é apenas uma parte do processo; sem intervenções físicas, como realocações e melhorias na infraestrutura, a população vulnerável continua exposta a graves riscos, o que não atende ao Direito à Cidade e à segurança dos cidadãos.

Feedback:

Autor:

Victor Claudio Oliveira

5ª QUESTÃO

Enunciado:

Em 2024, o Brasil enfrentou uma das piores crises de incêndios florestais de sua história. Dados do Instituto Nacional de Pesquisas Espaciais (INPE) revelaram que o país registrou 278.299 focos de incêndio, representando um aumento de 46,5% em relação ao ano anterior. A maior parte dos incêndios ocorreu na Amazônia, com 140.346 focos, seguida pelo Cerrado, com 81.468 focos

<https://www.cnnbrasil.com.br/nacional/brasil-registrou-2783-mil-focos-de-incendio-em-2024-diz-inpe/>

Além disso, o Monitor do Fogo do MapBiomas indicou que 73% da área queimada correspondia a vegetação nativa, incluindo florestas e savanas. Esse cenário foi exacerbado por uma seca extrema, considerada a pior dos últimos 74 anos, agravada pelo fenômeno climático El Niño .

<https://www.brasildefato.com.br/2024/09/14/70-das-queimadas-no-brasil-em-2024-destruiram-vegetacao-nativa/>

A crise teve impactos significativos, como o aumento das emissões de gases de efeito estufa e a degradação de ecossistemas essenciais para a biodiversidade e o equilíbrio climático.

Com base nas informações apresentadas, é correto afirmar que:

Alternativas:**(alternativa A)**

A seca extrema de 2024 foi um fenômeno natural isolado, sem relação com o aquecimento global.

(alternativa B)

O fenômeno El Niño não teve influência nos incêndios de 2024, que foram causados apenas por práticas agrícolas.

(alternativa C) (CORRETA)

A maior parte da área queimada correspondeu a vegetação nativa, indicando um impacto ambiental significativo.

(alternativa D)

O aumento dos focos de incêndio foi exclusivamente causado por ações criminosas, sem influência de fatores climáticos.

(alternativa E)

O aumento das queimadas em 2024 foi menor do que o registrado em 2023, indicando uma tendência de melhora.

Resposta comentada:

A maior parte da área queimada correspondeu a vegetação nativa, indicando um impacto ambiental significativo.

Feedback:

--

6ª QUESTÃO**Enunciado:**

Texto I

Segundo o Ministério da Saúde, em 2017 o Brasil registrou uma média nacional de 5,7 óbitos para 100 mil habitantes. Na população indígena, foi registrado um número de óbitos três vezes maior que a média nacional – 15,2. Destes registros, 44,8% (aproximadamente, 6,8 óbitos), são suicídios de crianças e adolescentes entre 10 e 19 anos. Esses dados contrastam com o panorama nacional, em que o maior índice é entre adolescentes e adultos de 15 a 20 anos.

Disponível em: <https://www.cvv.org.br/blog/o-suicidio-do-povo-indigena/>. Acesso em: 30 de abr. 2020 (adaptado).

Texto II:

Evidências apontam que, em determinadas minorias étnico-raciais, como os indígenas (aborígenes ou populações nativas), o suicídio entre crianças apresenta taxas bem mais elevadas do que as observadas na população geral. No Brasil, o enfocamento foi utilizado mais frequentemente entre indígenas do que entre não indígenas, não se observando, no primeiro grupo, suicídios por intoxicação ou por armas de fogo. O mapa a seguir apresenta a distribuição dos óbitos por suicídio entre crianças e adolescentes indígenas no Brasil, entre os anos de 2010 e 2014.



SOUZA, M. Mortalidade por suicídio entre crianças indígenas no Brasil. *Caderno de Saúde Pública*, v.35, Rio de Janeiro, 2019 (adaptado).

Considerando as informações apresentadas e o alto índice de suicídio da população indígena, avalie as afirmações a seguir.

- I. O elevado índice de suicídios entre crianças e adolescentes indígenas no país evidencia a necessidade de ações com foco nos direitos fundamentais desses indivíduos.
- II. Os estados do Pará e de Tocantins são os que possuem os maiores índices de suicídio de indígenas na faixa etária de 10 a 14 anos.
- III. Os povos das tribos originárias do Brasil, no que tange a sua história e preservação cultural, não estão amparados por direitos e garantias constitucionais.
- IV. O estabelecimento de ações preventivas ao suicídio nas comunidades indígenas deve considerar os elementos globais que afetam a população em geral, na faixa etária entre 15 e 20 anos.

É correto apenas o que se afirma em

Alternativas:
(alternativa A) (CORRETA)

I.

(alternativa B)

I e III.

(alternativa C)

II e IV.

(alternativa D)

II.

(alternativa E)

III e IV.

Resposta comentada:
ENADE 2021 - QUESTÃO 5

Feedback:

--

7ª QUESTÃO

Enunciado:

Em 2019, a violência armada foi três vezes maior para a população negra, em comparação com a não negra, tanto para a população geral quanto para o grupo jovem (entre 15 e 29 anos de idade). Quanto à taxa de mortalidade por 100 mil habitantes no grupo de pessoas com até 14 anos de idade, destaca-se, da mesma forma, a desigualdade na vitimização de crianças e adolescentes negros por agressão com arma de fogo, com taxa 3,6 vezes maior do que a de não negros em 2019.

INSTITUTO SOU DA PAZ. Violência armada e racismo: o papel da arma de fogo na desigualdade racial. Disponível em: <https://soudapaz.org>. Acesso em: 6 jul. 2022 (adaptado).

Considerando as informações apresentadas, avalie as asserções a seguir e a relação proposta entre elas.

O fator racial é um importante condicionante na análise de dados relativos a homicídios e violência no Brasil na população de adolescentes e jovens.

PORQUE

A população negra sofre mais violência do que a população não negra, em razão do racismo estrutural existente no país, além de outras vulnerabilidades sociais associadas a essa forma de preconceito.

A respeito dessas asserções, assinale a opção correta.

Alternativas:**(alternativa A)**

As asserções I e II são proposições verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.

(alternativa B)

As asserções I e II são proposições falsas.

(alternativa C)

A asserção I é uma proposição falsa, e a II é uma proposição verdadeira.

(alternativa D)

A asserção I é uma proposição verdadeira, e a II é uma proposição falsa.

(alternativa E) (CORRETA)

As asserções I e II são proposições verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.

Resposta comentada:

ENADE 2022 - QUESTÃO 3

Feedback:

--

8ª QUESTÃO**Enunciado:**

Nos últimos anos, a inteligência artificial (IA) tem sido uma força transformadora no mercado de trabalho e em diversos setores da economia, como saúde, transporte e finanças. A automação de processos, a utilização de algoritmos para análise de dados e o desenvolvimento de sistemas autônomos têm trazido mudanças significativas nas dinâmicas de trabalho, no cotidiano das pessoas e nas formas de interação com a tecnologia.

Por exemplo, na saúde, a IA tem sido empregada para automatizar diagnósticos médicos, realizar cirurgias assistidas por robôs e personalizar tratamentos com base em dados genéticos. No setor de transporte, os carros autônomos e os sistemas de logística baseados em IA estão reformulando a maneira como as pessoas se deslocam e como as mercadorias são transportadas. Já nas finanças, algoritmos de IA são utilizados para prever mercados financeiros, realizar transações automáticas e melhorar a avaliação de crédito.

Apesar das melhorias em eficiência e da criação de novas oportunidades de trabalho em áreas emergentes, surgem preocupações sobre o impacto da IA na substituição de empregos tradicionais, principalmente em áreas que dependem de tarefas repetitivas e de baixo valor agregado. Além disso, a dependência crescente de sistemas autônomos e algoritmos levanta questões sobre a segurança, privacidade e ética no uso dessas tecnologias.

Com base nesse contexto, qual das alternativas a seguir descreve corretamente um dos impactos principais da inteligência artificial no mercado de trabalho e no cotidiano das pessoas?

Alternativas:**(alternativa A)**

A inteligência artificial tem sido amplamente utilizada apenas em setores de alta qualificação, como medicina e finanças, e não possui impacto significativo sobre as funções de baixo valor agregado, como as realizadas por trabalhadores em fábricas e no transporte.

(alternativa B)

O impacto da IA no mercado de trabalho se limita à automação de tarefas repetitivas, não gerando nenhuma mudança significativa no cotidiano das pessoas, que continuam a trabalhar nas mesmas condições, sem mudanças nos setores como transporte, educação ou segurança pública.

(alternativa C)

A utilização de IA em setores como transporte e saúde não gera preocupações em relação à ética e segurança, pois os sistemas autônomos e os algoritmos são totalmente infalíveis e não apresentam riscos relacionados à privacidade ou à dependência tecnológica.

(alternativa D)

A IA no setor de saúde está tornando os tratamentos médicos mais acessíveis, pois pode realizar diagnósticos e procedimentos de forma mais rápida e eficiente, sem prejudicar a relação médico-paciente ou a personalização do atendimento.

(alternativa E) (CORRETA)

A implementação crescente de IA nas áreas de transporte, saúde e finanças está criando novas oportunidades de emprego em funções especializadas, mas também provocando a substituição de empregos tradicionais, exigindo a adaptação da força de trabalho para lidar com essas mudanças.

Resposta comentada:

a): Incorreta. A inteligência artificial não está restrita apenas a setores de alta qualificação, como medicina e finanças. Ao contrário, ela está sendo amplamente aplicada em setores que envolvem tarefas repetitivas e de baixo valor agregado, como fábricas e transporte. A automação de tarefas nessas áreas pode substituir uma grande parte da força de trabalho humana, gerando desemprego estrutural e exigindo requalificação profissional. Portanto, a IA tem impacto direto em uma ampla gama de funções, não se limitando aos setores de alta qualificação.

b): Incorreta. Embora a IA esteja trazendo avanços significativos no setor de saúde, como diagnósticos mais rápidos e tratamentos personalizados, ela também levanta preocupações quanto à desumanização do atendimento médico. A substituição de interações humanas por diagnósticos automatizados pode prejudicar a relação médico-paciente e a empatia, que são fundamentais para a eficácia de muitos tratamentos. Portanto, a utilização de IA não é totalmente isenta de riscos, especialmente no que diz respeito à humanização do cuidado.

c): Incorreta. A afirmação de que o impacto da IA no mercado de trabalho se limita à automação de tarefas repetitivas e não gera mudanças no cotidiano das pessoas é simplista e errônea. A IA está mudando drasticamente o mercado de trabalho, afetando desde a organização do trabalho em fábricas até a forma como as pessoas se deslocam e se comunicam. O uso de IA em setores como transporte, saúde e educação está criando novas formas de interação, mas também levantando questões sobre a substituição de empregos e a adaptação dos trabalhadores às novas exigências do mercado.

d): Correta. A implementação crescente de IA nas áreas de transporte, saúde e finanças está, de fato, criando novas oportunidades de emprego em funções especializadas, como analistas de dados, desenvolvedores de algoritmos e especialistas em IA. No entanto, isso também está provocando a substituição de empregos tradicionais, como motoristas de transporte, operadores de caixa e atendentes, o que exige que os trabalhadores se adaptem a novas funções, muitas vezes requerendo requalificação profissional. Assim, a IA tem tanto aspectos positivos (criação de novas oportunidades) quanto negativos (substituição de empregos tradicionais).

e): Incorreta. A utilização de IA em setores como transporte e saúde gera, sim, preocupações éticas e de segurança, principalmente em relação à privacidade dos dados e à dependência tecnológica. Sistemas autônomos, como carros autônomos e assistentes de saúde baseados em IA, não são infalíveis e podem apresentar falhas, como erros de diagnóstico ou falhas nos sistemas de navegação, com consequências graves. A ética no uso da IA, a segurança de dados e os riscos associados à automação são questões críticas que precisam ser abordadas com cautela.

Feedback:

--

9ª QUESTÃO

Enunciado:

O cinema brasileiro, ao longo de sua história, tem sido profundamente influenciado por aspectos culturais, sociais e históricos que refletem as diversas realidades do Brasil. Desde a era do Cinema Novo nos anos 1960, com seu forte engajamento político e social, até o surgimento de novos movimentos e estilos de produção, o cinema brasileiro tem buscado retratar a complexidade da sociedade brasileira. Filmes como "Central do Brasil" (1998), "Cidade de Deus" (2002), e "Que Horas Ela Volta?" (2015) abordam temas como a desigualdade social, o contexto urbano, as relações de classe e a luta por direitos. Além disso, a representação de culturas regionais e identidades diversas também é uma marca presente na produção cinematográfica nacional.

Com isso, a cultura brasileira se reflete de várias formas no cinema, seja pela representação de suas músicas, culinárias, danças, costumes e outras manifestações culturais que têm forte apelo popular. A seguir, analise as alternativas sobre as influências culturais no cinema brasileiro.

Qual das alternativas a seguir melhor descreve uma característica das influências culturais no cinema brasileiro?

Alternativas:**(alternativa A) (CORRETA)**

Filmes como "Cidade de Deus" e "Central do Brasil" representam a realidade das favelas e das periferias urbanas, abordando temas como a desigualdade social e a luta por um futuro melhor, refletindo a complexidade social do Brasil.

(alternativa B)

O cinema brasileiro tem se dedicado apenas a representar questões históricas, sem explorar aspectos contemporâneos da sociedade, como a vida urbana e as questões de gênero.

(alternativa C)

O cinema brasileiro tem mantido um foco exclusivo na cultura elitista e nas experiências da classe média alta, ignorando a diversidade cultural do Brasil, especialmente as camadas populares.

(alternativa D)

O cinema brasileiro tem constantemente se afastado das questões sociais e culturais do país, preferindo retratar histórias universais sem qualquer ligação com a realidade brasileira.

(alternativa E)

O cinema brasileiro tem se limitado a representar apenas as grandes metrópoles, deixando de fora as questões sociais e culturais das regiões Norte e Nordeste do Brasil.

Resposta comentada:

Alternativa a): Incorreta. Embora o cinema brasileiro tenha tido, historicamente, um foco considerável nas grandes cidades, principalmente no Rio de Janeiro e São Paulo, muitos filmes também têm retratado a realidade das regiões Norte e Nordeste. Exemplos como *O Som ao Redor* (2012) e *O Céu de Suely* (2006) demonstram o interesse de cineastas em explorar diferentes realidades culturais e sociais além das grandes metrópoles. Portanto, essa afirmação não é precisa.

Alternativa b): Incorreta. O cinema brasileiro, ao contrário, tem se aprofundado cada vez mais em questões sociais e culturais específicas do Brasil, como a desigualdade social, o preconceito, e a luta por direitos. Filmes como *Que Horas Ela Volta?* (2015) e *Bacurau* (2019) refletem a realidade do país, e não se afastam das questões culturais brasileiras, muito pelo contrário, as abordam de maneira intensa e específica.

Alternativa c): Correta. Filmes como *Cidade de Deus* (2002) e *Central do Brasil* (1998) são marcos do cinema brasileiro justamente porque abordam as realidades das favelas e periferias urbanas, refletindo temas como a desigualdade social e as dificuldades da classe trabalhadora, ao mesmo tempo que exploram a busca de personagens por um futuro melhor. Essas obras refletem a complexidade social e cultural do Brasil de forma autêntica, capturando as nuances das classes populares e sua luta por sobrevivência e dignidade.

Alternativa d): Incorreta. O cinema brasileiro, embora tenha abordado temas históricos, também tem explorado aspectos contemporâneos da sociedade, como a vida urbana, questões de gênero, e os conflitos de classe. Filmes como *Que Horas Ela Volta?* (2015), por exemplo, abordam questões de classe e gênero no Brasil moderno. Portanto, a ideia de que o cinema brasileiro se dedica exclusivamente a questões históricas é imprecisa.

Alternativa e): Incorreta. O cinema brasileiro tem se destacado pela sua diversidade cultural e pela representação das classes populares, ao contrário de manter um foco exclusivo na cultura elitista. Filmes como *O Auto da Compadecida* (2000), *Bacurau* (2019) e *A Moreninha* (2017) exploram tanto a cultura popular quanto questões ligadas às camadas mais baixas da sociedade, refletindo uma rica variedade cultural que inclui diferentes regiões do Brasil.

Feedback:

--

10ª QUESTÃO**Enunciado:**

A guerra comercial iniciada pelos Estados Unidos com diversos países tem impactado a economia global e, consequentemente, afetado diferentes segmentos sociais. Especial atenção deve ser dada à população em vulnerabilidade social, que pode sofrer mais diretamente com as consequências econômicas, como aumento de preços e perda de empregos. Os Direitos Humanos, incluindo o direito ao trabalho e à uma vida digna, são colocados em questão quando tais políticas comerciais impactam desproporcionalmente os mais vulneráveis.

Suponha que você é um analista de políticas públicas e precisa avaliar os impactos das tarifas comerciais impostas pelos EUA sobre a população vulnerável de um país em desenvolvimento. Essas tarifas resultaram na elevação do custo de bens essenciais e na redução de oportunidades de exportação, afetando diretamente a estabilidade econômica e social.

Empregando conhecimentos de Direitos Humanos e análise de impacto social, identifique qual das seguintes estratégias seria mais eficaz para proteger a população vulnerável dos efeitos negativos da guerra comercial.

Alternativas:**(alternativa A)**

Promover a liberalização total do comércio para aumentar a competitividade e reduzir preços internos.

(alternativa B)

Implementar subsídios para grandes empresas exportadoras para que mantenham seus lucros.

(alternativa C)

Criar barreiras tarifárias retaliatórias para forçar os EUA a rever suas políticas comerciais.

(alternativa D)

Incentivar a importação de produtos dos EUA para fortalecer o comércio bilateral.

(alternativa E) (CORRETA)

Estabelecer programas de assistência social focados na redução do custo de vida para famílias de baixa renda.

Resposta comentada:

c) Estabelecer programas de assistência social focados na redução do custo de vida para famílias de baixa renda.

A alternativa emprega uma estratégia direta de mitigação dos impactos negativos sobre a população vulnerável, alinhando-se com a aplicação dos princípios dos Direitos Humanos. Ao focar na redução do custo de vida para famílias de baixa renda, o governo pode garantir que esses grupos não sejam desproporcionalmente prejudicados pela guerra comercial, assegurando assim um nível básico de bem-estar e dignidade, que são fundamentais para os Direitos Humanos.

a) Implementar subsídios para grandes empresas exportadoras para que mantenham seus lucros.

Esta alternativa está incorreta porque foca nos interesses das grandes empresas e não diretamente na proteção da população vulnerável. Subsídios para empresas podem ajudar a manter a economia estável, mas não garantem que os benefícios cheguem às pessoas em situação de vulnerabilidade social. Além disso, podem desviar recursos que poderiam ser utilizados para programas sociais mais direcionados.

b) Criar barreiras tarifárias retaliatórias para forçar os EUA a rever suas políticas comerciais.

Esta opção é inadequada porque pode levar a uma escalada da guerra comercial, resultando em mais retaliações e potencialmente aumentando o custo de bens importados necessários. Isso poderia agravar ainda mais a situação econômica e impactar negativamente a população vulnerável, que já enfrenta dificuldades com o aumento do custo de vida.

d) Promover a liberalização total do comércio para aumentar a competitividade e reduzir preços internos.

Embora a liberalização do comércio possa, em teoria, levar a uma redução de preços devido à maior competitividade, essa estratégia não oferece uma proteção imediata e específica para a população vulnerável. Além disso, a remoção de tarifas de proteção pode prejudicar setores industriais locais, resultando potencialmente em perdas de empregos, o que afetaria negativamente os direitos trabalhistas e a segurança econômica dos mais pobres.

e) Incentivar a importação de produtos dos EUA para fortalecer o comércio bilateral.

Esta alternativa não aborda a questão da vulnerabilidade social e pode, na verdade, piorar a situação ao aumentar a dependência de produtos importados. Isso pode levar a um desequilíbrio na balança comercial e a uma possível elevação dos preços de produtos locais, prejudicando a população de baixa renda que depende de bens e serviços essenciais produzidos internamente.

Feedback:

--

11ª QUESTÃO

Enunciado:

Os indicadores prognósticos nutricionais são fundamentais para a avaliação do estado nutricional e para a definição de condutas terapêuticas em pacientes hospitalizados. Parâmetros como a albumina sérica, a contagem total de linfócitos (CTL), o *Nutritional Risk Index* (NRI) ou o Índice de Risco Nutricional (IRN) e o *Prognostic Nutritional Index* (PNI) ou Índice de Prognóstico Nutricional, são frequentemente utilizados para estimar riscos e prognósticos clínicos-nutricionais. Com base nesses conceitos, analise as afirmativas abaixo.

I. O *Nutritional Risk Index* (NRI) utiliza a albumina sérica e a relação entre peso atual e peso usual para estimar o risco nutricional.

II. O *Prognostic Nutritional Index* (PNI) é um indicador que combina a albumina sérica e a contagem total de linfócitos, sendo útil na avaliação do risco de complicações pós-operatórias.

III. A contagem total de linfócitos (CTL) é um marcador altamente específico do estado nutricional e não sofre interferência de processos inflamatórios.

IV. A albumina sérica é um marcador nutricional amplamente utilizado, mas sua interpretação deve considerar fatores como inflamação e estado de hidratação do paciente.

V. A proteína C-reativa (PCR) é um marcador inflamatório que pode ser utilizado para diferenciar desnutrição de processos inflamatórios.

É correto o que se afirma em:

Alternativas:**(alternativa A)**

I, II, III, IV e V.

(alternativa B)

II, III e IV, apenas.

(alternativa C)

I e III, apenas.

(alternativa D) (CORRETA)

I, II, IV e V, apenas.

(alternativa E)

III e V, apenas.

Resposta comentada:

A alternativa CORRETA é: "I, II, IV e V, apenas."

Seguem as correções:

CORRETA - I. O NRI realmente utiliza a albumina sérica e a relação entre peso atual e peso usual para estimar o risco nutricional.

CORRETA - II. O PNI combina albumina sérica e contagem total de linfócitos, sendo útil para avaliar risco cirúrgico e prognóstico nutricional.

INCORRETA - III. A CTL não é altamente específica para o estado nutricional, pois pode ser influenciada por infecções e resposta inflamatória, reduzindo sua precisão como único indicador nutricional.

CORRETA - IV. A albumina sérica é amplamente utilizada, mas sua interpretação deve considerar fatores como processos inflamatórios e hidratação, que podem afetar seus níveis independentemente do estado nutricional.

CORRETA - V. A PCR é um marcador inflamatório e pode auxiliar na diferenciação entre desnutrição e inflamação, já que a desnutrição isolada não eleva a PCR, enquanto processos inflamatórios sim.

Feedback:

Detsky, A. S., et al. (1987). *What is subjective global assessment of nutritional status? JPEN Journal of Parenteral and Enteral Nutrition*, 11(1), 8-13.

Buzby, G. P., et al. (1980). *Prognostic nutritional index in gastrointestinal surgery. The American Journal of Surgery*, 139(1), 160-167.

Fuhrman, M. P., et al. (2004). *Hepatic proteins and nutrition assessment. Journal of the American Dietetic Association*, 104(8), 1258-1264.

12ª QUESTÃO**Enunciado:**

Um atleta amador iniciou uma dieta hipocalórica e hiperproteica com o objetivo de perder gordura corporal e manter massa muscular. O plano alimentar prioriza alimentos como ovos, peixes, carnes magras, leguminosas e suplementação de whey protein. Após três semanas, relatou sensação de saciedade aumentada, perda de peso e preservação da massa magra.

Com base na bioquímica dos macronutrientes, avalie as alternativas abaixo e assinale aquela que apresenta uma justificativa correta para os efeitos observados com o aumento do consumo de proteínas na dieta.

Alternativas:**(alternativa A)**

As proteínas da dieta são utilizadas apenas no fígado para produção de lipídios, contribuindo com o aumento da gordura corporal.

(alternativa B) (CORRETA)

A proteína possui alto efeito térmico e promove maior saciedade, além de fornecer aminoácidos essenciais que preservam a síntese proteica muscular.

(alternativa C)

Proteínas são absorvidas como glicose no intestino delgado, por isso promovem energia rápida e de curta duração.

(alternativa D)

O aumento proteico reduz a produção de insulina, bloqueando totalmente a glicólise e induzindo cetose muscular imediata.

(alternativa E)

O consumo elevado de proteína impede a síntese de hormônios tireoidianos, reduzindo o metabolismo basal e causando fadiga.

Resposta comentada:

As proteínas apresentam um alto efeito térmico dos alimentos (ETA), ou seja, seu metabolismo consome mais energia. Além disso, promovem saciedade devido ao tempo de digestão mais lento e ao efeito de certos hormônios reguladores do apetite (como o GLP-1). São também fundamentais para fornecer aminoácidos essenciais, que ajudam na manutenção da massa magra durante dietas hipocalóricas.

A proteína não bloqueia totalmente a glicólise, nem induz "cetose muscular".

Proteínas são digeridas em aminoácidos, não glicose.

A conversão de aminoácidos em lipídios é pouco eficiente e não predominante em dietas ricas em proteína.

Proteínas são essenciais para a síntese hormonal, inclusive dos hormônios tireoidianos.

Feedback:

Mahan, L. K., & Raymond, J. L. (2021). *Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia*. 15ª ed. Elsevier.

Ferrier, D. R. (2020). *Bioquímica Ilustrada de Harper*. 31ª ed. AMGH.

Enunciado:

A antropometria é uma ferramenta essencial para avaliar a composição corporal e o estado nutricional de indivíduos. Entre os diversos métodos utilizados, a aferição das circunferências corporais auxilia na estimativa da adiposidade e distribuição da gordura. A padronização da técnica é fundamental para garantir a confiabilidade dos resultados e evitar erros sistemáticos nas medições.

Sobre os protocolos de antropometria, mais especificamente sobre as medidas das circunferências, analise as afirmações a seguir:

I. A circunferência da cintura deve ser aferida no ponto médio entre a última costela e a crista ilíaca, com a fita métrica paralela ao solo e sem compressão excessiva da pele.

PORQUE

II. Permite maior precisão com o uso de um ponto anatômico padronizado para a mensuração desta medida, possibilitando avaliação do risco cardiometabólico associado à obesidade abdominal.

A respeito dessas asserções, assinale a opção correta.

Alternativas:**(alternativa A) (CORRETA)**

As asserções I e II são verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.

(alternativa B)

A asserção I é uma proposição falsa, e a II é uma proposição verdadeira.

(alternativa C)

As asserções I e II são proposições falsas.

(alternativa D)

As asserções I e II são verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.

(alternativa E)

A asserção I é uma proposição verdadeira e a II é uma proposição falsa.

Resposta comentada:

A alternativa CORRETA é: “As asserções I e II são verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.”

A Asserção I está correta, pois os protocolos internacionais recomendam que a circunferência da cintura seja medida no ponto médio entre a última costela e a crista ilíaca, com a fita paralela ao chão e ajustada à pele sem compressão excessiva (WHO, 2008).

A Asserção II também está correta, pois a circunferência da cintura é um importante indicador de risco para doenças cardiometabólicas, sendo amplamente utilizada para avaliar a obesidade abdominal e suas consequências (Janssen *et al.*, 2004).

Além disso, a asserção II justifica corretamente a asserção I, pois a escolha de um ponto anatômico padronizado reduz a variabilidade interavaliador e melhora a confiabilidade das medições, garantindo maior precisão na identificação de riscos à saúde.

Feedback:

World Health Organization (WHO). (2008). Waist Circumference and Waist-Hip Ratio: Report of a WHO Expert Consultation. Geneva: WHO.

Janssen, I., Katzmarzyk, P. T., & Ross, R. (2004). Waist circumference and not body mass index explains obesity-related health risk. The American Journal of Clinical Nutrition, 79(3), 379-384.

14ª QUESTÃO**Enunciado:**

As alterações fisiológicas e metabólicas no processo de envelhecimento podem impactar significativamente o estado nutricional da pessoa idosa, de forma a aumentar a vulnerabilidade a certas deficiências e condições crônicas.

Considerando essas mudanças, assinale a alternativa em que se descreve corretamente uma adaptação fisiológica típica do envelhecimento e sua implicação nutricional.

Alternativas:**(alternativa A)**

Aumento na capacidade de síntese de vitamina D pela pele, o que torna desnecessária a suplementação ou a exposição solar regular.

(alternativa B)

Aumento do apetite e da ingestão energética, causados por maior necessidade calórica em razão da elevação do metabolismo basal com a idade.

(alternativa C) (CORRETA)

Diminuição da massa muscular esquelética e redução da taxa metabólica basal, o que exige maior atenção ao consumo de proteínas e manutenção da atividade física.

(alternativa D)

Aumento da sensação de sede, o que reduz o risco de desidratação e facilita a manutenção da hidratação adequada.

(alternativa E)

Aumento da produção de ácido clorídrico no estômago, o que melhora a digestão e a absorção de minerais como cálcio e ferro.

Resposta comentada:

Ocorre **diminuição** da produção de ácido clorídrico no estômago, o que **prejudica** a digestão e a absorção de minerais como cálcio e ferro.

Ocorre uma **diminuição** do apetite e da ingestão energética, causado por **menor** necessidade calórica em razão da **diminuição** do metabolismo basal com a idade.

Há uma **diminuição** na capacidade de síntese de vitamina D pela pele, o que torna, **as vezes, necessária** a suplementação ou a exposição solar regular.

Ocorre uma **diminuição** da sensação de sede, o que **aumenta** o risco de desidratação e **dificulta** a manutenção da hidratação adequada.

Feedback:

Brasil. Ministério da Saúde. Fascículo 2 Protocolos de uso do Guia Alimentar para a população brasileira na orientação alimentar da população idosa [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Universidade de São Paulo. – Brasília : Ministério da Saúde, 2021. 15 p.: il.

15ª QUESTÃO

Enunciado:

A RDC nº 216/2004, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), dispõe sobre Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação, estabelece que o controle da saúde dos manipuladores é essencial para a garantia da qualidade do produto final, uma vez que o manipulador, é a pessoa que lava, descasca, corta, rala, cozinha, ou seja, prepara os alimentos, permeando todas as fases do processo produtivo. Toda pessoa que tem acesso ao alimento antes, durante e depois da preparação é um manipulador e precisa seguir regras de higiene pessoal, como estar sempre limpo, de barba feita, unhas curtas e sem esmalte, cabelos presos e com touca ou rede, entre outras regras, como a lavagem correta das mãos. 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. De acordo com a legislação sanitária citada, para a adequada higiene das mãos, o manipulador de alimentos deverá utilizar

Alternativas:**(alternativa A)**

sabonete em pedra neutro, antisséptico, e secar as mãos com papel toalha reciclado.

(alternativa B) (CORRETA)

sabonete líquido e massagear mãos, antebraços, e entre os dedos e unhas por 3 minutos.

(alternativa C)

sabonete líquido e finalizar com álcool gel nas mãos e antebraços e, nos anéis, quando houver.

(alternativa D)

detergente líquido neutro, antisséptico, e secar as mãos com papel toalha reciclado.

(alternativa E)

sabonete em pedra antisséptico e massagear mãos e antebraços por no mínimo 2 minutos.

Resposta comentada:

A RDC nº 216/2004 estabelece critérios claros para a higienização das mãos dos manipuladores de alimentos. A lavagem deve ser feita com sabonete líquido, de preferência inodoro e com ação antisséptica, e o procedimento deve incluir a fricção cuidadosa das palmas, dorso das mãos, entre os dedos, unhas e antebraços. O tempo recomendado varia, mas uma fricção eficaz por aproximadamente 20 a 30 segundos é o mínimo para higiene social já para uma limpeza mais criteriosa (como na entrada em áreas de manipulação), até 3 minutos pode ser indicado.

Feedback:

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004.** Dispõe sobre o regulamento técnico de boas práticas para serviços de alimentação. *Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 16 set. 2004.*

16ª QUESTÃO

Enunciado:

A obesidade é considerada, atualmente, um dos principais problemas de saúde pública no Brasil e no mundo. Ela impacta a saúde individual e coletiva, aumentando o risco de doenças crônicas, gerando custos econômicos e pressionando os sistemas de saúde. Em resposta a esse cenário, o Governo Federal lançou a Estratégia Intersectorial de Prevenção e Controle da Obesidade, coordenada pelo Ministério do Desenvolvimento Social, com foco na promoção da alimentação adequada e saudável, na atividade física e na melhoria dos ambientes alimentares.

Com base no documento da Estratégia Intersectorial de Prevenção e Controle da Obesidade, assinale a alternativa que melhor expressa o objetivo principal da iniciativa.

Alternativas:**(alternativa A)**

Fortalecer a prática da atividade física como principal eixo de enfrentamento da obesidade, com ênfase em políticas públicas voltadas ao ambiente urbano.

(alternativa B) (CORRETA)

Reduzir a prevalência da obesidade no país por meio da atuação em determinantes sociais e ambientais, considerando o curso da vida e a promoção da saúde.

(alternativa C)

Ampliar o acesso da população a serviços de saúde especializados em nutrição e endocrinologia, especialmente nas regiões de maior vulnerabilidade social.

(alternativa D)

Estimular ações educativas com foco em escolhas alimentares individuais e conscientes, priorizando a responsabilização dos consumidores.

(alternativa E)

Promover a articulação entre os setores da saúde, educação e assistência social para ampliar o atendimento clínico e nutricional de pessoas com obesidade no SUS.

Resposta comentada:

A assertiva "Reduzir a prevalência da obesidade no país por meio da atuação em determinantes sociais e ambientais, considerando o curso da vida e a promoção da saúde." Resume de forma fiel o objetivo central da Estratégia: atuar nos determinantes sociais e ambientais da obesidade, com enfoque na intersetorialidade, no curso da vida e na promoção da saúde.

- A assertiva "Promover a articulação entre os setores da saúde, educação e assistência social para ampliar o atendimento clínico e nutricional de pessoas com obesidade no SUS." Apesar de mencionar articulação intersetorial e SUS, restringe o foco à ampliação do atendimento clínico, o que reduz o escopo da proposta.
- A assertiva "Fortalecer a prática da atividade física como principal eixo de enfrentamento da obesidade, com ênfase em políticas públicas voltadas ao ambiente urbano." Enfatiza a atividade física como eixo principal, quando o documento traz múltiplos eixos integrados, sem hierarquização entre eles.
- A assertiva "Estimular ações educativas com foco em escolhas alimentares individuais e conscientes, priorizando a responsabilização dos consumidores." Traz a ideia de educação alimentar, mas distorce o foco ao centralizar na responsabilização individual, o que vai contra a abordagem centrada no ambiente e na justiça social da Estratégia.
- A assertiva "Ampliar o acesso da população a serviços de saúde especializados em nutrição e endocrinologia, especialmente nas regiões de maior vulnerabilidade social." Foca na especialização e na saúde curativa, ao passo que a Estratégia propõe ações de prevenção com foco populacional e intersetorial.

Feedback:

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. *Estratégia Intersetorial de Prevenção e Controle da Obesidade: promovendo modos de vida e alimentação adequados e saudáveis*. Brasília, DF: MDS, 2014. Disponível em: <https://www.gov.br/mds/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/seguranca-alimentar-e-nutricional/arquivos/estrategia-obesidade.pdf>.

17ª QUESTÃO

Enunciado:

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) desempenham um papel fundamental na implementação de práticas sustentáveis, que não apenas promovem a saúde dos indivíduos, mas também contribuem para a preservação do meio ambiente e a eficiência operacional. A compreensão e a aplicação dessas práticas são essenciais para a construção de um sistema alimentar mais sustentável e ético.

Analise as afirmações a seguir:

I. Uma UAN que adota práticas sustentáveis, como compostagem de resíduos alimentares, contribui significativamente para a redução do impacto ambiental e a promoção da saúde pública.

II. Práticas sustentáveis ajudam a reduzir o desperdício e melhoram a qualidade dos alimentos oferecidos.

III. A gestão ambiental em uma UAN promove a economia circular, ao mesmo tempo que garante uma gestão eficiente dos recursos naturais como água e energia.

IV. A escolha de fornecedores com práticas agrícolas responsáveis, contribui para um sistema alimentar mais sustentável e ético.

Está correto o que se afirma em:

Alternativas:**(alternativa A)**

I, II e III, apenas.

(alternativa B)

III e IV, apenas.

(alternativa C)

I, III e IV, apenas.

(alternativa D)

I e II, apenas.

(alternativa E) (CORRETA)

I, II, III e IV apenas.

Resposta comentada:

A compostagem de resíduos, é uma prática relevante para a redução do impacto ambiental e também para a promoção da saúde pública, ao diminuir o acúmulo de lixo orgânico. As práticas sustentáveis não só evitam desperdícios, como também elevam a qualidade nutricional e organolépticas dos alimentos oferecidos, beneficiando diretamente os consumidores. A gestão ambiental como uma ferramenta estratégica dentro das UANs, contribui para a economia circular e para o uso consciente de recursos como água e energia, o que é fundamental em tempos de escassez. Por fim, a responsabilidade na escolha de fornecedores, fortalece um sistema alimentar mais justo e sustentável desde o início do ciclo de produção de alimentos. Em conjunto, essas afirmações evidenciam como a sustentabilidade deve estar presente em todas as etapas da cadeia alimentar dentro das UANs, promovendo impactos positivos tanto ambientais quanto sociais.

Feedback:

PEREGRIN, T. (2011) Sustainability in Foodservice Operations: An Update. Journal of the American Dietetic Association, v.111, n. 9, p. 1286-1294.

18ª QUESTÃO**Enunciado:**

A classificação NOVA é uma importante ferramenta para compreender a relação entre os diferentes tipos de alimentos e suas implicações para a saúde pública. Considerando essa classificação, analise as afirmativas a seguir sobre alimentos ultraprocessados.

I - São aqueles que contêm em sua composição ingredientes como corantes, conservantes e adoçantes artificiais, com o objetivo de prolongar a durabilidade e facilitar o consumo.

II - São geralmente ricos em sódio, açúcar, gordura e aditivos químicos, e seu consumo excessivo está relacionado ao aumento de doenças crônicas, como obesidade e diabetes.

III - Não possuem qualquer valor nutricional, já que são feitos exclusivamente de ingredientes sintéticos e artificialmente combinados.

IV - Exemplos incluem refrigerantes, salgadinhos de pacote, biscoitos recheados e produtos congelados prontos para consumo.

Estão corretas:

Alternativas:**(alternativa A)**

II e III, apenas.

(alternativa B)

II e IV, apenas.

(alternativa C)

I e III, apenas.

(alternativa D) (CORRETA)

I, II e IV, apenas.

(alternativa E)

III, apenas.

Resposta comentada:

Afirmativa I – Correta: Alimentos ultraprocessados são formulações industriais que contêm ingredientes como corantes, aromatizantes, emulsificantes e adoçantes artificiais. São feitos para serem práticos e terem longa durabilidade.

Afirmativa II – Correta: O alto consumo de alimentos ultraprocessados tem sido fortemente associado a doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade, hipertensão, diabetes tipo 2 e dislipidemias.

Afirmativa III – Incorreta: Embora sejam pobres em nutrientes benéficos, **não é correto afirmar que não possuem qualquer valor nutricional**. Alguns ainda podem conter quantidades residuais de proteínas, vitaminas ou minerais, especialmente se forem fortificados. Além disso, são fontes de calorias, o que por si só constitui um valor nutricional, ainda que pobre em qualidade.

Afirmativa IV – Correta: Refrigerantes, biscoitos recheados, salgadinhos industrializados e pratos prontos congelados são clássicos exemplos de alimentos ultraprocessados segundo a classificação NOVA.

Feedback:

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014.

19ª QUESTÃO**Enunciado:**

A insegurança alimentar e nutricional no Brasil é marcada por profundas desigualdades sociais e territoriais, agravadas nos últimos anos pela pandemia da COVID-19 e pelo desmonte de políticas públicas. A Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN), instituída pela Lei nº 11.346/2006 e regulamentada pelo Decreto nº 7.272/2010, visa garantir o Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), articulando ações intersetoriais em todo o território nacional. Ainda assim, dados recentes como os do II Inquérito VIGISAN (2022) mostram que esse direito ainda está longe de ser plenamente alcançado.

Analise as afirmativas abaixo:

- I. A Lei nº 11.346/2006 instituiu o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN), estabelecendo diretrizes para políticas públicas voltadas à garantia do DHAA e ao enfrentamento da fome e da insegurança alimentar.
- II. O Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) corresponde apenas ao direito de não passar fome, devendo ser garantido de forma emergencial e pontual em situações de insegurança alimentar grave.
- III. O II Inquérito VIGISAN (2022) evidencia que a insegurança alimentar no Brasil é marcada por desigualdades de classe, gênero, raça/cor e território, revelando o descompasso entre o que prevê a legislação brasileira e a realidade vivida por milhões de brasileiros.

Estão corretas

Alternativas:**(alternativa A)**

II e III, apenas.

(alternativa B) (CORRETA)

I e III, apenas.

(alternativa C)

I e II, apenas.

(alternativa D)

III, apenas.

(alternativa E)

I, II e III.

Resposta comentada:

A assertiva "**A Lei nº 11.346/2006 instituiu o SISAN...**" está correta, pois essa é a base legal da Política Nacional de SAN e do sistema de articulação de políticas públicas voltadas ao DHAA.

A assertiva "**O DHAA corresponde apenas ao direito de não passar fome...**" está incorreta, pois o DHAA é um direito **abrangente, contínuo e universal**, que vai muito além da assistência emergencial.

A assertiva "**O VIGISAN evidencia desigualdades estruturais...**" está correta, pois os dados do relatório trazem exatamente esse diagnóstico, revelando o descompasso entre direito e realidade.

Feedback:

BRASIL. *Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006*. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas a assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, ano 143, n. 179, p. 1, 18 set. 2006. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/l11346.htm. Acesso em: 17 abr. 2025.

REDE PENSSAN. *II Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da Covid-19 no Brasil – VIGISAN*. São Paulo: Fundação Friedrich Ebert Brasil, 2022. Disponível em: https://olheparaafome.com.br/VIGISAN_2022.pdf.

BRASIL. *Decreto nº 7.272, de 25 de agosto de 2010*. Regulamenta a Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006, que cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, ano 147, n. 164, p. 6, 26 ago. 2010. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7272.htm.

Enunciado:

Uma UAN planejou um almoço especial para os executivos da empresa contratante e dentro do cardápio do dia, uma das preparações de prato principal era um medalhão de filé mignon. A nutricionista pensou em uma porção de 110g para cada comensal. Sabendo que o Fator Térmico (FT) do filé mignon é de 0,85 e que o Índice de Parte Comestível (IPC) é de 1,28, a quantidade de filé mignon que deverá ser solicitada para atender a 45 comensais desta empresa será de

Alternativas:**(alternativa A)**

8,454 kg.

(alternativa B)

94,540 kg.

(alternativa C)

74,540 kg.

(alternativa D) (CORRETA)

7,454 kg.

(alternativa E)

9,454 kg.

Resposta comentada:

Primeiro, ache o calor do per capita líquida (Pcl):

$$FT = \frac{\text{Porção}}{\text{Pcl}}$$

Pcl

$$0,85 = \frac{110}{\text{Pcl}}$$

Pcl

$$\text{Pcl} = \frac{110}{0,85}$$

0,85

$$\text{Pcl} = 129,41\text{g}$$

Próximo passo, descubra o per capita bruto (Pcb):

$$\text{IPC} = \frac{\text{Pcb}}{\text{Pcl}}$$

Pcl

$$1,28 = \frac{\text{Pcb}}{129,41}$$

129,41

$$\text{Pcb} = 1,28 \times 129,41$$

$$\text{Pcb} = 165,40\text{g}$$

Por fim, multiplique o pcb pelo número de comensais:

$$\text{Pcb} \times \text{comensais}$$

$$165,40 \times 45 = 7,454 \text{ kg}$$

Feedback:

--

21ª QUESTÃO**Enunciado:**

Um indivíduo saudável realizou uma refeição rica em carboidratos complexos, como arroz integral, feijão e batata-doce. Após a digestão e absorção, a glicose proveniente desses alimentos é utilizada por diferentes tecidos do corpo, de acordo com suas necessidades metabólicas.

Com base nesse contexto, assinale a alternativa que descreve corretamente o destino preferencial da glicose absorvida após uma refeição como essa:

Alternativas:**(alternativa A)**

No tecido adiposo, a glicose não é utilizada, pois esse tecido depende exclusivamente de ácidos graxos como fonte energética.

(alternativa B)

No músculo esquelético, toda a glicose é imediatamente convertida em ácidos graxos para armazenamento local de energia.

(alternativa C)

A glicose absorvida é estocada integralmente como glicogênio nos músculos, independentemente da necessidade energética do organismo.

(alternativa D) (CORRETA)

No fígado, parte da glicose é convertida em glicogênio, enquanto outra parte pode ser utilizada na glicólise ou convertida em ácidos graxos, dependendo da disponibilidade energética.

(alternativa E)

O fígado converte toda a glicose absorvida em corpos cetônicos, mesmo em situações de abundância energética.

Resposta comentada:

A glicose absorvida no intestino é transportada via veia porta até o fígado, onde pode ser armazenada na forma de glicogênio, utilizada na glicólise para geração de ATP ou convertida em ácidos graxos, se houver excesso energético. O fígado atua como regulador central da glicemia. A alternativa A reflete corretamente esse papel.

O músculo pode estocar glicose como glicogênio, mas não a converte em ácidos graxos.

O tecido adiposo utiliza glicose para gerar glicerol-3-fosfato (necessário para a síntese de triglicerídeos).

A estocagem muscular é limitada e regulada pela demanda energética.

Os corpos cetônicos são produzidos em jejum prolongado, não após refeições ricas em carboidrato.

Feedback:**Referências bibliográficas:**

Lehninger, A. L., Nelson, D. L., & Cox, M. M. (2021). *Princípios de Bioquímica*. 8ª ed. Artmed.

Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2021). *Tratado de Fisiologia Médica*. 14ª ed. Elsevier.

Enunciado:

O planejamento de cardápios em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) envolve a aplicação de princípios técnicos e estratégicos, visando não apenas à segurança alimentar e ao cumprimento das necessidades nutricionais, mas também à otimização dos recursos e à satisfação dos clientes. O cálculo de porções, a escolha adequada de ingredientes e a análise de custos são essenciais para garantir a qualidade das refeições e o bom funcionamento da UAN, sem desperdícios e com eficiência.

Analise as alternativas que representam boas práticas no planejamento e cálculo de cardápios em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN).

- I) Realizar o cálculo das porções com base nas necessidades nutricionais de cada grupo atendido, levando em consideração a faixa etária, o nível de atividade e condições de saúde.
- II) Planejar cardápios com poucos ingredientes por refeição para simplificar a elaboração e reduzir custos, sem considerar as variações de nutrientes necessários.
- III) Incluir alimentos sazonais e locais no cardápio, aproveitando a disponibilidade regional e garantindo alimentos mais frescos e com melhor custo-benefício.
- IV) Estabelecer a quantidade de alimentos com base em estimativas anteriores, sem monitorar os resultados de desperdício ou a satisfação dos clientes.
- V) Realizar análises periódicas de custo dos ingredientes e ajustar o cardápio conforme a variação de preços, a fim de otimizar o orçamento da UAN.

Está correto o que se afirma em

Alternativas:**(alternativa A)**

II, IV e V, apenas.

(alternativa B)

I, II e III, apenas.

(alternativa C)

I, II e IV, apenas.

(alternativa D)

II, III e V, apenas.

(alternativa E) (CORRETA)

I, III e IV, apenas.

Resposta comentada:

I) Realizar o cálculo das porções com base nas necessidades nutricionais dos diferentes grupos atendidos (como faixa etária, nível de atividade e condições de saúde) é uma prática fundamental para garantir uma alimentação equilibrada e personalizada.

II) Planejar cardápios com poucos ingrediente por refeição, sem levar em conta a necessidade de diversificação nutricional, é uma prática inadequada. A variedade de alimentos é essencial para atender às necessidades de macronutrientes e micronutrientes.

III) Incluir alimentos sazonais e locais é uma boa prática no planejamento de cardápios, pois esses alimentos são geralmente mais frescos, com maior valor nutricional e custo-benefício melhor, além de promoverem a sustentabilidade local.

IV) Estabelecer quantidades de alimentos com base apenas em estimativas anteriores e sem monitorar o desperdício ou a satisfação dos clientes pode resultar em desperdício de recursos e insatisfação dos consumidores, comprometendo a eficiência do planejamento.

V) Realizar análises periódicas dos custos dos ingredientes e ajustar o cardápio conforme a variação de preços é essencial para garantir a viabilidade financeira da UAN sem comprometer a qualidade nutricional das refeições.

Feedback:

--

23ª QUESTÃO**Enunciado:**

A participação ativa e informada dos sujeitos é um dos nove princípios de Educação Alimentar e Nutricional (EAN). As metodologias ativas são um exemplo de aplicação desse princípio, considerando o uso de recursos educacionais que promovem o diálogo e a formação crítica do público-alvo. Nesse contexto, assinale a alternativa que apresenta um exemplo de uma abordagem com metodologia ativa.

Alternativas:**(alternativa A)**

Aprendizagem passiva.

(alternativa B)

Hierarquia de saberes.

(alternativa C)

Trabalho individual.

(alternativa D) (CORRETA)

Problematização da realidade.

(alternativa E)

Aluno/paciente como coadjuvante.

Resposta comentada:

A única opção correta de resposta é a alternativa "problematização da realidade", pois na metodologia ativa se busca aprendizagem ativa, trabalhos em equipe, valorização de diferentes saberes, e o protagonismo do alunos. As demais alternativas são exemplo de uma metodologia tradicional.

Feedback:

Referência: Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. 68 p. ISBN: 978-85-60700-59-2

24ª QUESTÃO**Enunciado:**

A rotulagem de alimentos no Brasil segue normas estabelecidas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), com o objetivo de garantir informações claras e padronizadas para os consumidores. Em 2020, a ANVISA aprovou novas regras para rotulagem nutricional, que entraram em vigor em 2022. Com base nesse modelo de rotulagem, assinale a alternativa correta:

Alternativas:**(alternativa A)**

A nova rotulagem nutricional determina que a tabela de informação nutricional deve obrigatoriamente estar na lateral ou no fundo da embalagem, sem restrições quanto ao contraste e legibilidade.

(alternativa B)

Os valores de referência para determinar o alto teor de açúcares adicionados, sódio e gorduras saturadas foram completamente eliminados, abrindo espaço para que cada fabricante estabeleça seus próprios critérios.

(alternativa C)

A nova legislação extinguiu a exigência da lista de ingredientes nos rótulos de alimentos processados e ultraprocessados, pois as informações nutricionais passaram a ser consideradas suficientes.

(alternativa D) (CORRETA)

O modelo adotado introduziu a rotulagem frontal obrigatória para alimentos com alto teor de açúcares adicionados, gorduras saturadas e sódio, com um símbolo de lupa na parte frontal da embalagem.

(alternativa E)

A nova regulamentação de rotulagem nutricional possibilita que os produtos alimentícios comercializados no Brasil adotem exclusivamente os padrões internacionais, sem realizar adaptações específicas.

Resposta comentada:

A nova regulamentação da ANVISA (RDC nº 429/2020 e IN nº 75/2020) introduziu a rotulagem frontal obrigatória, utilizando um símbolo de lupa para alertar sobre o alto teor de açúcares adicionados, gorduras saturadas e sódio nos alimentos. Essa medida visa facilitar a identificação de produtos com componentes críticos para a saúde. As demais alternativas estão incorretas, pois a tabela nutricional deve seguir padrões de contraste e legibilidade, os valores de referência foram definidos pela ANVISA, a lista de ingredientes continua obrigatória e os produtos devem atender às normas nacionais.

Feedback:

A informação está baseada na Resolução RDC nº 429/2020 e na Instrução Normativa nº 75/2020, publicadas pela ANVISA.

25ª QUESTÃO**Enunciado:**

A análise nutricional dos cardápios em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) é uma prática essencial para garantir que as refeições ofereçam a qualidade nutricional necessária, atendendo às necessidades dos indivíduos. Esse processo envolve a avaliação da diversidade alimentar, o equilíbrio de nutrientes e o ajuste das porções, considerando o perfil nutricional da população atendida, além das variações sazonais e as tendências em nutrição.

Assinale a alternativa que melhor descreve um aspecto relevante da análise nutricional dos cardápios em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN).

Alternativas:**(alternativa A)**

O cálculo da quantidade de calorias é o único critério relevante na análise nutricional.

(alternativa B)

A avaliação do cardápio deve focar nas preferências alimentares.

(alternativa C)

A análise nutricional é importante apenas para cardápios destinados a dietas específicas.

(alternativa D)

A análise nutricional deve se concentrar na quantidade de alimentos servidos.

(alternativa E) (CORRETA)

A análise nutricional deve buscar o equilíbrio entre os diferentes grupos alimentares.

Resposta comentada:

A análise nutricional não pode se concentrar apenas na quantidade de alimentos, sem levar em conta os nutrientes essenciais como proteínas, vitaminas e minerais. A variedade e o equilíbrio nutricional são fundamentais para garantir refeições adequadas e saudáveis.

Focar apenas nas preferências alimentares sem considerar o equilíbrio nutricional não é adequado. Um cardápio precisa garantir que os alimentos ofereçam uma variedade de nutrientes para promover a saúde e bem-estar dos indivíduos.

A quantidade de calorias é apenas um dos fatores a ser considerado na análise nutricional. A diversidade e qualidade dos alimentos são igualmente importantes, pois uma refeição precisa ser equilibrada em termos de todos os nutrientes necessários ao organismo.

Esta é a alternativa correta, pois a análise nutricional deve garantir um equilíbrio adequado entre os grupos alimentares, ajustando as refeições conforme as necessidades dos diferentes grupos atendidos (como faixa etária, condições de saúde, entre outros fatores individuais).

A análise nutricional não deve ser limitada a dietas específicas. Mesmo cardápios mais gerais devem ser avaliados para garantir que atendam às necessidades nutricionais de todos os grupos populacionais.

Feedback:

--

26ª QUESTÃO**Enunciado:**

Os compostos bioativos são substâncias presentes nos alimentos que exercem efeitos benéficos à saúde, além de suas funções nutricionais básicas. Esses compostos estão naturalmente presentes em diversas fontes alimentares e podem atuar na prevenção de doenças crônicas, como doenças cardiovasculares e câncer. Sobre os compostos bioativos e suas principais funções, analise as alternativas abaixo e assinale a correta:

Alternativas:**(alternativa A)**

Os compostos sulfurados, encontrados no leite e derivados, são conhecidos por seu papel na melhora da absorção de ferro e na prevenção da anemia ferropriva.

(alternativa B)

Os carotenoides, encontrados em carnes vermelhas e laticínios, são compostos que promovem a produção de colágeno e previnem o envelhecimento precoce.

(alternativa C)

Os polifenóis, abundantes em óleos vegetais e margarinas, são responsáveis pela síntese de hormônios essenciais ao metabolismo humano.

(alternativa D) (CORRETA)

Os flavonoides, presentes em frutas cítricas e chás, possuem ação antioxidante e anti-inflamatória, contribuindo para a saúde cardiovascular.

(alternativa E)

Os fitoesteróis, presentes em vegetais folhosos, atuam diretamente na regulação da glicose no sangue, sendo recomendados para o tratamento da diabetes tipo 1.

Resposta comentada:

Os flavonoides são compostos bioativos amplamente encontrados em frutas cítricas, uvas, chás e vinho tinto, com efeitos antioxidantes e anti-inflamatórios, promovendo benefícios cardiovasculares. Os carotenoides são encontrados em alimentos de coloração alaranjada e vermelha, como cenoura, abóbora e tomate, e estão associados à saúde ocular. Os polifenóis são encontrados principalmente em frutas, vegetais, chá verde e vinho, e têm ação antioxidante, não sendo responsáveis pela síntese de hormônios. Os fitoesteróis, presentes em óleos vegetais e grãos, atuam na redução da absorção do colesterol, não na regulação da glicose. Os compostos sulfurados são encontrados no alho, cebola e brócolis e têm propriedades antioxidantes e cardioprotetoras.

Feedback:

Alimentos funcionais e compostos bioativos. Barueri: Manole, 2019.

27ª QUESTÃO**Enunciado:**

Para a garantia de qualidade do alimento preparado, alguns pontos de controle precisam ser monitorados e dialogados rotineiramente com os manipuladores e outros colaboradores que são responsáveis por sua preparação. A RDC (ANVISA, 2004) dá atenção especial às Boas Práticas para Serviços de Alimentação, destacando como "Preparação do Alimento". Dentre as opções apresentadas abaixo, assinale aquela que de fato está presente neste item da Legislação.

Alternativas:**(alternativa A)**

Para os alimentos que forem submetidos ao calor úmido, além dos controles estabelecidos para um tratamento térmico, deve-se instituir medidas que garantam que o óleo e a gordura utilizados não constituam uma fonte de contaminação química do alimento preparado.

(alternativa B)

Caso o alimento preparado seja armazenado sob refrigeração ou congelamento deve-se apor no invólucro do mesmo, no mínimo, as seguintes informações: designação, data de pré-preparo e prazo de validade.

(alternativa C) (CORRETA)

Quando aplicável, antes de iniciar a preparação dos alimentos, deve-se proceder à adequada limpeza das embalagens primárias das matérias-primas e dos ingredientes, minimizando o risco de contaminação.

(alternativa D)

Se as matérias-primas e os ingredientes não forem utilizados em sua totalidade, devem ser adequadamente acondicionados e identificados com, no mínimo, essas informações: designação do produto, data de fracionamento e de validade, somente, após a retirada da embalagem original.

(alternativa E)

Os óleos e gorduras utilizados devem ser aquecidos a temperaturas superiores a 180°C, sendo substituídos imediatamente sempre que houver alteração evidente das características físico-químicas ou sensoriais, tais como aroma e sabor, e formação intensa de espuma e fumaça.

Resposta comentada:

Resposta correta: Quando aplicável, antes de iniciar a preparação dos alimentos, deve-se proceder à adequada limpeza das embalagens primárias das matérias-primas e dos ingredientes, minimizando o risco de contaminação - primeiro contato da unidade com alimento externo a sua estrutura física. Uma importante barreira contra a contaminação.

Revisão das respostas incorretas:

Quando as matérias-primas e os ingredientes não forem utilizados em sua totalidade, devem ser adequadamente acondicionados e identificados com, no mínimo, as seguintes informações: designação do produto, data de fracionamento e prazo de validade, somente, após a retirada da embalagem original. - Aqui deve ser incluído a ação anterior a retirada também.

Os óleos e gorduras utilizados devem ser aquecidos a temperaturas superiores a 180°C, sendo substituídos imediatamente sempre que houver alteração evidente das características físico-químicas ou sensoriais, tais como aroma e sabor, e formação intensa de espuma e fumaça - nesta opção o correto seria considerando temperaturas inferiores ou iguais a 180°.

Para os alimentos que forem submetidos ao calor úmido, além dos controles estabelecidos para um tratamento térmico, deve-se instituir medidas que garantam que o óleo e a gordura utilizados não constituam uma fonte de contaminação química do alimento preparado - não se aplica ao calor úmido, mas sim a ao calor seco pela técnica da fritura.

Caso o alimento preparado seja armazenado sob refrigeração ou congelamento deve-se apor no invólucro do mesmo, no mínimo, as seguintes informações: designação, data de pré-preparo e prazo de validade - não se aplica ao pré-preparo, mas sim preparo.

Feedback:

Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004. Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 16 setembro de 2004.

28ª QUESTÃO**Enunciado:**

A sensorialidade dos alimentos é a percepção que os sentidos da visão, olfato, paladar, tato e audição têm sobre os alimentos. Cada preparação deve ser cuidada para que esses sensores sejam contemplados no momento da refeição de uma pessoa. Tais garantias são atingidas durante o pré-preparo e preparo dos alimentos. Considere as afirmativas abaixo sobre os sensores.

- I. Paladar: A língua reconhece os sabores dos alimentos, como doce, salgado, azedo e amargo.
- II. Olfato: Está intimamente ligado ao paladar, proporcionando uma percepção completa e complexa dos sabores.
- III. Audição: O som emitido ao mastigar alimentos influencia a percepção do sabor.
- IV. Visão: A cor, o tamanho, o formato, o brilho, a opacidade, a consistência, a espessura, entre outros atributos, são percebidos pela visão.

Marque a alternativa correta:

Alternativas:**(alternativa A)**

Somente as afirmativas I e II estão corretas.

(alternativa B) (CORRETA)

As afirmativas I, II, III e IV estão corretas.

(alternativa C)

Somente as afirmativas I e IV estão corretas.

(alternativa D)

Somente as afirmativas I, II e III estão corretas.

(alternativa E)

Somente as afirmativas I, III e IV estão corretas.

Resposta comentada:

Todas as afirmativas estão corretas, pois cada categoria sensorial está com a sua conceituação relacionada de forma coerente com sua contribuição para a avaliação de preparações oferecidas.

Feedback:

Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004. Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 16 setembro de 2004.

29ª QUESTÃO**Enunciado:**

Durante uma consulta nutricional, um paciente com sobrepeso e diabetes tipo 2 recebe a recomendação de reduzir seu peso corporal para melhorar o controle glicêmico. A nutricionista define uma meta de perda de 2 kg por mês e estabelece uma restrição calórica diária baseada no método VENTA (Valor Energético do Tecido Adiposo). Com base nisso, analise as afirmações a seguir e a relação entre elas:

I. A perda de peso planejada requer um déficit energético de aproximadamente 15.400 kcal ao mês.

PORQUE

II. Para a mobilização de tecido adiposo, estima-se que seja necessário um déficit calórico de 7.700 kcal por kg de gordura corporal.

A respeito dessas asserções, assinale a opção correta.

Alternativas:**(alternativa A)**

A asserção I é uma proposição falsa e a II é uma proposição verdadeira.

(alternativa B)

A asserção I é uma proposição verdadeira e a II é uma proposição falsa.

(alternativa C) (CORRETA)

As asserções I e II são verdadeiras, e a II é a justificativa correta da I.

(alternativa D)

As asserções I e II são proposições falsas.

(alternativa E)

As asserções I e II são verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.

Resposta comentada:

Se o objetivo é perder 2 kg ao mês e sabendo que 1 kg de gordura corporal equivale a 7.700 kcal; Para a mobilização de tecido adiposo, estima-se que seja necessário um déficit calórico de 7.700 kcal por kg de gordura corporal. Esse valor é amplamente aceito na literatura como a média de energia armazenada em 1 kg de gordura corporal.

Feedback:

ABESO. Posicionamento sobre o tratamento nutricional do sobrepeso e da obesidade. São Paulo: ABESO, 2022

30ª QUESTÃO**Enunciado:**

A nutrição é uma parte essencial para a manutenção da saúde ao longo de todas as fases da vida. Cada etapa do ciclo de vida – infância, adolescência, idade adulta e velhice – apresenta demandas nutricionais específicas que são cruciais para o desenvolvimento, manutenção e prevenção de doenças. Sobre nutrição na adolescência é correto afirmar:

Alternativas:**(alternativa A) (CORRETA)**

A fase da adolescência é marcada por um nível de crescimento acelerado e alterações hormonais significativas, o que aumenta a demanda por alguns nutrientes específicos. Proteínas, ferro, cálcio e vitaminas do complexo B são essenciais para apoiar tanto o desenvolvimento muscular, quanto a saúde óssea e a produção de energia.

(alternativa B)

Nessa fase, é comum a adoção de dietas restritivas. Devido às mudanças hormonais e influências externas, deve-se levar em consideração os sinais de distúrbios purgativos, como bulimia - O paciente possui um peso baixo, preocupação excessiva com engordar e uma falsa percepção de que sempre está acima do peso. Está muito ligada a metas diárias estritas com exercícios e uma percepção alterada sobre seus sintomas (negação deles).

(alternativa C)

Nessa fase é comum a adoção de dietas restritivas. Devido às mudanças hormonais e influências externas, deve-se levar em consideração os sinais de distúrbios purgativos, relacionados à alimentação, como anorexia - O paciente normalmente tem um IMC aumentado, mas pode ter um peso adequado para a idade. Apresenta compulsão alimentar, comportamento purgativo (vômito induzido, laxantes, exercício em excesso) e comportamento obsessivo peso.

(alternativa D)

Na adolescência, a manutenção do peso corporal e a prevenção de doenças crônicas tornam-se prioridades nutricionais. Por isso, torna-se fundamental reduzir tanto o consumo de alimentos processados, como de alimentos ricos em açúcares e gorduras trans, já que estes podem contribuir para o desenvolvimento de doenças, tais como doenças cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2 e obesidade.

(alternativa E)

Os adolescentes são nutricionalmente vulneráveis, devido ao aumento de necessidades de nutrientes onde as alterações de estilo de vida e hábitos alimentares influenciam muito a ingestão de nutrientes. Nesta fase, é comum ocorrer várias deficiências e distúrbios nutricionais, como por exemplo: anemia (por deficiência energética e/ou proteica) e a desnutrição (privação de alimentos).

Resposta comentada:

Distúrbios purgativos, relacionados à alimentação, referem-se a **bulimia** - O paciente normalmente tem um IMC aumentado, mas também pode ter um peso adequado para a idade. Além disso, apresenta compulsão alimentar, comportamento purgativo (vômito induzido, laxantes, exercício em excesso) e comportamento obsessivo com seu peso.

Distúrbio onde o paciente possui um peso baixo, preocupação excessiva com engordar e uma falsa percepção de que sempre está acima do peso ideal se refere à **anorexia**.

É fundamental reduzir o consumo de alimentos **ultra processados**, ricos em açúcares e gorduras trans, que podem contribuir para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e obesidade.

Anemia (por deficiência energética e/ou proteica) e a desnutrição (privação de alimentos) são deficiências nutricionais comuns à fase da infância

Feedback:

Brasil. Ministério da Saúde.

Fascículo 5 : protocolos de uso do guia alimentar para a população brasileira na orientação alimentar da pessoa na adolescência [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Universidade de São Paulo. – Brasília : Ministério da Saúde 26 p.: il.

31ª QUESTÃO**Enunciado:**

Durante o período da lactação, a nutriz enfrenta mudanças metabólicas e fisiológicas que aumentam suas necessidades nutricionais. A alimentação da lactante é essencial para garantir os nutrientes necessários para o desenvolvimento saudável do bebê. Sobre essas alterações e suas implicações, analise as afirmativas a seguir e assinale a alternativa correta.

Alternativas:**(alternativa A)**

A suplementação de ferro é indispensável para todas as nutrizes, independentemente de sua condição de saúde, para prevenir anemia pós-parto.

(alternativa B)

O consumo calórico da nutriz deve ser ajustado para atender ao aumento do gasto energético associado à produção de leite, estimado em cerca de 750 kcal/dia adicionais.

(alternativa C)

A hidratação adequada é fundamental para a lactação, sendo recomendada uma ingestão mínima de 3,8 litros de água por dia para manter a produção de leite.

(alternativa D) (CORRETA)

A alimentação da mãe durante a amamentação deve conter essencialmente alimentos in natura ou minimamente processados.

(alternativa E)

As necessidades de cálcio diminuem durante a lactação, pois o mineral é mobilizado do tecido ósseo materno para a composição do leite.

Resposta comentada:

O consumo calórico da nutriz deve ser ajustado para atender ao aumento do gasto energético associado à produção de leite, estimado em cerca de **500 kcal/dia adicionais**.

A hidratação adequada é fundamental para a lactação, sendo recomendada uma ingestão **mínima de 3 litros de água** por dia para manter a produção de leite.

As necessidades de cálcio **aumentam** durante a lactação, pois o mineral é mobilizado do tecido ósseo materno para a composição do leite.

A suplementação de ferro é indispensável para todas as **gestantes**, independentemente de sua condição de saúde, para prevenir anemia.

Feedback:

Brasil. Ministério da Saúde. Fascículo 3 Protocolos de uso do Guia Alimentar para a população brasileira na orientação alimentar de gestantes [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Universidade de São Paulo. – Brasília : Ministério da Saúde, 2021.15 p.: il.

32ª QUESTÃO**Enunciado:**

Os Guias Alimentares são instrumentos de orientação para a promoção da saúde, levando em consideração as preferências alimentares e os hábitos culturais de cada região do Brasil. A diversidade alimentar brasileira reflete influências indígenas, africanas, europeias e asiáticas, sendo também marcada pela utilização de ingredientes regionais e técnicas culinárias próprias. Tendo em vista os dados sobre a diversidade alimentar nas regiões brasileiras, considere as seguintes afirmações sobre as características das culinárias das regiões Norte, Sudeste e Sul.

I - A região Norte é caracterizada pelo uso de peixes de água doce, como o tambaqui, e pela utilização de ingredientes como a farinha de mandioca e o açaí.

II - O Sudeste se destaca pela culinária baseada principalmente em carnes grelhadas, com pratos típicos como a feijoada, que mistura influências africanas, indígenas e portuguesas.

III - A culinária Sul é fortemente influenciada por imigrantes italianos e alemães, com destaque para pratos como o churrasco e a carne de porco, que são comuns em toda a região.

Marque a alternativa correta.

Alternativas:**(alternativa A) (CORRETA)**

As afirmações I, II e III estão corretas.

(alternativa B)

Somente a afirmação I está correta.

(alternativa C)

Somente as afirmações II e III estão corretas.

(alternativa D)

Somente a afirmação III está correta.

(alternativa E)

Somente a afirmação I está incorreta.

Resposta comentada:

As afirmações I, II e III estão corretas, uma vez que a culinária do Norte realmente utiliza peixes de água doce e ingredientes como farinha de mandioca e açaí; no Sudeste, a feijoada é um prato típico, com influências de várias culturas; e a culinária do Sul é, de fato, marcada pela presença de imigrantes italianos e alemães, além do famoso churrasco e carne de porco.

Feedback:

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia Alimentar para a População Brasileira*. 2. ed. Brasília, 2014.

OLIVEIRA, L. L. (Org.). *Cozinha Brasileira: História e Receitas*. São Paulo: Editora Senac, 2017.

RIBEIRO, D. *A formação do Brasil contemporâneo*. 1. ed. São Paulo: Editora Paz e Terra, 2011.

33ª QUESTÃO

Enunciado:

Na área da saúde pública, estudos observacionais são frequentemente utilizados para investigar associações entre exposições e desfechos. Pesquisadores acompanharam, durante 10 anos, dois grupos de adultos inicialmente saudáveis: um grupo composto por indivíduos com alto consumo de alimentos ultraprocessados e outro grupo com consumo reduzido desses alimentos. Ao final do período, foi verificada a incidência de doenças cardiovasculares em ambos os grupos. Os resultados mostraram que indivíduos com maior consumo de ultraprocessados apresentaram risco significativamente maior de desenvolver essas doenças.

Com base nas informações fornecidas, selecione a alternativa abaixo que apresenta o tipo de delineamento do estudo epidemiológico descrito.

Alternativas:**(alternativa A)**

Revisão sistemática.

(alternativa B)

Caso-controle.

(alternativa C)

Transversal.

(alternativa D) (CORRETA)

Coorte.

(alternativa E)

Ensaio clínico randomizado.

Resposta comentada:

O tipo de delineamento do estudo epidemiológico que se trata a situação problema é um estudo de coorte, já que é longitudinal, e apresenta o acompanhamento dos participantes ao longo do período de 10 anos. Já no estudo transversal, o estudo é realizado apenas em uma visita, não tem acompanhamento longitudinal. Dessa forma, a alternativa correta é "coorte". O ensaio clínico randomizado é um estudo de intervenção, e não é um estudo observacional. Por sua vez no estudo caso controle, os participantes são selecionados com base na presença ou ausência do desfecho (Casos: têm o desfecho; ex: têm a doença) e Controles: não têm o desfecho, diferente do exemplo de estudo apresentado, no qual os participantes podem ou não desenvolver a doença ao longo do tempo. Dessa forma, a única alternativa correta é "Coorte".

Feedback:

MEDRONHO, RA. Epidemiologia. 2a ed. São Paulo, SP: Atheneu, 2009

34ª QUESTÃO

Enunciado:

Considerar os princípios de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é importante para promover a alimentação adequada e saudável. Nesse sentido, avalie as asserções a seguir e a relação proposta entre elas.

I. A EAN deve ser baseada em práticas intersetoriais e sustentáveis, envolvendo aspectos culturais, sociais e ambientais.

PORQUE

II. A intersetorialidade permite que as ações de EAN sejam mais eficazes ao articular diferentes setores e áreas do conhecimento, enquanto a sustentabilidade promove sistemas alimentares que respeitem o meio ambiente e as tradições locais.

A respeito dessas asserções, assinale a opção correta.

Alternativas:**(alternativa A)**

A asserção I é uma proposição verdadeira, e a II é uma proposição falsa.

(alternativa B)

As asserções I e II são proposições falsas.

(alternativa C)

As asserções I e II são proposições verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.

(alternativa D)

A asserção I é uma proposição falsa, e a II é uma proposição verdadeira

(alternativa E) (CORRETA)

As asserções I e II são proposições verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.

Resposta comentada:

A Asserção I: Está correta, pois o Marco de Referência estabelece a intersetorialidade e a sustentabilidade como pilares das práticas de EAN, enfatizando a importância de integrar aspectos culturais, sociais e ambientais. A asserção II também está correta, pois a intersetorialidade amplia o impacto das ações de EAN, enquanto a sustentabilidade valoriza a preservação ambiental e o respeito às tradições culturais. A Razão justifica plenamente a Asserção, consolidando a alternativa correta.

Feedback:

Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012.68 p. ISBN: 978-85-60700-59-2

Enunciado:

O controle de qualidade e o planejamento da produção são fundamentais para os serviços de alimentação e nutrição. O objetivo é garantir que os alimentos sejam seguros, saudáveis e saborosos. Pela RDC 216 (ANVISA, 2004), existem obrigatoriedades que devem ser cumpridas para a garantia da qualidade do alimento até o consumo do cliente. Assim, assinale, dentre as opções abaixo, aquela que pode ser identificada como boas práticas visando matéria-prima, ingrediente e embalagens.

Alternativas:**(alternativa A)**

Os manipuladores devem adotar procedimentos que minimizem o risco de contaminação dos alimentos preparados por meio da antissepsia das mãos e pelo uso de utensílios ou luvas descartáveis.

(alternativa B)

Devem ser expostos à temperatura ambiente somente pelo tempo mínimo necessário para a preparação do alimento, a fim de não comprometer a qualidade higiênico-sanitária do alimento preparado.

(alternativa C)

No que diz respeito ao trajeto da distribuição até a entrega ao consumo, deve ocorrer em condições de tempo e temperatura que não comprometam sua qualidade higiênico-sanitária aos comensais.

(alternativa D) (CORRETA)

Os lotes reprovados ou com prazos de validade vencidos devem ser imediatamente devolvidos ao fornecedor e, na impossibilidade, devem ser devidamente identificados e armazenados separadamente.

(alternativa E)

Devem ser frequentemente coletados e estocados em local fechado e isolado da área de preparação e armazenamento dos alimentos, de forma a evitar focos de contaminação e atração de vetores e pragas urbanas.

Resposta comentada:

A resposta assinalada é única dentre as demais que faz referência com o item categorizado pela RDC, como: "MATÉRIAS-PRIMAS, INGREDIENTES E EMBALAGENS". Em relação aos outros, estão na legislação:

- Devem ser expostos à temperatura ambiente somente pelo tempo mínimo necessário para a preparação do alimento, a fim de não comprometer a qualidade higiênico-sanitária do alimento preparado - "4.8 PREPARAÇÃO DO ALIMENTO"

- No que diz respeito sobre o trajeto da distribuição até a entrega ao consumo, deve ocorrer em condições de tempo e temperatura que não comprometam sua qualidade higiênico-sanitária aos comensais. - "4.9 ARMAZENAMENTO E TRANSPORTE DO ALIMENTO PREPARADO"

- Os manipuladores devem adotar procedimentos que minimizem o risco de contaminação dos alimentos preparados por meio da anti-sepsia das mãos e pelo uso de utensílios ou luvas descartáveis. "4.10 EXPOSIÇÃO AO CONSUMO DO ALIMENTO PREPARADO"

- Devem ser frequentemente coletados e estocados em local fechado e isolado da área de preparação e armazenamento dos alimentos, de forma a evitar focos de contaminação e atração de vetores e pragas urbanas. "4.5 MANEJO DOS RESÍDUOS"

Feedback:

Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004. Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 16 setembro de 2004.

36ª QUESTÃO**Enunciado:**

O II Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da Covid-19, realizado pela Rede PENSSAN, evidenciou o agravamento da fome e da insegurança alimentar no Brasil. O relatório destaca desigualdades regionais significativas e aponta como os determinantes sociais — como renda, raça/cor, escolaridade, localização geográfica e composição familiar — influenciam diretamente o acesso à alimentação adequada.

Com base nos dados do relatório VIGISAN 2022, assinale a alternativa que apresenta corretamente um achado em relação à prevalência de insegurança alimentar nas regiões brasileiras.

Alternativas:**(alternativa A)**

A Região Sudeste apresentou maior prevalência de insegurança alimentar moderada, especialmente entre famílias residentes em áreas rurais com altos índices de escolarização.

(alternativa B)

A Região Nordeste teve redução na insegurança alimentar leve e grave, mas apresentou aumento da insegurança alimentar moderada, com impacto concentrado em capitais.

(alternativa C)

A Região Centro-Oeste foi a única a registrar aumento da segurança alimentar em comparação com o inquérito anterior (2020), resultado atribuído à expansão do agronegócio.

(alternativa D)

A Região Sul apresentou os maiores índices de insegurança alimentar grave no país, superando a Região Norte pela primeira vez desde 2004.

(alternativa E) (CORRETA)

A Região Norte concentrou os maiores percentuais de insegurança alimentar, com mais da metade dos domicílios vivenciando algum grau de insegurança.

Resposta comentada:

A assertiva "A Região Norte concentrou os maiores percentuais de insegurança alimentar, com mais da metade dos domicílios vivenciando algum grau de insegurança." está correta, pois é respaldada pelos dados do VIGISAN 2022, que mostram a Região Norte como a mais afetada por todos os graus de insegurança alimentar.

- A assertiva "A Região Sul apresentou os maiores índices de insegurança alimentar grave no país, superando a Região Norte pela primeira vez desde 2004." está incorreta, pois a Região Sul possui os menores índices de insegurança alimentar entre todas as regiões.
- A assertiva "A Região Sudeste apresentou maior prevalência de insegurança alimentar moderada, especialmente entre famílias residentes em áreas rurais com altos índices de escolarização." está incorreta, pois a insegurança no Sudeste é mais prevalente nas áreas urbanas periféricas e entre famílias de baixa escolarização.
- A assertiva "A Região Centro-Oeste foi a única a registrar aumento da segurança alimentar em comparação com o inquérito anterior (2020), resultado atribuído à expansão do agronegócio." está incorreta, pois não houve aumento da segurança alimentar nessa região, e o agronegócio não garante acesso à alimentação adequada à população local.
- A assertiva "A Região Nordeste teve redução na insegurança alimentar leve e grave, mas apresentou aumento da insegurança alimentar moderada, com impacto concentrado em capitais." está incorreta, pois os dados mostram altos índices de insegurança alimentar grave especialmente em áreas rurais, não urbanas.

Feedback:

REDE PENSSAN. *II Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da Covid-19 no Brasil – VIGISAN*. São Paulo: Fundação Friedrich Ebert Brasil, 2022. Disponível em: https://olheparaafome.com.br/VIGISAN_2022.pdf. Acesso em: 17 abr. 2025.

37ª QUESTÃO**Enunciado:**

De acordo com a RDC nº 216/2004 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), que dispõe sobre o regulamento técnico de boas práticas para serviços de alimentação, a higienização adequada dos ambientes e equipamentos é fundamental para garantir a inocuidade dos alimentos, prevenindo riscos de contaminação cruzada e promovendo um ambiente seguro para o preparo das refeições. As práticas de higienização devem seguir etapas sequenciais, utilizar produtos autorizados e respeitar a organização dos fluxos de trabalho. Considerando esse contexto e os princípios estabelecidos pela RDC nº 216/2004, assinale a alternativa que representa um procedimento de higienização correto:

Alternativas:**(alternativa A)**

Executar a desinfecção apenas ao final da jornada semanal, reduzindo custos operacionais.

(alternativa B)

Utilizar o mesmo pano para limpeza de bancadas e pisos, otimizando recursos.

(alternativa C)

Realizar higienização seca em superfícies úmidas, evitando uso de água.

(alternativa D)

Armazenar produtos de limpeza junto aos alimentos para facilitar o acesso.

(alternativa E) (CORRETA)

Realizar limpeza com detergente seguida da aplicação de sanitizante aprovado.

Resposta comentada:

A RDC nº 216/2004 define que a higienização de superfícies e equipamentos deve seguir uma sequência de etapas, iniciando com a limpeza com detergente (remoção de sujidades orgânicas e inorgânicas), seguida da desinfecção com sanitizantes autorizados pela Anvisa, garantindo a eliminação de microrganismos. No escopo da legislação, contempla-se que, a higienização seca não é indicada para superfícies úmidas, pois não remove adequadamente os resíduos e pode favorecer contaminação; O uso do mesmo pano em diferentes setores viola as normas de boas práticas, promovendo contaminação cruzada; Produtos de limpeza nunca devem ser armazenados junto aos alimentos, devido ao alto risco de contaminação química. E por fim, a desinfecção deve ser feita diariamente, ou conforme a frequência estabelecida nos procedimentos operacionais padronizados (POPs), e nunca apenas semanalmente.

Feedback:

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004**. Dispõe sobre regulamento técnico de boas práticas para serviços de alimentação. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 16 set. 2004.

38ª QUESTÃO

Enunciado:

A fitoterapia é uma prática que utiliza plantas medicinais para prevenção e tratamento de diversas condições de saúde. No Brasil, a atuação do nutricionista com fitoterapia é regulamentada por normativas específicas, que delimitam sua prescrição e utilização dentro da prática clínica. Com base na legislação vigente, analise as afirmativas a seguir:

- I. O nutricionista pode prescrever fitoterápicos industrializados e manipulados, desde que respeite as normas do Conselho Federal de Nutrição (CFN).
- II. A prescrição de plantas medicinais in natura pelo nutricionista não é permitida, sendo restrita apenas aos profissionais médicos e farmacêuticos.
- III. A Resolução CFN nº 680/2021 estabelece os critérios para a prescrição de fitoterápicos pelos nutricionistas, incluindo a necessidade de capacitação específica na área.
- IV. O uso da fitoterapia pelo nutricionista está restrito a suplementos alimentares e chás sem efeitos terapêuticos.
- V. A legislação vigente permite que o nutricionista utilize a fitoterapia como recurso terapêutico complementar à sua prática clínica, dentro de suas competências profissionais.

Estão corretas:

Alternativas:**(alternativa A)**

I e II, apenas.

(alternativa B)

II e IV, apenas.

(alternativa C)

IV, apenas.

(alternativa D) (CORRETA)

I, III e V, apenas.

(alternativa E)

I, II, III, IV e V.

Resposta comentada:

A atuação do nutricionista com fitoterapia no Brasil é regulamentada pela Resolução CFN nº 680/2021, que permite a prescrição de fitoterápicos industrializados e manipulados (I) e exige capacitação específica para essa prática (III). O uso da fitoterapia como recurso terapêutico complementar é permitido (V), desde que dentro das competências do nutricionista. No entanto, a afirmativa II está incorreta, pois o nutricionista pode recomendar plantas medicinais in natura dentro dos limites estabelecidos pela legislação. A afirmativa IV também é incorreta, pois a fitoterapia não está restrita apenas a suplementos e chás sem efeitos terapêuticos.

Feedback:

Trata-se da Resolução CFN nº 680/2021, publicada pelo Conselho Federal de Nutricionistas (CFN). Essa resolução regulamenta a prática da fitoterapia pelo nutricionista no Brasil, incluindo a prescrição de fitoterápicos industrializados e manipulados, além de estabelecer requisitos como capacitação específica e limites para o uso de plantas medicinais in natura.

Enunciado:

A terapia nutricional é uma das bases do tratamento do diabetes mellitus tipo 2 (DM2), sendo essencial para o controle glicêmico, melhora do perfil lipídico e manutenção de um peso corporal saudável. A resposta glicêmica pós-prandial está diretamente relacionada ao tipo, quantidade e combinação de macronutrientes ingeridos. Assim, compreender os efeitos metabólicos de cada macronutriente é fundamental para a elaboração de planos alimentares individualizados e eficazes. Com base nesses princípios, assinale a alternativa que melhor descreve o efeito dos macronutrientes sobre a glicemia em indivíduos com DM2:

Alternativas:**(alternativa A)**

Proteínas aumentam a glicemia de forma imediata, dentro de 30 minutos, sendo recomendado o seu consumo restrito para pacientes com DM2.

(alternativa B)

Carboidratos simples elevam a glicemia rapidamente, em cerca de 60 minutos, enquanto os complexos promovem liberação gradual da glicose.

(alternativa C)

A ingestão elevada de gorduras saturadas melhora a sensibilidade à insulina e reduz a glicemia em menos de 1 hora após a refeição.

(alternativa D) (CORRETA)

A ingestão de fibras reduz a absorção de glicose no intestino, retardando a elevação da glicemia e promovendo melhor controle em até 3 horas.

(alternativa E)

Lipídios elevam a glicemia em menos de 1 hora e devem ser evitados, pois causam picos glicêmicos em pacientes diabéticos.

Resposta comentada:

RESPOSTA CORRETA: As fibras retardam a absorção de glicose no intestino, evitando picos glicêmicos e melhorando o controle da glicemia ao longo de até 3 horas após a refeição.

- *“Carboidratos simples elevam a glicemia rapidamente, em cerca de 60 minutos, enquanto os complexos promovem liberação gradual da glicose.”*

Errado. Carboidratos simples elevam a glicemia rapidamente, em cerca de 15 a 30 minutos.

- *“Proteínas aumentam a glicemia de forma imediata, dentro de 30 minutos, sendo recomendado o seu consumo restrito para pacientes com DM2.”*

Errado. As proteínas têm impacto mínimo direto na glicemia, pois sua digestão e metabolização ocorrem de forma mais lenta e não resultam em um aumento significativo da glicose no sangue. Além disso, a restrição proteica não é necessária para todos os pacientes com DM2, sendo indicada apenas na presença de complicações renais.

- *“Lipídios elevam a glicemia em menos de 1 hora e devem ser evitados, pois causam picos de glicose semelhantes aos carboidratos simples.”*

Errado. Lipídios não elevam diretamente a glicemia em 1 hora, pois não são convertidos em glicose rapidamente. No entanto, dietas ricas em gorduras saturadas podem impactar a sensibilidade à insulina a longo prazo, o que pode influenciar indiretamente a glicemia.

- *“A ingestão de fibras reduz a absorção de glicose no intestino, retardando a elevação da glicemia e promovendo melhor controle em até 3 horas.”*

Correto. As fibras, especialmente as solúveis, retardam a digestão e absorção da glicose, prevenindo picos glicêmicos e melhorando o controle glicêmico ao longo do tempo. Esse efeito é um dos principais benefícios da inclusão de fibras na dieta de pacientes com DM2.

- *“A ingestão elevada de gorduras saturadas melhora a sensibilidade à insulina e reduz a glicemia em menos de 1 hora após a refeição.”*

Errado. O consumo excessivo de gorduras saturadas está associado à resistência à insulina e ao aumento do risco cardiovascular em pacientes com DM2. Além disso, gorduras não reduzem a glicemia de forma imediata, pois não afetam diretamente os níveis de glicose no sangue.

Feedback:

Diretriz Brasileira de Diabetes. (2024). Diretriz Brasileira de Diabetes 2024. Sociedade Brasileira de Diabetes.

40ª QUESTÃO**Enunciado:**

No contexto da atuação do nutricionista na Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), a adoção de comportamentos profissionais sustentáveis é essencial para garantir práticas que promovam não apenas a saúde dos indivíduos, mas também o respeito ao meio ambiente e o uso responsável dos recursos. Nesse sentido, o profissional de nutrição deve ser capaz de realizar escolhas conscientes que integrem os princípios da sustentabilidade em sua prática diária, como a gestão dos resíduos alimentares, a escolha de fornecedores que adotem práticas sustentáveis e a conscientização da equipe sobre a importância dessas ações.

Assinale a alternativa que apresenta a ação que contribui para um comportamento profissional sustentável em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN).

Alternativas:**(alternativa A)**

Preferência por alimentos com alto teor de aditivos químicos, para garantir maior durabilidade e reduzir desperdícios alimentares.

(alternativa B)

Foco exclusivo na redução dos custos operacionais para diminuir os impactos ambientais das escolhas alimentares feitas pela UAN.

(alternativa C)

Implantação de processos que maximizem o uso de produtos descartáveis, reduzindo custos operacionais e aumentando a eficiência do trabalho.

(alternativa D) (CORRETA)

Estabelecimento de parcerias com fornecedores que sigam práticas sustentáveis, como o uso de embalagens recicláveis e alimentos produzidos de forma ética.

(alternativa E)

Adoção de dietas altamente processadas, visando simplificar os processos de preparação alimentar e otimizar o tempo de atendimento.

Resposta comentada:

O uso de produtos descartáveis contribui para o aumento do lixo e da poluição ambiental. Além disso, a escolha de descartar ao invés de reutilizar ou reciclar entra em conflito com os princípios da sustentabilidade.

Adotar fornecedores que praticam a sustentabilidade contribui para a redução do impacto ambiental e social. A escolha de embalagens recicláveis e alimentos produzidos eticamente é uma prática responsável, alinhada aos princípios da sustentabilidade.

O alto teor de aditivos e baixo valor nutricional desses alimentos comprometem a saúde do indivíduo. Além disso, essas dietas geram maior impacto ambiental, devido ao uso excessivo de embalagens e processos industriais que prejudicam o meio ambiente. A preferência por alimentos mais naturais e com menor processamento seria uma escolha mais alinhada à sustentabilidade.

Priorizar apenas aspectos como redução de custos, pode prejudicar tanto o meio ambiente quanto a satisfação do comensal.

Feedback:

PEREGRIN, T. (2011) Sustainability in Foodservice Operations: An Update. Journal of the American Dietetic Association, v.111, n. 9, p. 1286-1294.

41ª QUESTÃO

Enunciado:

Uma nutricionista responsável técnica por uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) escolar está implementando em sua unidade, um modelo de gestão da qualidade. No escopo desse novo modelo, está à implementação da análise mensal do Índice de Resto Ingesta (IRI), que caracteriza-se como uma ferramenta de avaliação utilizada com o objetivo de monitorar a aceitação das preparações oferecidas, bem como o nível de desperdício nos pratos dos comensais, destacando-se como um indicador fundamental para o planejamento e adequação das refeições. Considerando as informações apresentadas, avalie as asserções a seguir e a relação proposta entre elas.

I - O Índice de Resto Ingesta (IRI) avalia a quantidade de alimentos que sobra nas cubas de distribuição do balcão térmico, sendo útil para verificar o controle de porcionamento.

PORQUE

II - Para garantir segurança alimentar e evitar desabastecimento, o IRI ideal deve situar-se entre 25 e 30%, conforme recomendação sanitária para escolas.

A respeito dessas asserções, assinale a opção correta.

Alternativas:**(alternativa A) (CORRETA)**

As asserções I e II são proposições falsas.

(alternativa B)

As asserções I e II são verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.

(alternativa C)

A asserção I é uma proposição falsa, e a II é uma proposição verdadeira.

(alternativa D)

A asserção I é uma proposição verdadeira e a II é uma proposição falsa.

(alternativa E)

As asserções I e II são verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.

Resposta comentada:

A primeira asserção é falsa, pois o Índice de Resto Ingesta (IRI) mede os restos deixados nos pratos dos comensais, e não as sobras nos equipamentos de distribuição como cubas. Ele serve para avaliar a aceitação da refeição e o nível de desperdício pós-consumo, não o porcionamento direto. A segunda asserção também é falsa, uma vez que o IRI ideal deve ser inferior a 10%. Índices entre 25 e 30% são considerados elevados e indicam baixa aceitação ou problemas no planejamento e gestão, como porções excessivas ou cardápios inadequados. Não há recomendações sanitárias que defendam um IRI elevado como segurança ou boa prática.

Feedback:

ABREU, Edeli Simioni de; SPINELLI, Mônica Glória Neumann; PINTO, Ana Maria de Souza. Gestão de unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer. [6. ed., rev. e ampl.]. São Paulo, SP: Metha, 2016.

Enunciado:

As Dietary Reference Intakes (DRIs) são um conjunto de valores de referência de nutrientes com base científica para indivíduos e grupos saudáveis. Um dos componentes das DRIs é a AMDR (Acceptable Macronutrient Distribution Range), que apresenta uma faixa de ingestão recomendada para fontes de energia específicas, a qual está associada à redução do risco de desenvolvimento de doença crônica, ao mesmo tempo em que fornece valores de ingestão adequados de nutrientes essenciais. Uma AMDR é expressa como uma porcentagem da ingestão total de energia e é estratificada por gênero, idade e grupos específicos (gestante e lactante).

Considerando um adulto saudável do sexo masculino, assinale a alternativa abaixo que apresentam corretamente as AMDR de carboidratos, proteínas e lipídeos para este indivíduo:

Alternativas:**(alternativa A)**

50-70% de carboidratos, 20-40% de proteínas e 10-20% de lipídios

(alternativa B)

40-60% de carboidratos, 10-30% de proteínas e 25-40% de lipídios

(alternativa C) (CORRETA)

45-65% de carboidratos, 10-35% de proteínas e 20-35% de lipídios

(alternativa D)

20-40% de carboidratos, 25-45% de proteínas e 30-50% de lipídios

(alternativa E)

30-50% de carboidratos, 15-30% de proteínas e 10-25% de lipídios

Resposta comentada:

Os valores corretos são: 45-65% de carboidratos, 10-35% de proteínas e 20-35% de lipídios. De acordo com as Dietary Reference Intakes (DRIs), a distribuição recomendada de macronutrientes para adultos saudáveis é de 45-65% de carboidratos, 10-35% de proteínas e 20-35% de lipídios. Essa faixa é ideal para garantir que a dieta forneça a quantidade necessária de energia e nutrientes para o funcionamento adequado do organismo, respeitando a proporcionalidade entre os macronutrientes.

Feedback:

PADOVANI, RM; AMAYA-FARFÁN, J; COLUGNAT, FAB & Álvares DOMENE, SM. Dietary reference intakes: aplicabilidade das tabelas em estudos nutricionais. Rev. Nutr., Campinas, 19(6):741-760, nov./dez., 2006

43ª QUESTÃO**Enunciado:**

Um grupo de estagiários de Nutrição estava estudando sobre o método DIAAS (*Digestible Indispensable Amino Acid Scores*) de avaliação da qualidade de proteínas alimentares. Este

método objetiva classificar a qualidade das proteínas presentes nos alimentos fontes a partir da quantidade de aminoácidos essenciais digeríveis presentes nestes alimentos em comparação a um padrão de referência. Nesse sentido, quanto maior o DIAAS de um alimento, mais rico ele é em aminoácidos essenciais de fácil digestão e absorção.

Para a fixação do estudo, o grupo de estagiários resolveu avaliar a ingestão diária de proteínas totais e a qualidade proteica das dietas de cinco pacientes. Para cada paciente, os estagiários aferiram o peso corporal e realizaram a anamnese nutricional para calcularem a quantidade total de proteínas ingerida diariamente, bem como determinarem o principal alimento fonte de proteínas consumido. Além disso, os estagiários pesquisaram a pontuação DIAAS de cada alimento e reuniram todos os dados na tabela abaixo:

PACIENTE	PESO CORPORAL (Kg)	INGESTÃO TOTAL DE PROTEÍNA (g/dia)	Alimento fonte principal	DIAAS (%)
A	80	90	Lentilhas cozidas	58
B	90	60	Proteína do soro do leite de vaca isolada	133
C	55	65	Leite de vaca integral	111
D	105	92	Ovos de galinha cozidos	113
E	64	112	Carne bovina cozida	119

Fonte: Arquivo pessoal

Considerando os dados apresentados na tabela anterior e que a prescrição para todos os pacientes é de uma dieta normoproteica, avalie as afirmativas abaixo quanto às conclusões dos estagiários sobre a pesquisa:

I - O paciente A apresenta um consumo de proteínas totais adequado, porém a qualidade proteica da dieta observada é a menor entre os pacientes avaliados, uma vez que o principal alimento fonte apresenta um DIAAS de 58%.

II - O paciente B apresenta um consumo de proteínas totais abaixo do recomendado e a qualidade proteica da dieta também apresenta-se inferior, uma vez que o alimento fonte de proteínas principal não é a carne de origem animal.

III - O paciente C apresenta um consumo de proteínas totais superior ao recomendado e a qualidade proteica da sua dieta é superior a encontrada na dieta consumida pelo paciente A, uma vez que o principal alimento fonte de proteínas do paciente C é de origem animal.

IV - O paciente D apresenta um consumo de proteínas totais adequado e a qualidade proteica da dieta é ótima uma vez que o alimento fonte principal apresenta um DIAAS de 113%, indicando que é um alimento rico em aminoácidos essenciais de fácil digestão e absorção.

V - O paciente E apresenta um consumo proteico total inferior ao recomendado, apesar da ótima qualidade proteica da dieta, uma vez que o alimento fonte principal é a carne bovina, que apresenta o maior DIAAS entre os alimentos fontes de proteínas.

Com relação às afirmativas acima, assinale a alternativa que apresenta apenas as afirmativas corretas:

Alternativas:**(alternativa A)**

III e V, apenas.

(alternativa B)

I e V, apenas.

(alternativa C)

I, II e IV, apenas.

(alternativa D)

II, III e V, apenas.

(alternativa E) (CORRETA)

I e IV, apenas.

Resposta comentada:

As afirmativas corretas são a I e IV

II) O paciente B apresenta um consumo de proteínas totais abaixo do recomendado, sendo de 0,66g/kg de PC, enquanto o recomendado é de 0,8 a 1,2 g/kg de PC para dietas normoproteicas. Porém a qualidade proteica da dieta é ótima, uma vez que o principal alimento fonte é a proteína isolada do soro do leite de vaca, que apresenta alto escore DIAAS, indicando que apresenta excelente quantidade de aminoácidos essenciais e com melhor biodisponibilidade dos mesmos.

III) O paciente C apresenta um consumo de proteínas totais adequado, sendo de 1,12g/kg de PC, o qual está dentro do intervalo de 0,8 a 1,2 g/kg de PC recomendado para adultos saudáveis em uma dieta normoproteica.

V) O paciente E apresenta um consumo proteico total superior ao recomendado, sendo de 1,75 g/kg de PC. A qualidade proteica da dieta é ótima, uma vez que o alimento fonte principal é carne bovina, que apresenta um DIAAS de 119%, porém não é o maior score DIAAS observado, já que a carne bovina apresenta menor biodisponibilidade dos aminoácidos em comparação à proteína do soro do leite isolada, por exemplo.

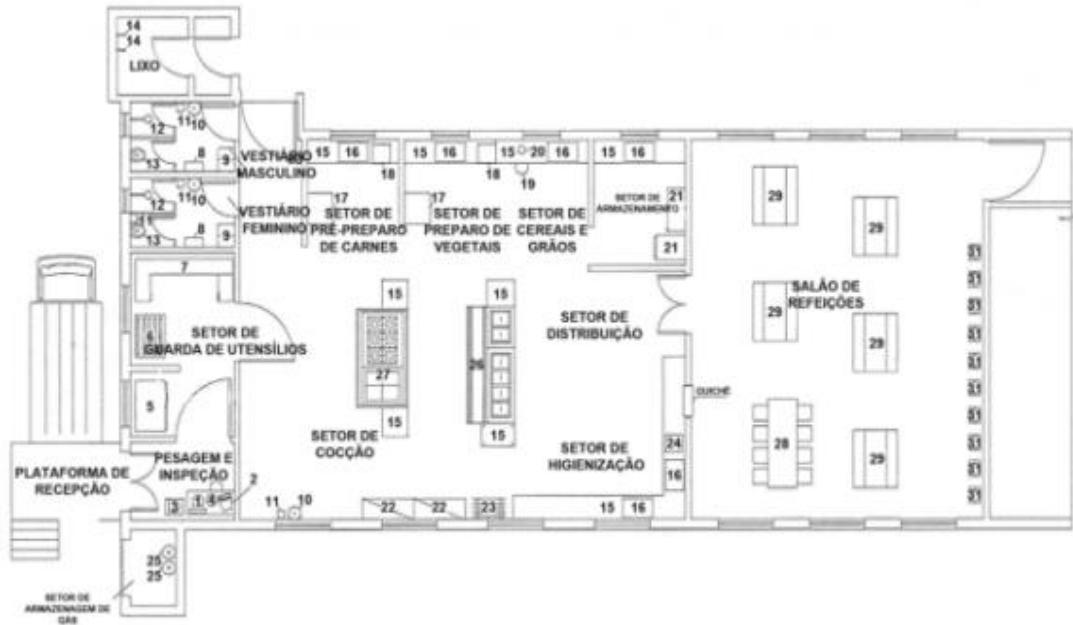
Feedback:

MOUGHAN, PJ & LIM, WXJ. Digestible indispensable amino acid score (DIAAS): 10 years on. Front Nutr., 2024.

44ª QUESTÃO

Enunciado:

O planejamento de áreas e setores de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) deve considerar as atividades que serão realizadas, a legislação vigente (ANVISA, 2004) e as especificidades do local. O objetivo é garantir a segurança, a qualidade e a conformidade legal das refeições. Tendo como base a figura abaixo:



SANT'ANA, H. M. P. Planejamento físico-funcional de unidades de alimentação e nutrição. Rio de Janeiro: Rubio, 2012 [adaptado].

Identifique a opção que apresenta as áreas da unidade e o correto espaço de planta baixa que deve ser destinada aos setores:

Alternativas:

(alternativa A) (CORRETA)

Administração de 12% e Higienização de 6 a 8% da área total planejada.

(alternativa B)

Higienização de 6 a 8% e Distribuição de 20% da área total planejada.

(alternativa C)

Distribuição de 20% e Preparo de 16 a 20% da área total planejada.

(alternativa D)

Administração de 12% e Estocagem de 20% da área total planejada.

(alternativa E)

Estocagem de 20% e Distribuição de 12% da área total planejada.

Resposta comentada:

Segundo as recomendações sobre o planejamento de área física pela legislação brasileira, na estruturação de uma UAN os setores deverão ter a seguinte porcentagem da área total:

- Higienização de 6 a 8%;
- Distribuição de 45 a 48%;
- Administração de 12%;
- Preparo de 16 a 20%;
- Estocagem de 10 a 12%.

Feedback:

Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004. Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 16 setembro de 2004.

45ª QUESTÃO**Enunciado:**

Uma equipe multiprofissional de saúde de um hospital público identificou a necessidade de implantar um protocolo para detecção precoce do risco nutricional em pacientes internados. Para isso, os profissionais decidiram adotar um instrumento de triagem nutricional validado e recomendado por diretrizes internacionais. Nesse contexto, a escolha mais apropriada para a triagem nutricional inicial desses pacientes é:

Alternativas:**(alternativa A)**

Índice de Massa Corporal (IMC), pois é um indicador antropométrico amplamente utilizado para classificar o estado nutricional dos pacientes, sendo suficiente para a triagem nutricional.

(alternativa B)

Mini Avaliação Nutricional (MAN), visto que é um método validado e utilizado amplamente para avaliar o estado nutricional de qualquer paciente hospitalizado.

(alternativa C) (CORRETA)

Nutritional Risk Screening 2002 (NRS-2002), pois é um método de triagem recomendado para pacientes hospitalizados, permitindo identificar os que precisam da terapia nutricional precoce.

(alternativa D)

Inquérito Alimentar de 24 horas (Recordatório 24h), pois permite avaliar a ingestão alimentar detalhada do paciente e identificar possíveis deficiências nutricionais.

(alternativa E)

Circunferência do Braço (CB), que permite estimar a massa muscular e gordura corporal, sendo suficiente para determinar o risco nutricional em ambiente hospitalar.

Resposta comentada:

A alternativa CORRETA é: "*Nutritional Risk Screening 2002 (NRS-2002)*, pois é um método de triagem recomendado para pacientes hospitalizados, permitindo identificar aqueles que podem se beneficiar da terapia nutricional precoce."

O NRS-2002 é um instrumento de triagem nutricional recomendado para pacientes hospitalizados, conforme diretrizes do ESPEN (*European Society for Clinical Nutrition and Metabolism*). Ele avalia critérios como IMC, perda de peso recente, redução da ingestão alimentar e gravidade da doença para identificar pacientes com risco nutricional que necessitam de intervenção precoce.

As demais estão INCORRETAS, seguem as CORREÇÕES:

- Inquérito Alimentar de 24 horas (Recordatório 24h)

- O recordatório de 24 horas é um método de avaliação da ingestão alimentar, não um instrumento de triagem nutricional. Ele fornece informações sobre hábitos alimentares, mas não identifica risco nutricional de forma sistemática.

– Mini Avaliação Nutricional (MAN)

- A MAN é um método validado para avaliar o estado nutricional de idosos, sendo mais apropriado para essa população específica. Para pacientes hospitalizados de forma geral, o NRS-2002 é mais recomendado.

– Circunferência do Braço (CB)

- A CB é um método antropométrico complementar que pode auxiliar na avaliação nutricional, mas não é um instrumento validado para triagem nutricional hospitalar.

– Índice de Massa Corporal (IMC)

- O IMC é um indicador antropométrico importante, mas isoladamente não é suficiente para realizar a triagem nutricional, pois não considera fatores como perda de peso recente ou gravidade da doença.

Feedback:

ESPEN Guidelines on Enteral Nutrition: Hospitalized Patients. Clinical Nutrition, 2006.

46ª QUESTÃO**Enunciado:**

O planejamento do cardápio no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) deve ser pautado em diretrizes nutricionais específicas, com atenção especial ao controle de nutrientes críticos como açúcares, sódio e gorduras, além de promover a diversidade alimentar. Segundo a Resolução CD/FNDE nº 6/2020, a oferta de preparações com alto teor desses nutrientes deve ser limitada para garantir a saúde dos estudantes.

A adequação do planejamento alimentar, conforme as normas do PNAE, requer atenção especial à

Alternativas:**(alternativa A)**

substituição de produtos com gordura vegetal hidrogenada por versões com gordura saturada de origem animal, desde que respeitados os limites calóricos.

(alternativa B)

eliminação de bebidas açucaradas e refrigerantes em todas as escolas da rede pública, exceto quando integrados a eventos comemorativos com aprovação da direção.

(alternativa C)

inclusão diária de sucos industrializados com adição de vitamina C, como estratégia para diversificação da oferta de bebidas e enriquecimento do cardápio.

(alternativa D) (CORRETA)

limitação da oferta de preparações com alto teor de açúcares, gorduras saturadas e sódio, contribuindo para a prevenção de doenças crônicas.

(alternativa E)

manutenção da média semanal de macronutrientes compatível com os valores de referência do Guia Alimentar para a População Brasileira, com uso de produtos industrializados, inclusive.

Resposta comentada:

A assertiva **"Limitação da oferta de preparações com alto teor de açúcares, gorduras saturadas e sódio, contribuindo para a prevenção de doenças crônicas."** está correta, pois reflete fielmente os parâmetros estabelecidos na Resolução nº 6/2020, que visa a prevenção de doenças crônicas e promoção da saúde escolar.

- A assertiva **"Manutenção da média semanal de macronutrientes compatível com os valores de referência do Guia Alimentar para a População Brasileira, com uso de produtos industrializados."** está incorreta, pois a legislação valoriza alimentos in natura e minimamente processados. O uso de industrializados, mesmo que enriquecidos, **não é recomendado como estratégia para atingir metas nutricionais.**
- A assertiva **"Eliminação de bebidas açucaradas e refrigerantes em todas as escolas da rede pública, exceto quando integrados a eventos comemorativos com aprovação da direção."** está incorreta, pois a legislação veda o fornecimento dessas bebidas, **sem exceções para eventos.**
- A assertiva **"Substituição de produtos com gordura vegetal hidrogenada por versões com gordura saturada de origem animal, desde que respeitados os limites calóricos."** está incorreta, pois tanto a gordura hidrogenada quanto a saturada devem ser **restritas**, não havendo recomendação para essa troca como solução aceitável.
- A assertiva **"Inclusão diária de sucos industrializados com adição de vitamina C, como estratégia para diversificação da oferta de bebidas e enriquecimento do cardápio."** está incorreta, pois os sucos industrializados são **desestimulados pela política**, que prioriza frutas in natura e sucos naturais sem adição de açúcar.

Feedback:

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. *Resolução nº 6, de 8 de maio de 2020*. Estabelece as diretrizes para o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, n. 89, p. 32–36, 11 maio 2020. Disponível em: <https://www.fn-de.gov.br/index.php/acesso-a-informacao/institucional/legislacao/item/13474-resolu%C3%A7%C3%A3o-cd-fnde-n%C2%BA-6-de-8-de-maio-de-2020>.

47ª QUESTÃO**Enunciado:**

Durante a avaliação nutricional de um paciente hospitalizado, o nutricionista realiza um exame físico detalhado para identificar sinais e sintomas clínicos indicativos de deficiências nutricionais. Essa abordagem semiológica é essencial para complementar os dados dietéticos e antropométricos, permitindo um diagnóstico nutricional mais preciso. Dentre os achados clínicos observáveis no exame físico, alguns podem estar diretamente relacionados a carências específicas de micronutrientes e macronutrientes.

Com base nesse contexto, analise as afirmativas abaixo e assinale a alternativa correta.

Alternativas:**(alternativa A)**

Xerose cutânea e cegueira noturna são manifestações clínicas da deficiência de vitamina C.

(alternativa B)

A presença de cabelo quebradiço e despigmentado é característica exclusiva da deficiência de proteína.

(alternativa C)

Edema generalizado pode ser um indicativo de deficiência de ferro.

(alternativa D)

Hemorragias gengivais frequentes indicam primariamente um quadro de deficiência de cálcio.

(alternativa E) (CORRETA)

Glossite e queilite angular podem estar associadas à deficiência de vitaminas do complexo B.

Resposta comentada:

A alternativa CORRETA é: "Glossite e queilite angular podem estar associadas à deficiência de vitaminas do complexo B."

A glossite (inflamação da língua) e a queilite angular (fissuras nos cantos da boca) são sinais clínicos frequentemente associados à deficiência de vitaminas do complexo B, como riboflavina (B2), niacina (B3), piridoxina (B6) e cobalamina (B12). Essas manifestações são comuns em indivíduos com ingestão inadequada desses nutrientes.

As demais estão INCORRETAS:

- "Edema generalizado pode ser um indicativo de deficiência de ferro." - CORREÇÃO: o edema generalizado pode ser causado por diversas condições, incluindo hipoalbuminemia (comum em desnutrição proteico-calórica) e insuficiência renal, mas não é um achado típico da deficiência de ferro, que está mais associada à anemia ferropriva, fadiga e palidez cutâneo-mucosa.

- "Xerose cutânea e cegueira noturna são manifestações clínicas da deficiência de vitamina C." - CORREÇÃO: a xerose cutânea (pele seca) e a cegueira noturna são manifestações clínicas clássicas da deficiência de vitamina A, e não de vitamina C. A deficiência de vitamina C está mais associada ao escorbuto, que inclui sintomas como hemorragias gengivais, fraqueza e dificuldade na cicatrização de feridas.

- "A presença de cabelo quebradiço e despigmentado é característica exclusiva da deficiência de proteína." - CORREÇÃO: o cabelo quebradiço e despigmentado pode ser um sinal de deficiência proteica, mas também pode estar relacionado à carência de outros micronutrientes, como zinco e cobre. Portanto, não é um achado exclusivo da deficiência de proteína.

- "Hemorragias gengivais frequentes indicam primariamente um quadro de deficiência de cálcio" - CORREÇÃO: hemorragias gengivais frequentes são um sinal clássico de deficiência de vitamina C, que afeta a síntese de colágeno e a integridade vascular, podendo levar ao escorbuto. O cálcio, por sua vez, está mais relacionado à saúde óssea e dentária, mas sua deficiência não causa primariamente hemorragias gengivais.

Feedback:

SILVA, S. M. C.; WAITZBERG, D. L. Semiologia Nutricional. In: WAITZBERG, D. L. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 4. ed. São Paulo: Atheneu, 2021. p. 89-112.

48ª QUESTÃO**Enunciado:**

Na epidemiologia é descrita a transição demográfica, epidemiológica e nutricional. No que se refere a Epidemiologia Nutricional, assinale a alternativa que indique a principal característica do processo de transição nutricional.

Alternativas:**(alternativa A)**

As anemias diminuem suas prevalências ao mesmo tempo e em ritmo oposto ao do aumento na prevalência da desnutrição.

(alternativa B) (CORRETA)

Há a passagem de um modelo de situação epidemiológica representado pela desnutrição para um cenário dominado pelo excesso de peso.

(alternativa C)

Há o aumento das prevalências da desnutrição, sobrepeso, obesidade e carências nutricionais específicas.

(alternativa D)

Ocorre o declínio das carências nutricionais específicas do sobrepeso e obesidade, como deficiências de vitamina B12.

(alternativa E)

A característica dominante é a desnutrição como evento de maior visibilidade epidemiológica já que apresenta elevada prevalência.

Resposta comentada:

Na transição nutricional há a passagem de um modelo de situação epidemiológica representado pela desnutrição para um cenário dominado pelo excesso de peso. Dessa forma, atualmente o excesso de peso, é considerado um problema de saúde pública, apresentando maiores prevalências e incidências na população. Dessa forma, não devem ser consideradas outras deficiências neste caso, como anemia, deficiência de vitamina B12. Por isso, a única alternativa correta é "Há a passagem de um modelo de situação epidemiológica representado pela desnutrição para um cenário dominado pelo excesso de peso".

Feedback:

KAC, Gilberto; SICHIERI, Roseli; GIGANTE, Denise Petrucci. Epidemiologia Nutricional. Rio de Janeiro, RJ: FIOCRUZ/Atheneu, 2007.

49ª QUESTÃO

Enunciado:

(ENADE/2023 - Adaptada): Em Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs), há vários indicadores de qualidade utilizados para medir a eficiência de produção que auxiliam a(o) nutricionista na prática gerencial. Acerca de indicadores da qualidade nessas Unidades, avalie as afirmações a seguir.

I. Uma UAN institucional que serve 6.000 refeições no almoço gerou, a partir do total de 2.500 Kg de alimentos produzidos, 210 Kg de sobra, 60 Kg de cascas e 210 Kg de resto comestível; nesse caso, o percentual de resto-ingestão equivale a 10,4% e o resto per capita é 0,035 Kg ou 35 g.

II. A Taxa de Absenteísmo (TA) é um indicador utilizado para avaliar o desempenho da organização como um todo. Diante disso, compreende-se que uma UAN com 80 empregados fixos que registra uma média de ausências diárias de 4 funcionários tem uma TA de 5%.

III. Em uma UAN, houve aplicação da lista de verificação de boas práticas de manipulação de alimentos e constatou-se um total de 70 itens conformes e 30 não conformes (Total de 100 itens); nesse caso, pode-se afirmar que a UAN obteve um percentual de adequação de 30% de conformidade.

IV. Fator de Correção prevê as perdas inevitáveis de alimentos durante a etapa de pré-preparo; sabe-se que, por meio dele, é possível planejar uma lista de compras visando a minimizar o desperdício.

Marque a alternativa correta:

Alternativas:**(alternativa A)**

I, II e IV estão corretas.

(alternativa B)

I, II e III estão corretas.

(alternativa C) (CORRETA)

Apenas I e III estão incorretas.

(alternativa D)

Apenas II está incorreta.

(alternativa E)

Apenas II e III estão incorretas.

Resposta comentada:

Estão corretas apenas as afirmações II e IV, logo afirmações I e III são incorretas. As afirmações I e III contêm erros de cálculo ou conceito.

Afirmação I:

Cálculo do Resto Ingestão:

1) Resto-ingestão = $210\text{kg}/6000 \text{ refeições} = 0,035 \text{ kg} = 35\text{g}$

2) Percentual de Resto Ingestão: $210\text{kg}/2500\text{kg} \times 100 = 8,4\%$ (Aqui há um erro, o percentual correto não é 10,4%, e sim 8,4%. Portanto, apesar do cálculo do resto per capita estar certo, o percentual está incorreto, tornando a afirmação falsa.

Afirmação III:

Cálculo do percentual de adequação das conformidades:

1) $70/100 \times 100 = 70\%$. O enunciado afirma que a conformidade foi 30%, o que está inverso ao valor correto.

Feedback:

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP).

Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes (ENADE) 2023: Prova de Nutrição – versão super ampliada. Brasília: INEP, 2023. Disponível em:

https://download.inep.gov.br/enade/provas_e_gabaritos/2023_PV_nutricao_super_ampliada.pdf.

Acesso em: 13 abr. 2025.

50ª QUESTÃO**Enunciado:**

De acordo com as Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial, a terapia nutricional é fundamental no tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica. Considerando a influência da perda de peso, a composição da dieta e a ingestão de sódio nos níveis de pressão arterial, assinale a alternativa correta:

Alternativas:**(alternativa A)**

O consumo moderado de álcool não interfere nos níveis de pressão arterial em pacientes com hipertensão.

(alternativa B)

A ingestão diária de sódio não deve ultrapassar 5 gramas, conforme recomendação das diretrizes brasileiras.

(alternativa C)

A perda de peso não tem influência nos níveis de pressão arterial em indivíduos hipertensos.

(alternativa D) (CORRETA)

A dieta DASH, rica em frutas, hortaliças e laticínios, é recomendada para reduzir a pressão arterial.

(alternativa E)

O consumo elevado de potássio, presente em alimentos como banana e laranja, deve ser evitado por hipertensos.

Resposta comentada:

A dieta DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) enfatiza o consumo de frutas, hortaliças e laticínios com baixo teor de gordura, além de incluir cereais integrais, aves, peixes e oleaginosas. Esse padrão alimentar tem demonstrado eficácia na redução da pressão arterial em indivíduos hipertensos. Em relação às demais alternativas:

- A perda de peso está associada à redução dos níveis de pressão arterial em indivíduos com sobrepeso ou obesidade.
- O aumento da ingestão de potássio é benéfico para o controle da pressão arterial, desde que não haja contraindicações específicas.
- As diretrizes recomendam que a ingestão diária de sódio não ultrapasse 2 gramas, o que equivale a aproximadamente 5 gramas de sal.
- O consumo moderado de álcool está associado ao aumento da pressão arterial; recomenda-se moderação ou abstinência para indivíduos hipertensos.

Feedback:

Barroso, W.K.S. et al. (2021). Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. Arq Bras Cardiol, 116(3), 516-658