

# SIMULADOS DA SAÚDE

TESTE DE NIVELAMENTO

## Nutrição



**Estratégia**  
Saúde



# Simulado Especial

## Simulado – Nutrição

Nome: \_\_\_\_\_

### INFORMAÇÕES SOBRE O SIMULADO EXCLUSIVO

- 1 – Este simulado conta com questões focadas na área da saúde - Nutrição;
- 2 – A prova contém **50 itens**;
- 3 – As questões são inéditas e foram elaboradas pelos nossos professores com base no perfil da banca organizadora CESPE/CEBRASPE, com assertivas para serem valoradas como “certo” ou “errado”.
- 4 – Este PDF foi enviado por e-mail, disponibilizado na área do aluno e em um artigo publicado no blog do Estratégia Concursos;
- 5 – Os participantes têm das **8:30 às 13:00** para responder às questões e preencher o Gabarito Eletrônico;
- 6 – O link para preencher o formulário com seu gabarito está localizado na última página deste PDF;
- 7 – O Gabarito do Simulado e o Ranking Classificatório com nota serão divulgados no blog do Estratégia Concursos.
- 8 – Esse simulado é uma autoavaliação! Você mesmo(a) vai corrigir, a partir do padrão de respostas disponível na área do aluno.

**PREENCHA SEU GABARITO NO LINK - <http://bit.ly/Simulado-Saúde-19-09-20>**

- |  |  |
|--|--|
| 01 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 26 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 02 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 27 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 03 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 28 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 04 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 29 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 05 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 30 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 06 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 31 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 07 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 32 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 08 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 33 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 09 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 34 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 10 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 35 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 11 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 36 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 12 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 37 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 13 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 38 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 14 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 39 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 15 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 40 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 16 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 41 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 17 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 42 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 18 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 43 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 19 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 44 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 20 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 45 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 21 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 46 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 22 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 47 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 23 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 48 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 24 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 49 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |
| 25 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E | 50 – <input type="radio"/> C <input type="radio"/> E |

## NUTRIÇÃO

Angela Sezini

**01.** No que se refere aos nutrientes, julgue o item a seguir: Nutrientes essenciais são aqueles que não são produzidos pelo organismo, portanto devem ser obtidos a partir da alimentação. São eles: ácidos graxos linoléico e linolênico, vitaminas, minerais e todos os aminoácidos.

**02.** No que se refere aos nutrientes, julgue o item a seguir: A glicose é o mais doce dos carboidratos.

**03.** No que se refere às fibras alimentares, julgue o item a seguir: São oligossacarídeos não-digeríveis (NDO) os frutanos e os galactanos. Esses compostos são conhecidos como fibras prebióticas.

**04.** No que se refere às vitaminas, julgue o item a seguir: A carência das vitaminas do complexo B causa prejuízos importantes no o estado de saúde dos indivíduos. A deficiência da niacina pode resultar em pelagra.

**05.** No que se refere aos minerais, julgue o item a seguir: O magnésio participa de um número considerável de reações químicas como cofator enzimático. Uma das suas fontes mais importantes são os vegetais verde escuros.

**06.** Os Guias Alimentares são instrumentos através dos quais a população é orientada quanto à adoção de uma alimentação saudável. Com base nessa informação, julgue o item seguinte:

A “autonomia” para fazer escolhas alimentares é um dos cinco princípios do Guia Alimentar.

**07.** Considerando as necessidades e recomendações de nutrientes, julgue o item seguinte.

As ingestões dietéticas de referência" (DRIs, de *dietary reference intakes*) são compostas por quatro valores de referência: EAR (*estimated average requeriment*), RDI (*recommended dietary intanke*), AI (*adequate intanke*) e UL (*tolareble up perintake level*).

**08.** O cálcio é um dos minerais mais importantes na formação de ossos e dentes. Com base nessa informação, julgue o item seguinte. A recomendação de ingestão para crianças de 1 a 3 anos de idade é de 1000 mg/dia.

**09.** A expressão “avaliação nutricional” refere-se a “abordagem para a definição do estado nutricional por meio das histórias médica, alimentar e medicamentosa, do exame físico, das medidas antropométricas e dos exames bioquímicos. Com base nesse conceito, julgue o item seguinte. A determinação do diagnóstico nutricional final inclui a avaliação dos pacientes por métodos subjetivos, objetivos, conceituais, sócio-demográficos e pela análise de parâmetros bioquímicos.

**10.** No que se refere a avaliação do peso corporal, julgue o item seguinte: O peso corporal representa a soma de todos os compartimentos corporais e reflete o equilíbrio protéico-energético do indivíduo. É uma medida simples, fácil de ser obtida, de baixo custo.

**11.** O IMC é uma medida muito utilizada na prática clínica. Possui validade científica; prediz a composição corporal total. Acerca desse tema, julgue o item seguinte: A avaliação da composição corporal deve ser associada, principalmente, quando os valores encontrados estão próximos aos limites ou fora da normalidade ( $\leq 16$  a  $\geq 32$  kg/m<sup>2</sup>).

**12.** Sobre a adiposidade corporal, julgue o seguinte: A deposição de gordura na região abdominal é de bastante interesse na prática clínica, uma vez que, está diretamente relacionada as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT).

**13.** A albumina é uma proteína de produção hepática encontrada em grandes concentrações no meio extracelular. Com base nessa informação, julgue o item seguinte: A hipoalbuminemia pode estar associada à desnutrição, sendo a sua dosagem, útil na avaliação do estado nutricional. Apesar da meia-vida longa – 8 a 10 dias – o que compromete a sua sensibilidade, é muito usada na prática clínica em função do baixo custo.

**14.** A Organização Mundial de Saúde recomenda dois indicadores para a avaliação do estado nutricional dos adolescentes. Com base nessa informação, julgue o item seguinte.

Os indicadores mais adequados para a avaliação do estado nutricional de adolescentes são Peso/Idade (P/I) e o Peso/Estatura (P/E).

**15.** No que se refere a avaliação nutricional dos idosos, julgue o item seguinte:

A mudança na composição corporal é marcada pela redução progressiva do tecido adiposo e aumento da massa corporal magra (água, osso e tecido muscular).

**16.** Os ácidos graxos são essenciais para o desenvolvimento dos lactentes. Acerca desse tema, julgue o item seguinte: O ácido graxo ômega 3 é importante para o desenvolvimento cerebral e da retina do bebê.

**17.** As anemias podem acontecer por falta de nutrientes como ferro, ácido fólico e cobalamina. Considerando a informação, julgue o item seguinte:

A anemia por deficiência de ácido fólico é uma anemia hipocrômica e microcítica.

**18.** A Terapia Nutricional Enteral é uma alternativa para a nutrição de pacientes hospitalizados/domiciliares que não podem alimentar-se adequadamente pela via oral. Sobre esse assunto, julgue o item seguinte: Para a realização da TNE, as vias de acesso podem ser o estômago, duodeno ou jejuno.

**19.** A Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) define a Hipertensão arterial (HA) como uma condição clínica multifatorial caracterizada por elevação sustentada dos níveis pressóricos. Com base nessa informação, julgue o item seguinte. O primeiro estágio da Hipertensão Arterial é marcado pela cifra pressórica da pressão sistólica  $\geq 140$  mmHg e pressão diastólica  $\geq 90$  mmHg.

**20.** A desnutrição pode ser definida como "estado de nutrição em que uma deficiência, excesso ou desequilíbrio de energia, proteínas e outros nutrientes. Com base nessa informação, julgue o item seguinte: A desnutrição pode ser classificada em dois tipos: Kwashiorkor e Marasmo.

**21.** A pancreatite crônica (PC) decorre de uma inflamação persistente do tecido pancreático. Com base nessa informação, julgue o item seguinte: Dentre os fatores causais mais importantes temos o consumo excessivo de álcool (20%), fator idiopático (70%) e os cálculos biliares que impedem o fluxo normais das secreções do pâncreas para o intestino.

**22.** Os pacientes que apresentam a cirrose podem ser classificados, de acordo com o quadro clínico da doença, em compensados e descompensados. Com base nessa informação, julgue o item seguinte. Na cirrose descompensada estão presentes a ascite, a encefalopatia hepática e/ou a icterícia.

**23.** No que se refere ao Índice Glicêmico, julgue o item seguinte:

O Índice Glicêmico refere-se à velocidade em que o alimento é digerido e absorvido no trato digestório no período pré-prandial.

**24.** O consumo de alimentos *diet* são alternativas indicadas para pacientes diabéticos e em tratamento para o controle de peso corporal. Acerca desse tema, julgue o item seguinte: Os produtos *diet* apresentam redução mínima de 25% em determinado nutriente ou calorias quando comparado ao produto convencional.

- 25.** A alimentação complementar deve ser iniciada aos seis meses de vidas para os lactentes em aleitamento materno. Com base nessa informação, julgue o item seguinte: Os alimentos devem ser oferecidos na forma de líquidos (liquidificados), e posteriormente apenas amassados e/ou cortados em pedaços pequenos.
- 26.** Sobre as Diretrizes da Alimentação Escolar, julgue o item seguinte: É uma das Diretrizes da Alimentação Escolar: a universalidade do atendimento aos alunos matriculados na rede pública de educação básica.
- 27.** Considerando o tema “Transição Nutricional”, julgue o item seguinte: A transição nutricional consiste na adequação do estado nutricional da população, decorrente de fatores como sedentarismo e manutenção do padrão das práticas de atividades físicas e de estilo de vida, interligados a questões econômicas, culturais e demográficas.
- 28.** No que se refere ao Núcleo de Apoio da Família (NASF), julgue o item seguinte: Os Núcleos de Apoio à Saúde da Família são equipes multiprofissionais, compostas por profissionais de diferentes profissões ou especialidades, que devem atuar de maneira integrada e apoiando os profissionais das equipes da rede hospitalar básica.
- 29.** Em relação a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), julgue o item seguinte: A PNAN tem por objetivo a melhoria das condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira, mediante a promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis.
- 30.** Em relação a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), julgue o item seguinte:  
Fazem parte dos princípios da PNAN: alimentação como elemento de humanização das práticas de saúde e o respeito à diversidade e à cultura alimentar.
- 31.** No que se refere a Educação Alimentar e Nutricional (EAN), julgue o item seguinte: Nas escolas, a EAN deverá ser *incluída entre os temas transversais*.
- 32.** Verduras e legumes são plantas ou partes de plantas que servem para o consumo humano. Acerca do tema, julgue o item seguinte: Hortalíça é a denominação genérica para legumes e verduras.
- 33.** Os ovos são alimentos nutritivo e muito consumidos pela população. Quanto ao armazenamento correto desse alimento, julgue o item seguinte: Os ovos podem ser armazenados por 12 semanas a 5 °C, desde que protegidos do sol e do calor.
- 34.** O pré-preparo dos alimentos constitui uma das etapas mais importantes nas Unidades de Alimentação e Nutrição. A respeito desse tema, julgue o item seguinte. São considerados procedimentos de pré-preparo as operações de limpeza, divisão ou mistura, cocção leve para que os alimentos possam ser consumidos com segurança.
- 35.** A pasteurização é o processamento térmico utilizado no tratamento do leite. Considerando essa informação, julgue o item seguinte: A pasteurização é caracterizada pela combinação de tempo e temperatura para destruir todos os microrganismos patogênicos presentes no alimento.
- 36.** Um recurso ergogênico pode ser qualquer técnica de treinamento, dispositivo mecânico, prática nutricional, método farmacológico, métodos fisiológicos ou técnica psicológica que possa melhorar o desempenho no exercício ou a capacidade de aumentar as adaptações de treinamento. Com base nessa informação, julgue o item seguinte: Na prática nutricional são recursos ergogênicos os carboidratos, aminoácidos de cadeia ramificada, creatina, carnitina, vitaminas e minerais.

- 37.** O mel é o produto elaborado pelas abelhas a partir do néctar das flores. A respeito da sua composição nutricional, julgue o item seguinte: O mel é composto exclusivamente de 40% de frutose, 45% de glicose e 2% de sacarose.
- 38.** O uso de ventiladores, ornamentos e plantas é permitido nos serviços de alimentação e nutrição. Acerca desse tema, julgue o item seguinte: A presença de ornamentos e plantas não podem oferecer risco de contaminação aos alimentos; é permitido o uso de ventiladores de teto e de chão.
- 39.** Nas cozinhas industriais, a temperatura de preparo e armazenamento dos alimentos deve ser rigorosamente controlada. Considerando esse assunto, julgue o item seguinte: Os alimentos quentes, pronto para o consumo, devem permanecer a temperatura de 90 °C ou mais, no máximo por 12 horas e a 80 °C, no máximo 6 horas; valores de temperatura abaixo de 70 °C, no máximo por 1 hora.
- 40.** Nos serviços de alimentação e nutrição temos três tipos de estoque de gêneros: mínimo, médio e máximo. Considerando essa informação, julgue o item seguinte: Os estoques médio e máximo funcionam sempre como níveis de alerta; por meio deles, o administrador estará permanentemente corrigindo, redimensionando, adaptando o seu estoque para a otimização do atendimento.
- 41.** Em microbiologia, o conceito de “atividade de água” é muito importante. A respeito desse conceito, julgue o item seguinte: Atividade de água é a medida da água disponível em uma amostra de alimento.
- 42.** Sobre os processos de higienização/sanitização, julgue o item seguinte. A higienização/sanitização trata-se de um procedimento que envolve a simples remoção de sujidades ou resíduos macroscópicos de origem orgânica ou inorgânica.
- 43.** No que se refere aos fatores que interferem na termorresistência dos microrganismos, julgue o item seguinte: O aumento da temperatura favorece a redução do tempo necessário para a destruição de determinados microrganismos.
- 44.** No que se refere ação dos microrganismos sobre os alimentos, julgue o item seguinte: Microrganismos patogênicos são causadores de alterações químicas prejudiciais aos alimentos.
- 45.** A rotulagem de alimentos é obrigatória. Considerando esse tema, julgue o item seguinte: São obrigatórias apenas as informações de denominação de venda, lista de ingredientes e prazo de validade.
- 46.** No que se refere ao vegetarianismo, julgue o item seguinte: Vegetariano é o indivíduo que não consumo nenhum tipo de carne.
- 47.** No que se refere a vitamina B12 (cobalamina), julgue o item seguinte:  
A vitamina B12 pode ser estocada no fígado durante de 6 meses a 12 meses. Não é possível prever o tempo para que as reservas corporais sejam esgotadas.
- 48.** Na avaliação bromatológica dos alimentos temos em uma das etapas a determinação do conteúdo de cinzas. Considerando essa informação, julgue o item seguinte: As cinzas representam o conteúdo de minerais presentes na amostra de alimento.
- 49.** O Código de Ética dos Nutricionistas prevê uma série de orientações acerca da conduta do profissional na sua prática profissional. A partir dessa informação, julgue o item seguinte: É vedado ao Nutricionista utilizar o valor de seus honorários, promoções e sorteios de procedimentos ou serviços como forma de publicidade e propaganda para si ou para seu local de trabalho.

50. No que se refere ao Código de Ética do Nutricionista, julgue o item seguinte.

É vedado ao Nutricionista mesmo com autorização concedida por escrito, divulgar imagem corporal de si ou de terceiros, atribuindo resultados a produtos, equipamentos, técnicas, protocolos, pois podem não apresentar o mesmo resultado para todos e oferecer risco à saúde.



**Estratégia**  
Concursos

## Preencha o Gabarito

<http://bit.ly/Simulado-Saúde-19-09-20>

### NÃO É ASSINANTE?

*Confira nossos planos, tenha acesso a milhares de cursos e participe gratuitamente dos projetos exclusivos. Clique no link!*

<https://bit.ly/Estrategia-Assinaturas>

### CONHEÇA NOSSO SISTEMA DE QUESTÕES!

*Estratégia Questões nasceu maior do que todos os concorrentes, com mais questões cadastradas e mais soluções por professores. Clique no link e conheça!*

<https://bit.ly/Sistemas-de-Questões>