



Simulado

EBSERH

Saúde

Profissional de Educação Física
Pós-Edital

Simulado

Simulado Especial EBSEH (Profissional de Educação Física)

Nome: _____

INFORMAÇÕES SOBRE O SIMULADO

- 1 - Este simulado conta com questões focadas no concurso para **Profissional de Educação Física da EBSEH**;
- 2 - A prova contém itens que abordam conhecimentos cobrados no edital do concurso;
- 3 - As questões são inéditas e foram elaboradas pelos nossos professores com base no perfil da banca organizadora;
- 4 - Os participantes têm das **8:00h às 13:30h** para responder às questões e preencher o Gabarito Eletrônico;
- 5 - O link para preencher o formulário com seu gabarito está localizado logo após estas instruções;

PREENCHA SEU GABARITO

Clique no link, ou copie e cole no seu navegador, para preencher seu gabarito.

<https://forms.gle/7reSwutXHWFB34V46>

- | | | | | |
|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| 01 - (A)(B)(C)(D)(E) | 13 - (A)(B)(C)(D)(E) | 25 - (A)(B)(C)(D)(E) | 37 - (A)(B)(C)(D)(E) | 49 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 02 - (A)(B)(C)(D)(E) | 14 - (A)(B)(C)(D)(E) | 26 - (A)(B)(C)(D)(E) | 38 - (A)(B)(C)(D)(E) | 50 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 03 - (A)(B)(C)(D)(E) | 15 - (A)(B)(C)(D)(E) | 27 - (A)(B)(C)(D)(E) | 39 - (A)(B)(C)(D)(E) | 51 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 04 - (A)(B)(C)(D)(E) | 16 - (A)(B)(C)(D)(E) | 28 - (A)(B)(C)(D)(E) | 40 - (A)(B)(C)(D)(E) | 52 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 05 - (A)(B)(C)(D)(E) | 17 - (A)(B)(C)(D)(E) | 29 - (A)(B)(C)(D)(E) | 41 - (A)(B)(C)(D)(E) | 53 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 06 - (A)(B)(C)(D)(E) | 18 - (A)(B)(C)(D)(E) | 30 - (A)(B)(C)(D)(E) | 42 - (A)(B)(C)(D)(E) | 54 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 07 - (A)(B)(C)(D)(E) | 19 - (A)(B)(C)(D)(E) | 31 - (A)(B)(C)(D)(E) | 43 - (A)(B)(C)(D)(E) | 55 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 08 - (A)(B)(C)(D)(E) | 20 - (A)(B)(C)(D)(E) | 32 - (A)(B)(C)(D)(E) | 44 - (A)(B)(C)(D)(E) | 56 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 09 - (A)(B)(C)(D)(E) | 21 - (A)(B)(C)(D)(E) | 33 - (A)(B)(C)(D)(E) | 45 - (A)(B)(C)(D)(E) | 57 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 10 - (A)(B)(C)(D)(E) | 22 - (A)(B)(C)(D)(E) | 34 - (A)(B)(C)(D)(E) | 46 - (A)(B)(C)(D)(E) | 58 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 11 - (A)(B)(C)(D)(E) | 23 - (A)(B)(C)(D)(E) | 35 - (A)(B)(C)(D)(E) | 47 - (A)(B)(C)(D)(E) | 59 - (A)(B)(C)(D)(E) |
| 12 - (A)(B)(C)(D)(E) | 24 - (A)(B)(C)(D)(E) | 36 - (A)(B)(C)(D)(E) | 48 - (A)(B)(C)(D)(E) | 60 - (A)(B)(C)(D)(E) |

CONHECIMENTOS BÁSICOS**LÍNGUA PORTUGUESA***Fabrcio Dutra*

1. Assinale a alternativa que traga uma visão negativa sobre o trabalho em equipe:

- a) Nenhum de nós é tão esperto quanto todos nós.
- b) O melhor método de se vencer obstáculos é o método de equipe.
- c) Percorra os parques da cidade. Você não encontrará nenhuma estátua de um comitê.
- d) Sozinho você pode até ir mais rápido, mas juntos chegamos mais longe.
- e) Se dois homens no mesmo trabalho concordam o tempo todo, um deles é demais.

2. A fama é um balão vermelho reluzente; quanto maior e belo, mais chances de estourar."

Sobre a frase acima, é incorreto inferir que:

- a) Quanto maior a visibilidade e o prestígio, maior o risco de cair em desgraça.
- b) Quanto mais visibilidade, maior a pressão.
- c) O brilho da fama pode encantar, mas também pode atrair inveja e ataques.
- d) O sucesso momentâneo pode levar a uma queda evitável.
- e) A fama é efêmera e frágil.

3. Assinale a alternativa que contenha uma frase com vírgula facultativa.

- a) "Bom é ter fama, melhor é ter dinheiro."
- b) "Bajulação. Se você não inalar, não faz mal."
- c) "No futuro, todo mundo será mundialmente famoso por 15 minutos."
- d) "Serei famoso. E, se não conseguir, terei ao menos má fama."
- e) "Com dinheiro pode-se construir uma casa esplêndida, mas não uma boa família."

4. Assinale a alternativa em que o termo destacado não serve para fazer referência a outro elemento anterior.

- a) Nunca deixei **que** o período que passei na escola interferisse em minha educação.
- b) Uma escola muito cara é a da experiência; entretanto, os imbecis não aprenderão em **uma**.
- c) Na escola é **onde** começamos a perder a nossa personalidade.
- d) A esperança tem um braço no céu e **outro** na terra.
- e) Cada coisa **que** é feita no mundo é feita pela esperança.

5. Assinale a opção em que a preposição destacada tenha valor semântico, ou seja, não tenha sido exigida por elemento anterior.

- a) Não tenha receio de desistir do bom para correr atrás do ótimo.
- b) Nós estamos sujeitos à efemeridade da existência.
- c) A natureza age naturalmente, ação e reação às ações nefastas da raça humana.
- d) Vejo crianças travestidas de adultos, adultos travestidos de adolescentes
- e) A alegria e a dor estão de mãos dadas como um casal de adolescentes apaixonados.

6. Assinale a alternativa em que o adjetivo destacado expresse característica.

- a) Ela sempre foi uma pessoa muito gentil.
- b) Meu bravo avô tem muitas histórias para contar.
- c) Está interdito o palácio presidencial.
- d) Eu tive uma brilhante ideia.
- e) Um diamante bruto é apenas uma pedra que ninguém consegue lapidar.

7. Assinale a opção que apresenta a frase que se insere entre os textos de tipo argumentativo.

- a) Depois da vitória, prepare-se para novos desafios!
- b) Amigo, preserve sua privacidade e compartilhe sua essência.
- c) Valorize quem lhe dá bons conselhos, não apenas quem o elogia.
- d) Não se deve seguir apenas um modelo, por mais sábio que ele seja.
- e) O que busco, acima de tudo, é a grandiosidade: aquilo que é grandioso sempre possui beleza.

8. As frases a seguir mostram a presença de vírgulas. Assinale aquela em que a justificativa para essa presença se mostra inadequada.

- a) "Não gosto de trabalhar, mas admito que os outros trabalhem." // Separar duas orações coordenadas.
- b) "Os diretores perdem as contas, e quem é mandada embora é a faxineira." // Separar orações coordenadas com sujeitos diferentes.
- c) "Quando tem alguma coisa que eu não gosto, chamo para conversar e mostro como melhorar." // Isolar oração adverbial deslocada da ordem direta.
- d) "Em qualquer esporte, a ansiedade do que pode acontecer é quase tão importante quanto o que na verdade acontece." // Isolar oração adverbial deslocada da ordem direta.
- e) "O malvado descansa algumas vezes; o estúpido, jamais." // Indicar a elipse de um verbo.

9. Assinale a opção em que o elemento destacado não funciona como adjunto adnominal.

- a) Com frequência muita abundância empobrece o assunto.
- b) O caminho do excesso conduz ao palácio da sabedoria.
- c) Quando se exagera o que já é grande parece pequeno.

d) Qualquer homem pode alcançar o êxito se dirigir seus pensamentos numa direção e insistir neles, até que aconteça alguma coisa.

e) A experiência tem a mesma utilidade de um bilhete de loteria depois do sorteio.

10. Um filho é um credor dado ao pai pela natureza.

Sobre a frase acima, é incorreto afirmar que:

- a) O termo 'credor', embora exerça a função de predicativo, é um termo de natureza substantiva.
- b) Há um emprego de voz passiva no período.
- c) O termo 'ao pai' é complemento nominal.
- d) O termo 'pela natureza' representa o responsável pela ação.
- e) A oração 'dado ao pai' poderia ser reescrita 'que foi dado ao progenitor'.

SUS 1 E RDC*Breno Caldas*

11. Decreto nº 7.508, de 28 de junho de 2011, regulamenta a Lei nº 8.080/1990, detalha aspectos importantes da gestão do SUS, como a regionalização, a divisão de responsabilidades entre os entes federativos, o acesso à assistência à saúde e os contratos organizativos. Assinale a alternativa correta, de acordo com o disposto nessa legislação.

- a) Mediante justificativa técnica e de acordo com o pactuado nas Comissões Intergestores, os entes federativos poderão criar novas redes de Atenção à Saúde, considerando as características da Região de Saúde.
- b) O processo de planejamento da saúde será ascendente e integrado, do nível local até o federal, ouvidas as respectivas Comissões Intergestores, compatibilizando-se as necessidades epidemiológicas com a disponibilidade de recursos financeiros.
- c) No planejamento devem ser considerados os serviços e as ações prestados pela iniciativa privada, de forma complementar ou não ao SUS, os quais deverão compor os Mapas da Saúde regional, estadual e nacional.
- d) O A região de Saúde será utilizada na identificação das necessidades de saúde e orientará o planejamento integrado dos entes federativos, contribuindo para o estabelecimento de metas de saúde.
- e) O Ministério da Saúde estabelecerá as diretrizes a serem observadas na elaboração dos planos de saúde, de acordo com as características epidemiológicas e da organização de serviços nos entes federativos e nas Regiões de Saúde.

12. A RDC nº 36/13 institui ações para a segurança do paciente em serviços de saúde e dá outras providências. Assinale a alternativa correta de acordo com os conceitos estabelecidos na RDC.

- a) Cultura da segurança: componentes da garantia da qualidade que asseguram que os serviços são ofertados com padrões de qualidade adequados
- b) Plano de segurança do paciente em serviços de saúde: conjunto de valores, atitudes, competências e comportamentos que determinam o comprometimento com a gestão da saúde e da segurança, substituindo a culpa e a punição pela oportunidade de aprender com as falhas e melhorar a atenção à saúde.
- c) Dano: comprometimento da estrutura ou função do corpo e/ou qualquer efeito dele oriundo, incluindo doenças, lesão, sofrimento, morte, incapacidade ou disfunção, podendo, assim, ser físico, social ou psicológico.
- d) Near miss: incidente que resulta em dano à saúde.
- e) Garantia da qualidade: redução, a um mínimo aceitável, do risco de dano desnecessário associado à atenção à saúde

13. A RDC nº 36/13 define que o Plano de Segurança do Paciente em Serviços de Saúde (PSP), elaborado pelo NSP, deve estabelecer estratégias e ações de gestão de risco, conforme as atividades desenvolvidas pelo serviço de saúde para

- a) acompanhar as ações vinculadas ao Plano de Segurança do Paciente em Serviços de Saúde.
- b) identificação, análise, avaliação, monitoramento e comunicação dos riscos no serviço de saúde, de forma sistemática.
- c) implantar os Protocolos de Segurança do Paciente e realizar o monitoramento dos seus indicadores.
- d) estabelecer barreiras para a prevenção de incidentes nos serviços de saúde.
- e) analisar e avaliar os dados sobre incidentes e eventos adversos decorrentes da prestação do serviço de saúde.

14. A RDC 63 dispõe sobre os Requisitos de Boas Práticas de Funcionamento para os Serviços de Saúde. Segundo essa RDC, podemos afirmar que:

- a) Este Regulamento Técnico se aplica a todos os serviços de saúde no país, sejam eles públicos, privados, filantrópicos, civis ou militares, exceto aqueles que exercem ações de ensino e pesquisa.
- b) Os conceitos de Garantia da Qualidade e Boas Práticas de Funcionamento (BPF) estão inter-relacionados estando descritos nesta resolução de forma a enfatizar as suas relações e sua importância para o funcionamento dos serviços de saúde.
- c) As BPF determinam que o serviço de saúde deve fornecer todos os recursos necessários, incluindo planejamento plurianual de saúde.
- d) Os dados que compõem o prontuário pertencem ao serviço de saúde e devem estar permanentemente disponíveis aos pacientes ou aos seus representantes legais e à autoridade sanitária quando necessário.
- e) O serviço de saúde deve garantir a limpeza dos reservatórios de água a cada doze meses.

15. A Resolução CNS nº 453, de 10 de maio de 2012 aprova diretrizes para instituição, reformulação, reestruturação e funcionamento dos Conselhos de Saúde. De acordo com a Resolução, é correto afirmar que:

- a) A participação dos membros eleitos do Poder Legislativo, representação do Poder Judiciário e do Ministério Público, como conselheiros, é permitida nos Conselhos de Saúde.
- b) As funções, como membro do Conselho de Saúde, serão remuneradas, considerando-se o seu exercício de relevância pública.
- c) Cabe ao poder executivo deliberar em relação à sua estrutura administrativa e o quadro de pessoal do Conselho de Saúde
- d) A ocupação de funções na área da saúde que interfiram na autonomia representativa do Conselheiro(a) deve ser avaliada como possível

impedimento da representação de usuário(a) e trabalhador(a), e, a juízo da entidade, indicativo de substituição do Conselheiro(a).

- e) O Plenário do Conselho de Saúde se reunirá, no mínimo, a cada seis meses e, extraordinariamente, quando necessário, e terá como base o seu Regimento Interno.

SUS 2 E BIOÉTICA

Lígia Carneiro

16. Se um paciente, após ter sido devidamente informado acerca de um procedimento diagnóstico, concorda e assina o termo de Consentimento Livre e Esclarecido, ele está exercendo qual princípio bioético:

- a) Livre escolha
- b) Autonomia
- c) Não-maleficência
- d) Justiça
- e) Beneficência

17. Após a criação do Sistema Único de Saúde pela Constituição Federal, as Leis Orgânicas da Saúde trouxeram regulamentação acerca de todo seu funcionamento. Sobre a Lei 8080/90, julgue os itens abaixo:

I - As diferentes instâncias gestoras do Sistema Único de Saúde (SUS) ficam obrigadas a disponibilizar nas respectivas páginas eletrônicas na internet os estoques de insumos e vacinas das farmácias públicas que estiverem sob sua gestão, com atualização quinzenal, de forma acessível ao cidadão comum.

II - A utilização da epidemiologia para o estabelecimento de prioridades, a alocação de recursos e a orientação programática é objetivo do SUS.

III - Serão criadas comissões intersetoriais de âmbito nacional, subordinadas ao Conselho Nacional de Saúde, integradas pelos Ministérios e órgãos competentes e por entidades representativas da sociedade civil.

Estão certas:

- a) I, apenas
- b) III, apenas
- c) I e II
- d) I, II e III
- e) Nenhuma está certa.

18. Para receberem os recursos do Fundo Nacional de Saúde, os Municípios, os Estados e o Distrito Federal deverão contar com alguns requisitos, exceto:

- a) Fundo de Saúde
- b) Conselho de Saúde
- c) Plano de Saúde
- d) Relatório de Gestão
- e) Programação Anual de Saúde

19. Estão corretamente associados os Princípios e Diretrizes do SUS e da RAS a serem operacionalizados na Atenção Básica:

- 1 - princípios
- 2 - diretrizes
- () equidade
- () integralidade
- () territorialização
- () população adscrita
- () resolutividade
- () coordenação do cuidado
- () universalidade
- a) 1 2 2 1 2 2 1
- b) 1 1 2 2 2 2 1
- c) 2 2 1 2 2 2 1
- d) 2 1 2 2 1 1 1
- e) 1 1 2 2 1 1 1

20. Os hospitais, além da assistência, constituem-se, ainda, em: espaços de educação, formação de recursos humanos, pesquisa e avaliação de tecnologias em saúde para a RAS. Acerca da Política Nacional de Atenção Hospitalar (PNHOSP), julgue os itens a seguir:

I - A assistência na atenção básica é um dos eixos estruturantes da PNHOSP.

II - Classificação de risco é um protocolo pré-estabelecido, com a finalidade de dar agilidade ao atendimento a partir da análise do grau de necessidade do usuário, proporcionando atenção centrada no nível de complexidade e não na ordem de chegada.

III - A assistência intermediária entre a internação e o atendimento ambulatorial, por um período máximo de 12 horas, será prestada em Regime de Hospital Dia.

Estão certa:

- a) II e III
- b) I, II e III
- c) III, somente
- d) I, somente
- e) I e II

SIS, VIGILÂNCIA E EDUCAÇÃO EM SAÚDE*Thaysa Vianna*

21. Assinale a alternativa que não está correta em relação ao uso da Ficha de Notificação para doenças de notificação compulsória:

- a) A Ficha de Notificação deve ser utilizada para registrar casos de doenças como AIDS, esquistossomose em área não endêmica, hanseníase, leishmaniose tegumentar americana e tuberculose apenas após a confirmação dos casos.
- b) A Ficha de Notificação é obrigatória para a coleta de dados de sífilis congênita e sífilis em gestante, sendo registrada somente após a confirmação diagnóstica.
- c) A Ficha de Notificação deve ser utilizada para a notificação de doenças relacionadas à saúde do trabalhador, como doenças ocupacionais, com o objetivo de monitorar e intervir em saúde pública.
- d) A Ficha de Notificação é utilizada para registrar casos de HIV em gestantes, mas não deve ser preenchida para HIV em pessoas menores de 13 anos ou maiores de 13 anos antes da confirmação do diagnóstico.
- e) A Ficha de Notificação não é utilizada para doenças como tuberculose, sífilis congênita e sífilis em gestante, que só devem ser notificadas após a confirmação diagnóstica.

22. Assinale a alternativa que **não** está de acordo com as características atribuídas à magnitude, potencial de disseminação e transcendência das doenças:

- a) Magnitude se refere à frequência das doenças, sendo medida pela incidência, prevalência, mortalidade e anos potenciais de vida perdidos, com impacto significativo sobre grandes grupos populacionais.
- b) O potencial de disseminação de uma doença é expresso pela sua capacidade de se espalhar por meio de vetores e fontes de infecção, colocando outros indivíduos ou coletividades em risco.

c) A transcendência de uma doença abrange sua severidade, relevância social, e relevância econômica, levando em conta a gravidade da doença, o impacto na sociedade e os custos relacionados ao tratamento.

d) A relevância econômica de uma doença está relacionada ao custo de diagnóstico e tratamento, mas não inclui o absenteísmo no trabalho ou perdas de vidas.

e) A relevância social de uma doença envolve a percepção e a reação da sociedade, como estigmatização, medo e indignação, especialmente quando atinge determinadas classes sociais.

23. A notificação compulsória é obrigatória para profissionais de saúde e responsáveis pelos serviços públicos e privados de saúde que prestam assistência ao paciente. Assinale a alternativa que lista **somente agravos de notificação compulsória imediata**:

- a) Dengue, Doença de Chagas Crônica, Doença aguda pelo vírus Zika.
- b) Febre de Chikungunya, Malária na região amazônica e Hepatites virais
- c) Hanseníase, Tuberculose e HIV.
- d) Sífilis, Violência doméstica, Óbito Materno
- e) Violência sexual e tentativa de suicídio, Tétano e Monkeypox.

POLÍTICAS DE VULNERÁVEIS SOCIAIS*Guilherme Gasparini*

- 24.** Considerando a Portaria Nº 992/2009 que institui a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da População Negra, assinale a alternativa que corresponde a um objetivo da referida política:
- a) Garantir e limitar o acesso à saúde da população que vive em área urbana, campo e floresta.
 - b) Instituir princípios antirracistas apenas nos serviços de saúde municipais.
 - c) Diminuir a incidência de morbimortalidade materna e infantil com causas violenta, doença falciforme, DST/HIV/aids, tuberculose, hanseníase, câncer de colo uterino e de mama e transtornos mentais.
 - d) Diminuir a incidência de morbimortalidade materna e infantil com causas como diabetes, hipertensão, doença pulmonar obstrutiva crônica e câncer.
 - e) Excluir o quesito cor nos instrumentos de coleta de dados nos sistemas de informação do SUS
- 25.** Considerando a Portaria Nº 2.836/2011 que institui a Política Nacional de Atenção Integral à População LGBT, assinale a alternativa que não constitui um objetivo da referida portaria:
- a) Garantir o uso do nome social de travestis e transexuais, de acordo com a Carta dos Direitos dos Usuários da Saúde.
 - b) Reduzir danos à saúde da população LGBT no que diz respeito ao uso excessivo de medicamentos, drogas e fármacos.
 - c) Garantir os direitos sexuais de forma plena, da população LGBT, excluindo os direitos reprodutivos.
 - d) Definir estratégias setoriais e intersetoriais que visem reduzir a morbidade e a mortalidade de travestis.
 - e) Prevenir novos casos de cânceres ginecológicos (cérvico uterino e de mamas) entre lésbicas e

mulheres bissexuais e ampliar o acesso ao tratamento qualificado.

LEGISLAÇÃO EBSEERH*Tiago Zanolla*

- 26.** A Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (EBSEERH) é responsável pela gestão de hospitais universitários federais e sua contratação de pessoal segue regras específicas. João, um enfermeiro interessado em trabalhar na EBSEERH, deseja compreender melhor o regime de contratação e os requisitos para ingresso na empresa. Ele tem experiência de cinco anos em hospitais públicos estaduais e quer saber se isso pode ser um diferencial no concurso público.
- Com base na Lei n. 12550/2011, assinale a alternativa correta:
- a) A EBSEERH contrata servidores públicos estatutários, vinculados ao Regime Jurídico Único (RJU), como ocorre nos órgãos da Administração Pública Direta.
 - b) O ingresso na EBSEERH ocorre exclusivamente por concurso público, sob o regime da CLT, e o tempo de experiência em atividades correlatas pode ser considerado como título no certame.
 - c) A EBSEERH pode contratar servidores estatutários cedidos por órgãos federais para compor seu quadro permanente, sem necessidade de concurso público.
 - d) A contratação de pessoal na EBSEERH pode ocorrer por meio de concursos públicos ou processos seletivos simplificados, sem restrição de prazo para contratos temporários.
 - e) O Tribunal de Contas da União não possui competência para fiscalizar a EBSEERH, uma vez que a empresa possui natureza jurídica de entidade privada.

27. O Conselho de Administração da EBSEERH desempenha um papel fundamental na governança da empresa e deve ser composto por diversos membros, incluindo representantes independentes e dos empregados. O servidor Antônio, empregado da EBSEERH há mais de 10 anos, deseja se candidatar à vaga de representante dos empregados no Conselho. No entanto, ele tem dúvidas sobre as regras de participação e eventuais impedimentos para o exercício dessa função.

Com base na legislação apresentada, assinale a alternativa correta:

- a) O Conselho de Administração da EBSEERH deve ser composto exclusivamente por membros indicados pelo Ministro da Educação.
- b) O Presidente do Conselho de Administração será obrigatoriamente um dos membros independentes indicados pelo Ministro da Saúde.
- c) O representante dos empregados será eleito diretamente pelos funcionários da EBSEERH, mas não poderá participar de discussões sobre benefícios e remuneração devido a conflito de interesse.
- d) O representante dos empregados tem ampla participação em todas as discussões do Conselho, sem qualquer restrição, garantindo a defesa dos interesses da categoria em todas as deliberações.
- e) O representante dos empregados poderá participar de todas as discussões do Conselho, incluindo temas relacionados à remuneração e benefícios, pois seu papel é defender os interesses dos funcionários da EBSEERH.

28. O empregado público Carlos, vinculado à EBSEERH, foi citado em um **Processo Administrativo Sancionador (PAS)** por supostamente ter cometido uma infração disciplinar. Durante o procedimento, apresentou sua **defesa escrita**, mas o documento foi considerado **inepto** pela comissão processante, pois não continha argumentação suficiente para rebater as acusações. Além disso, a comissão concluiu que sua conduta poderia ser enquadrada

como infração **leve**, sugerindo a possibilidade de um **Termo de Ajustamento de Conduta (TAC)**.

Diante do exposto, assinale a alternativa correta:

- a) Como sua defesa foi considerada inepta, Carlos perderá automaticamente o direito ao contraditório e à ampla defesa no Processo Administrativo Sancionador.
- b) A defesa escrita de Carlos, mesmo sendo considerada inepta, pode ser complementada ou refeita dentro do processo, garantindo-lhe a possibilidade de se manifestar adequadamente.
- c) O fato de a infração ser classificada como leve impede a instauração de um Processo Administrativo Sancionador (PAS), pois esse procedimento só se aplica a infrações graves.
- d) Se a comissão identificou que a infração cometida por Carlos se enquadra como leve ou média, ele será automaticamente exonerado do cargo público sem possibilidade de regularização.
- e) O Termo de Ajustamento de Conduta (TAC) pode ser aplicado a qualquer infração disciplinar, independentemente da gravidade do ato praticado.

29. A Comissão de Ética da EBSEERH (CEE) tem um papel essencial na garantia da conduta ética dos empregados da instituição. O empregado Júlio foi denunciado por suposta infração ao **Código de Ética e Conduta da Rede Ebserh**. A denúncia foi recebida pela CEE, que analisou o caso e concluiu que houve um **desvio ético**, aplicando a ele uma **censura ética**. No entanto, Júlio questionou se essa penalidade seria tornada pública e se haveria impacto formal no seu histórico funcional.

Com base na legislação apresentada, assinale a alternativa correta:

- a) A censura ética aplicada a Júlio será amplamente divulgada a todos os empregados da EBSEERH, garantindo transparência sobre as sanções disciplinares.
- b) A CEE não tem competência para aplicar qualquer sanção, apenas para analisar denúncias e encaminhá-las para a Presidência da Empresa.
- c) A censura ética aplicada pela CEE não será publicizada, ficando registrada apenas em parecer interno da comissão, conforme previsto no Código de Ética e Conduta da EBSEERH.
- d) A denúncia contra Júlio não poderia ter sido analisada pela CEE, pois somente a Comissão de Ética Pública da Presidência da República pode apurar transgressões éticas na EBSEERH.
- e) Todos os empregados da EBSEERH estão isentos da obrigatoriedade de conhecer e seguir o Código de Ética e Conduta, sendo a adesão a ele opcional.

30. A Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (EBSEERH) possui unidades internas de governança que desempenham um papel fundamental no controle, na conformidade e na fiscalização das atividades institucionais. Essas unidades garantem a transparência e o correto funcionamento da administração pública dentro da estatal.

Com base no Regimento Interno da Administração Central da EBSEERH, assinale a alternativa que **não** corresponde a uma unidade interna de governança da empresa:

- a) Auditoria Interna.
- b) Assessoria de Conformidade, Controle Interno e Gerenciamento de Riscos (ACCIGR).
- c) Ouvidoria-Geral.
- d) Coordenadoria de Comunicação Social.
- e) Área de Controle Interno, Conformidade e Gerenciamento de Riscos.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

EDUCAÇÃO FÍSICA I

Jonathan Roitman

31. Tratando de Desenvolvimento Humano, podemos enumerar os aspectos em que nos desenvolvemos, como o somático, cognitivo, afetivo e motor. A alternativa que aponta descrição de desenvolvimento somático é:
- a) Possui relação com mecanismos perceptivos (visão, audição, linguagem), com respostas a determinadas atividades intelectuais e a condições de aprendizagem.
 - b) Relacionado com a interatividade social. Diz respeito ao período emocional em que a criança ou o indivíduo se encontra e a sua relação com o grupo social.
 - c) Possui relação com as possibilidades de movimento, ou seja, com os estímulos motores aplicados e com a aprendizagem de habilidades básicas ou especializadas.
 - d) Relaciona-se com a soma de todos os demais aspectos, definindo um índice de maturação corporal de acordo com a idade do indivíduo.
 - e) Passível de mensuração direta de um conjunto de mudanças físicas do corpo, como peso, estatura, perímetros etc. Além disso, permite a criação de índices, como o IMC (índice de massa corporal).

32. A respeito das fases do desenvolvimento motor, temos os movimentos reflexos, que formam a base das fases. São aqueles movimentos involuntários, controlados subcorticalmente (estruturas no interior do cérebro). Os primeiros movimentos realizados pelo feto são reflexos. Sobre o tema, é correto afirmar que:

- a) os reflexos primitivos são classificados como respostas de coleta de informação, de busca de nutrição e de proteção. Por exemplo, aqueles de fixação e sucção são considerados reflexos de sobrevivência primitivos, sem eles, o recém-nascido não conseguiria se nutrir.
- b) os reflexos posturais trazem semelhança com os movimentos involuntários posteriores, formando base para estabilidade, locomoção e manipulação.
- c) a fase reflexa pode ser dividida em três estágios: Estágio de Codificação, Estágio de Transição e Estágio de Decodificação de informações.
- d) O estágio de codificação (coleta) de informações da fase do movimento reflexo caracteriza-se pela atividade de movimento involuntário observável desde o período fetal até o quarto mês do bebê. Durante esse estágio, os centros cerebrais inferiores são menos desenvolvidos do que o córtex motor e, em essência, comandam o movimento fetal e neonatal. Esses centros cerebrais são capazes de provocar reações involuntárias a uma série de estímulos de variadas intensidade e duração. Os reflexos servem, agora, de recurso primário do bebê para coletar informações, buscar nutrição e encontrar proteção por meio do movimento.
- e) O estágio de decodificação (processamento) de informações da fase reflexa inicia em torno do quarto mês. Durante esse período, há gradual inibição de muitos reflexos, à medida que os centros cerebrais superiores desenvolvem-se. Os centros cerebrais inferiores renunciam gradualmente ao controle dos movimentos esqueléticos e são substituídos pela atividade de movimento voluntário, mediada pela área motora do córtex cerebral. O estágio de decodificação não

substitui a atividade sensório-motora pela atividade perceptivo-motora. Ou seja, o desenvolvimento do controle voluntário dos movimentos esqueléticos do bebê envolve o processamento dos estímulos sensoriais com as informações armazenadas e não apenas por reação a estímulos.

33. Tempo de reação e reflexo, são institutos distintos. Basicamente, o tempo de reação consiste num índice de preparação necessário para produzir movimento. Já os reflexos são movimentos involuntários. A alternativa que exemplifica corretamente uma ação reflexa é:

- a) A defesa do goleiro à queima roupa num jogo de futebol
- b) A tentativa de pegar um objeto que caiu da sua mão
- c) O bloqueio de um golpe durante a prática de uma arte marcial
- d) A retirada do pé ao tocar um chão extremamente quente
- e) O mergulho no voleibol para salvar uma bola

34. Conforme NAHAS, a inatividade física pressupõe baixos níveis de prática de atividades físicas, já o comportamento sedentário diz respeito a ficar sentado assistindo televisão, usando computador ou utilizando jogos eletrônicos. Dessa forma, considera-se inativo um indivíduo que tenha um estilo de vida com um mínimo de atividade física, equivalente a um gasto energético (trabalho + lazer + atividades domésticas + locomoção) inferior a 500 kcal por semana. Para uma pessoa ser considerada moderadamente ativa, ela deve:

- a) realizar atividades físicas que acumulem um gasto energético mensal de, pelo menos, 1.000 kcal. Isto corresponde, aproximadamente, a caminhar a passos rápidos por 30 minutos, cinco vezes por semana.
- b) realizar atividades físicas que acumulem um gasto energético semanal de, pelo menos, 1.500 kcal. Isto corresponde, aproximadamente, a caminhar a passos rápidos por 30 minutos, cinco vezes por semana.
- c) realizar atividades físicas que acumulem um gasto energético mensal de, pelo menos, 1.500 kcal. Isto corresponde, aproximadamente, a caminhar a passos rápidos por 30 minutos, cinco vezes por semana.
- d) realizar atividades físicas que acumulem um gasto energético semanal de, pelo menos, 1.000 kcal. Isto corresponde, aproximadamente, a caminhar a passos rápidos por 30 minutos, cinco vezes por semana.
- e) realizar atividades físicas que acumulem um gasto energético semanal de, pelo menos, 1.000 kcal. Isto corresponde, aproximadamente, a caminhar a passos rápidos por 60 minutos, cinco vezes por semana.

35. Dentre os componentes da aptidão física relacionados à saúde, aquele que se define como a capacidade do músculo para continuar a contrair sem fadiga é:

- a) Resistência Cardiorrespiratória

- b) Potência
- c) Resistência Muscular
- d) Força Muscular
- e) Composição Corporal

36. A aptidão cardiorrespiratória, Nahas explica que se trata de um fator de fundamental importância, tanto em eventos esportivos como nas atividades do dia a dia de qualquer pessoa, seja no trabalho ou lazer. A aptidão cardiorrespiratória de um indivíduo, produto da atividade física regular, depende:

- a) das qualidades específicas do sistema de transporte de dióxido de carbono – coração, pulmões, sangue e vasos sanguíneos, e da capacidade das fibras musculares de utilizarem o oxigênio transportado para produzir energia.
- b) das qualidades específicas do sistema de transporte de oxigênio – coração, pulmões, sangue e vasos sanguíneos, e da capacidade das fibras musculares de utilizarem o oxigênio transportado para produzir energia.
- c) das qualidades específicas do sistema de transporte de oxigênio – coração, pulmões, rins, sangue e vasos sanguíneos, e da capacidade das fibras musculares de utilizarem o oxigênio transportado para produzir energia.
- d) das qualidades específicas do sistema de transporte de oxigênio – coração, pulmões, sangue e vasos sanguíneos, e da capacidade das fibras musculares de não utilizarem o oxigênio transportado para produzir energia.
- e) das qualidades específicas do sistema de transporte de oxigênio – coração, pulmões, sangue e vasos sanguíneos, e da capacidade da pele de utilizar o oxigênio transportado para produzir energia.

37. A alternativa que traz apontamentos corretos acerca da ginástica laboral é:

- a) Composta de exercícios de compensação aos movimentos corporais repetitivos próprios das ações laborais e às posturas inadequadas assumidas durante o período de trabalho, seu objetivo é promover o bem-estar geral do trabalhador, reduzindo índices de estresse no ambiente de trabalho e dinamizando as relações interpessoais, contribuindo para o fortalecimento do espírito de grupo, da identidade da empresa e dos seus serviços.
- b) Composta de exercícios similares aos movimentos corporais repetitivos próprios das ações laborais e às posturas inadequadas assumidas durante o período de trabalho, seu objetivo é promover o bem-estar geral do trabalhador, reduzindo índices de estresse no ambiente de trabalho e dinamizando as relações interpessoais, contribuindo para o fortalecimento do espírito de grupo, da identidade da empresa e dos seus serviços.
- c) Composta de exercícios de compensação aos movimentos corporais repetitivos próprios das ações domésticas e às posturas inadequadas assumidas durante o período de trabalho, seu objetivo é promover o bem-estar geral do trabalhador, reduzindo índices de estresse no ambiente de trabalho e dinamizando as relações interpessoais, contribuindo para o fortalecimento do espírito de grupo, da identidade da empresa e dos seus serviços.
- d) Composta de exercícios de compensação aos movimentos corporais repetitivos próprios das ações laborais e às posturas adequadas assumidas durante o período de trabalho, seu objetivo é promover o bem-estar geral do trabalhador, reduzindo índices de estresse no ambiente de trabalho e dinamizando as relações interpessoais, contribuindo para o fortalecimento do espírito de grupo, da identidade da empresa e dos seus serviços.

e) Composta de exercícios de compensação aos movimentos corporais repetitivos próprios das ações laborais e às posturas inadequadas assumidas durante o período de trabalho, seu objetivo é promover o bem-estar geral do trabalhador, aumentando índices de estresse no ambiente de trabalho e dinamizando as relações interpessoais, contribuindo para o fortalecimento do espírito de grupo, da identidade da empresa e dos seus serviços.

38. Segundo a cartilha do CONFEF, os benefícios da ginástica laboral são vários. São exemplos, exceto:

- a) diminuição a ansiedade
- b) aumento da flexibilidade
- c) melhora na disposição
- d) aumento da capacidade de concentração
- e) aumento na irritabilidade

39. É correto afirmar que o movimento de abdução de ombros ocorre:

- a) No plano sagital, eixo ântero-posterior
- b) No plano frontal, eixo ântero-posterior
- c) No plano frontal, eixo látero-lateral
- d) No plano sagital, eixo látero-lateral
- e) No plano transversal, eixo crânio-caudal

40. Movimento de parte do corpo para adiante, paralelo ao solo, por exemplo quando movimentamos nossos ombros para frente. A descrição apresentada se refere ao movimento:

- a) Retração
- b) Elevação
- c) Inversão
- d) Eversão
- e) Protração

41. Define-se corretamente um dos Sistemas do Corpo humano:

- a) **SISTEMA CIRCULATÓRIO:** compreende o conjunto de tubos, os vasos, condutores do sangue, acoplados a um órgão central, na verdade um vaso de paredes espessadas e muito modificado, o coração. Os vasos que levam o sangue, centrifugamente, do coração para as células, são as artérias; aqueles que, pelo contrário, levam o sangue das células para o coração são as veias.
- b) **SISTEMA RESPIRATÓRIO:** compreende o conjunto de glândulas endócrinas, isto é, sem ducto excretor, conhecidas também como glândulas de secreção interna. O sistema endócrino, na verdade, é constituído por órgãos muito diversos, sem conexão direta, tendo em comum a função de drenar suas secreções diretamente no sangue venoso. A Terminologia Anatômica não consigna um sistema endócrino, preferindo o nome genérico de glândulas endócrinas, nelas incluindo a hipófise, a glândula pineal, a tireoide, a paratireoide, a suprarrenal e as ilhotas pancreáticas.
- c) **SISTEMA ENDÓCRINO:** trata-se do conjunto de órgãos responsáveis pela respiração, que compreende a inspiração do oxigênio do ar atmosférico e expiração do gás carbônico, o dióxido de carbono. Ao sistema pertencem as vias respiratórias (tubos condutores de oxigênio e gás carbônico), e os pulmões nos quais se verifica a troca dos gases entre o sangue e o ar.
- d) **SISTEMA LINFÁTICO:** compreende uma parte central, uma parte periférica e autônomo. Na verdade são subsistemas, visto que constituem, em conjunto, uma unidade funcional, capaz de receber estímulos, interpretá-los e comandar reações a esses estímulos.
- e) **SISTEMA TEGUMENTAR:** é o revestimento lipídico do corpo. A Terminologia Anatômica não consigna o termo sistema, mas apenas o de tegumento comum. Inclui a pele, os cabelos e outros pelos, unhas e glândulas sudoríparas e sebáceas, assim como as duas glândulas mamárias, diferenciações estruturais das glândulas sudoríparas.

42. Acerca do Sistema Linfático, destacamos os linfonodos, que estão interpostos no trajeto dos vasos linfáticos e agem como uma barreira ou filtro contra a penetração na corrente circulatória de micro-organismos, toxinas ou substâncias estranhas ao organismo. Os linfonodos são, portanto:

- a) elementos de defesa para o organismo e, para tanto, produzem glóbulos brancos, principalmente linfócitos, além de produzirem anticorpos.
- b) elementos de ataque para o organismo e, para tanto, produzem glóbulos brancos, principalmente linfócitos, além de produzirem anticorpos.
- c) elementos de defesa para o organismo e, para tanto, produzem glóbulos vermelhos, principalmente linfócitos, além de produzirem anticorpos.
- d) elementos de ataque para o organismo e, para tanto, produzem glóbulos vermelhos, principalmente linfócitos, além de produzirem anticorpos.
- e) elementos de defesa para o organismo e, para tanto, produzem glóbulos brancos, principalmente linfócitos, porém não produzem anticorpos.

43. Falando sobre o Sistema Digestório, os intestinos constituem um tubo que se inicia na junção gastroduodenal e termina no ânus, distinguindo-se um intestino delgado e um intestino grosso, diferenciados pelo calibre que apresentam. Está certa a seguinte divisão do intestino delgado:

- a) Colo ascendente, Jejunum e Íleo
- b) Colo sigmóide, Colo ascendente e Colo descendente
- c) Jejunum, Colo transversum e Íleo
- d) Duodeno, Jejunum e Íleo
- e) Corpo, Ápice e Lateral

44. Sobre as Diretrizes do ACSM, no que tange à Triagem para Pré-participação em Exercícios Físicos e Avaliação Pré-exercício, temos, corretamente, a seguinte circunstância e sugestão para a prática de exercícios:

- a) Participantes que não se exercitam atualmente e têm doenças cardiovasculares, doenças metabólicas ou renais manifestas e são assintomáticos devem obter autorização médica antes de iniciar um programa estruturado de exercício de qualquer intensidade. Ao seguir a autorização médica, o indivíduo pode começar um programa de exercícios de intensidade leve a moderada e aumentar até o recomendado pelo ACSM.
- b) Participantes sintomáticos que não se exercitam atualmente não precisam de autorização médica independentemente do estado da doença. Se os sinais ou sintomas estão presentes nas atividades diárias, deve-se obter a autorização médica com urgência. Ao segui-la, o indivíduo pode fazer exercícios de intensidade leve a moderada, e aumentar a intensidade de acordo com o ACSM.
- c) Participantes que já se exercitam regularmente e não têm histórico de sinais ou sintomas de doença cardiovascular, doenças metabólicas ou renais podem continuar na intensidade atual de exercício, mas não progredir, ainda que com autorização médica.
- d) Participantes que já se exercitam regularmente e têm histórico de doença cardiovascular, doenças metabólicas ou renais, mas não apresentam sinais ou sintomas atuais (p. ex., são clinicamente estáveis), podem continuar com exercícios de intensidade moderada ou vigorosa sem autorização médica.
- e) Participantes que já se exercitam regularmente, mas apresentam sinais ou sintomas sugestivos de doença cardiovascular, doenças metabólicas ou renais (independentemente do estado da doença) devem interromper os exercícios e solicitar autorização médica antes de retornar a se exercitar vigorosamente.

45. As diretrizes do ACSM explicam que o diabetes melito (DM) faz parte de um grupo de doenças metabólicas caracterizadas por uma concentração elevada de glicose no sangue (hiperglicemia) como resultado de uma falha na secreção de insulina e/ou na capacidade de usá-la.

O ACSM ainda ensina que níveis constantes de glicose elevada no sangue colocam os pacientes sob risco de doenças micro e macrovasculares, bem como de neuropatias (periféricas e autonômicas).

Há quatro tipos de diabetes reconhecidos com base em sua origem etiológica: tipo 1 (DM1), tipo 2 (DM2), gestacional (ou seja, diagnosticado durante a gravidez) e outras origens específicas (i. e., causado por alterações genéticas ou consumo de drogas); entretanto, a maioria dos pacientes tem DM2 (90% de todos os casos), seguido por DM1 (5 a 10% de todos os casos).

O ACSM traz de diferença entre a DM1 e a DM2, da seguinte forma:

a) O DM2 é causado principalmente pela destruição autoimune das células beta pancreáticas produtoras de insulina, embora alguns casos sejam idiopáticos em sua origem. A deficiência quase absoluta de insulina e a alta tendência à cetoacidose são as características principais dos indivíduos com DM2. Já o DM1 é causado pela resistência à insulina de músculos esqueléticos, de tecidos adiposos e do fígado, combinada com um defeito na secreção desse hormônio. Uma característica comum do DM1 é o excesso de gordura corporal, distribuída nos membros superiores (i. e., obesidade abdominal ou central).

b) O DM1 é causado principalmente pela destruição autoimune das células beta pancreáticas produtoras de insulina, embora alguns casos sejam idiopáticos em sua origem. A deficiência quase absoluta de insulina e a alta tendência à cetoacidose são as características principais dos indivíduos com DM1. Já o DM2 é causado pela resistência à insulina de músculos esqueléticos, de tecidos adiposos e do fígado, combinada com um defeito na secreção desse hormônio. Uma

característica comum do DM2 é a escassez de gordura corporal, distribuída nos membros superiores (i. e., obesidade abdominal ou central).

c) O DM1 é causado principalmente pela destruição autoimune das células alfa pancreáticas produtoras de insulina, embora alguns casos sejam idiopáticos em sua origem. A deficiência quase absoluta de insulina e a alta tendência à cetoacidose são as características principais dos indivíduos com DM1. Já o DM2 é causado pela resistência à insulina de músculos esqueléticos, de tecidos adiposos e do fígado, combinada com um defeito na secreção desse hormônio. Uma característica comum do DM2 é o excesso de gordura corporal, distribuída nos membros superiores (i. e., obesidade abdominal ou central).

d) O DM1 é causado principalmente pela destruição autoimune das células beta pancreáticas produtoras de glucagon, embora alguns casos sejam idiopáticos em sua origem. A deficiência quase absoluta de insulina e a alta tendência à cetoacidose são as características principais dos indivíduos com DM1. Já o DM2 é causado pela resistência à insulina de músculos esqueléticos, de tecidos adiposos e do fígado, combinada com um defeito na secreção desse hormônio. Uma característica comum do DM2 é o excesso de gordura corporal, distribuída nos membros superiores (i. e., obesidade abdominal ou central).

e) O DM1 é causado principalmente pela destruição autoimune das células beta pancreáticas produtoras de insulina, embora alguns casos sejam idiopáticos em sua origem. A deficiência quase absoluta de insulina e a alta tendência à cetoacidose são as características principais dos indivíduos com DM1. Já o DM2 é causado pela resistência à insulina de músculos esqueléticos, de tecidos adiposos e do fígado, combinada com um defeito na secreção desse hormônio. Uma característica comum do DM2 é o excesso de gordura corporal, distribuída nos membros superiores (i. e., obesidade abdominal ou central).

46. Segundo o autor Joffre Dumazedier, o lazer completo possui caráter libertório, desinteressado, hedonístico e pessoal. O aspecto hedonístico se refere a:

- a) caráter da liberação das obrigações, sejam elas profissionais, familiares etc. Nós, em tese, temos que trabalhar, temos que atender nossa família, enfim, nossas obrigações, esses aspectos do lazer nos traz a livre escolha no nosso “tempo livre”, pois já cumprimos com nossas obrigações.
- b) não há nenhuma outra finalidade, sobretudo lucrativa no lazer, a busca é apenas pela satisfação. Não há compromisso produtivo ou profissional.
- c) busca pela satisfação das necessidades, que poderão trazer os valores que apontaremos como: descanso, divertimento ou até desenvolvimento pessoal.
- d) mudança de atividade, seja ela do lazer para o trabalho ou do trabalho para o lazer, de modo indiscriminado e injustificável
- e) marcado pela busca do prazer, fazemos algo que realmente nos interessa. Mais uma vez, a busca é pela satisfação, alegria.

47. Sobre a recreação, podemos entender que se trata de:

- a) uma atividade de desenvolvimento obrigatório, mas agradável ao ser humano em seus momentos não comprometidos (em seu lazer, por exemplo), objetivando a satisfação das necessidades psicológicas, espirituais e fundamentais de descanso e de entretenimento
- b) uma atividade de desenvolvimento espontâneo e agradável ao ser humano em seus momentos comprometidos, objetivando a satisfação das necessidades psicológicas, espirituais e fundamentais de descanso e de entretenimento
- c) uma atividade de desenvolvimento espontâneo e agradável ao ser humano em seus momentos não comprometidos (em seu lazer, por exemplo), objetivando a satisfação das necessidades

psicológicas, espirituais e fundamentais de descanso e de entretenimento

- d) uma atividade de desenvolvimento espontâneo e desagradável ao ser humano em seus momentos não comprometidos (em seu lazer, por exemplo), objetivando a satisfação das necessidades psicológicas, espirituais e fundamentais de descanso e de entretenimento
- e) uma atividade de desenvolvimento espontâneo e agradável ao ser humano em seus momentos não comprometidos (em seu lazer, por exemplo), objetivando a insatisfação das necessidades psicológicas, espirituais e fundamentais de descanso e de entretenimento

48. Uma conhecida classificação de jogos é a que os divide em grandes jogos ou pequenos jogos. Podemos asseverar como diferença correta entre eles:

- a) Nos grandes jogos, as regras são cobradas de forma mais flexível, são mais simples e em menor quantidade.
- b) Nos pequenos jogos, todas as regras são cobradas de forma totalmente rígida, são mais complexas e em maior quantidade.
- c) Nos pequenos jogos, o recreacionista atua como um orientador e árbitro.
- d) Nos grandes jogos, o recreacionista cobra as regras com um árbitro.
- e) Os pequenos e grande jogos não se diferem em nada.

49. Barreto apud Soler apresentam cinco princípios fundamentais dos jogos cooperativos, que são a inclusão, coletividade, igualdade, desenvolvimento e processualidade. A processualidade significa:

- a) é um conjunto de meios e ações que combatem a exclusão aos benefícios da vida em sociedade, provocada pela falta de classe social, origem geográfica, educação, idade, existência de deficiência ou preconceitos raciais.
- b) é baseada nas conquistas e ganhos quando o feito é coletivamente.
- c) cooperação privilegia os meios, cada passo é dado levando-se em conta os anteriores.
- d) responsabilidade de todos pela decisão e gestão, como a repartição dos benefícios promovida pela atividade cooperativa.
- e) aprimoramento do ser humano enquanto sujeito social.

50. Em fisiologia do exercício aprende-se sobre os sistemas bioenergéticos, sendo o oxidativo, um deles, destacando-se a oxidação de gorduras no processo. Os triglicerídeos são fontes importantes de energia. Eles estão armazenados nas células adiposas e no interior e entre as fibras musculares esqueléticas. Os triglicerídeos serão degradados transformando-se em glicerol e ácidos graxos livres.

Quando os ácidos graxos livres são liberados, aumentam sua concentração no sangue e isso faz com que sejam impulsionados para dentro das fibras musculares. Quando entram nas fibras musculares sofrem o catabolismo enzimático pela mitocôndria, produzindo, ao final, ácido acético e será, então, convertido em acetil-CoA.

A partir daí, o Acetil-CoA entra no ciclo de Krebs, o hidrogênio é transportado para a cadeia de transporte de elétrons e submetidos à fosforilação oxidativa.

O tal o catabolismo enzimático, produzindo, ao final, ácido acético que será, então, convertido em acetil-CoA é chamado de:

- a) beta-oxidação.
- b) alfa-oxidação
- c) beta-degeneração
- d) alfa-degeneração
- e) delta-oxidação

51. As Miofibrilas são os elementos contráteis do músculo esquelético. Suas subunidades, os Sarcômeros, são a menor unidade funcional de um músculo. Sendo assim, o Sarcômero é a unidade funcional básica de uma Miofibrila. A descrição correta consta em:

- a) Suas extremidades são unidas pelas linhas Z. Entre cada par de linha Z, temos uma banda I, que seria a zona clara, uma banda A, a zona escura e no meio dessa banda A temos a zona H. Os filamentos mais finos são a actina e os mais grossos são a miosina.
- b) Suas extremidades são unidas pelas linhas Y. Entre cada par de linha Z, temos uma banda I, que seria a zona clara, uma banda A, a zona escura e no meio dessa banda A temos a zona H. Os filamentos mais finos são a actina e os mais grossos são a miosina.
- c) Suas extremidades são unidas pelas linhas Z. Entre cada par de linha Z, temos uma banda H, que seria a zona clara, uma banda A, a zona escura e no meio dessa banda A temos a zona I. Os filamentos mais finos são a actina e os mais grossos são a miosina.
- d) Suas extremidades são unidas pelas linhas Z. Entre cada par de linha Z, temos uma banda I, que seria a zona clara, uma banda A, a zona escura e no meio dessa banda A temos a zona H. Os filamentos mais finos são a miosina e os mais grossos são a actina.
- e) Suas extremidades são unidas pelas linhas Z. Entre cada par de linha Z, temos uma banda I, que seria a zona escura, uma banda A, a zona clara e no meio dessa banda A temos a zona H. Os filamentos mais finos são a actina e os mais grossos são a miosina.

52. O princípio do treinamento desportivo chamado de especificidade se refere a:

- a) É ele que justifica a variabilidade entre elementos da mesma espécie. O que ele quer dizer é que não existem pessoas iguais em termos fisiológicos e até mesmo psicológicos. Cada indivíduo possui a sua própria formação.
- b) Determina a necessidade de constante estímulo, para que se mantenham os benefícios auferidos pelo treinamento.
- c) Para que tenhamos a resposta que queremos, devemos sobrecarregar o organismo do nosso aluno/atleta de maneira adequada. Essa sobrecarga deve ser progressiva.
- d) Para atingir os objetivos devemos descansar especificamente por 1 semana a cada mês de treinamento vigoroso.
- e) Os treinamentos devem ser próprios para a modalidade na qual o aluno/atleta compete. Isso porque o conteúdo da carga de treino produz também adaptações próprias. Ou seja, devemos forçar os sistemas fisiológicos que queremos estimular, melhorar.

53. A principal característica de uma convulsão é a perda repentina da consciência, normalmente seguida de abalos musculares, ou seja, a pessoa pode ficar como se estivesse desmaiada e ter tremores pelo corpo. Quando isso ocorre, o mais importante, num primeiro momento, é:

- a) correr para o hospital mais próximo enquanto a crise ainda ocorre
- b) preservar o indivíduo contra acidentes, tais como queda, batidas de cabeça, braços, pernas, dentre outros.
- c) agarrar a vítima para parar os abalos musculares
- d) jogar água fria para despertar o indivíduo
- e) colocar éter para a vítima cheirar e despertar

54. A Manobra de Heimlich é uma atitude que devemos tomar no caso de uma obstrução das vias aéreas superiores. Em caso de engasgo, num primeiro momento, podemos solicitar que a pessoa tussa para tentar expelir o que está obstruindo, mas se não houver sucesso podemos partir para a Manobra.

Em geral, a Manobra de Heimlich força a pessoa a expelir aquilo que está obstruindo suas vias aéreas. Trata-se de fazer:

- a) cinco compressões abdominais, fazendo pressão sobre o início do músculo diafragma, desse modo comprimirá os pulmões e fará pressão para expelir o que estiver na traqueia.
- b) cinco compressões abdominais, fazendo pressão sobre o final do músculo diafragma, desse modo comprimirá os pulmões e fará pressão para expelir o que estiver na traqueia.
- c) dez compressões abdominais, fazendo pressão sobre o final do músculo diafragma, desse modo comprimirá os pulmões e fará pressão para expelir o que estiver na traqueia.
- d) cinco compressões torácicas, fazendo pressão sobre o final do músculo diafragma, desse modo comprimirá os pulmões e fará pressão para expelir o que estiver na traqueia.
- e) cinco compressões abdominais, fazendo pressão sobre o final do músculo diafragma, desse modo comprimirá os rins e fará pressão para expelir o que estiver na traqueia.

55. Segundo o código de ética do profissional de educação física, as condições para a prestação de serviços do Profissional de Educação Física serão definidas previamente à execução, de preferência, por meio de contrato escrito e, com pertinência na legislação vigente, sua remuneração será estabelecida em função dos seguintes aspectos, exceto:

- a) a relevância, o vulto, a complexidade e a dificuldade do serviço a ser prestado
- b) o tempo que será consumido na prestação do serviço
- c) a possibilidade de o Profissional ficar impedido ou proibido de prestar outros serviços no mesmo período
- d) o fato de se tratar de serviço eventual, temporário ou permanente
- e) a competência e o renome do aluno

EDUCAÇÃO FÍSICA 2

Leandro Thomazini

56. Analise as afirmações a seguir sobre o conceito de corporeidade:

- I. O entendimento do corpo deve considerar sua totalidade, incluindo suas limitações, e buscar a maximização do desempenho atlético a qualquer custo, visando sempre ultrapassar os próprios limites.
- II. As práticas corporais e atividades físicas contribuem para o desenvolvimento de diversas habilidades, possibilitando o controle, o domínio e a integração dos movimentos, promovendo a percepção da corporeidade.
- III. A visão holística do corpo pressupõe a compreensão do indivíduo como um todo, considerando suas dimensões biológica, afetiva, cognitiva, histórica, cultural, entre outras.

É CORRETO o que se afirma em:

- a) I, apenas.
- b) I, II e III.
- c) III, apenas
- d) II e III, apenas.
- e) II, apenas.

57. Complete a frase abaixo:

As práticas corporais vão além de simples objetivos como emagrecimento ou condicionamento físico, pois envolvem uma relação emocional do indivíduo com a atividade escolhida. Além disso, essas práticas possuem uma identidade _____, que as insere em determinado tempo e espaço, refletindo costumes e culturas de diferentes sociedades. Nesse contexto, o corpo, por meio do movimento, manifesta uma ou mais _____.

Assinale a alternativa que preencha corretamente as lacunas.

- a) biológica ; linguagens.
- b) histórica; aptidões.
- c) nacional ; culturas.
- d) histórica ; linguagens.
- e) visual ; etnias.

58. Ao longo da história, a Educação Física priorizou a dimensão motora dos alunos. No entanto, diante das limitações dessa abordagem, a teoria psicomotora surgiu como uma alternativa para expandir a atuação profissional na área. Além do aspecto motor, a psicomotricidade propõe um trabalho voltado para quais dimensões?

- a) Corporal e cultural.
- b) Atitudinal e afetiva.
- c) Cognitiva e afetiva.
- d) Cognitiva e conceitual.
- e) Física e afetiva.

59. Diferentes abordagens na Educação Física estabelecem diretrizes para o ensino-aprendizagem. Entre elas, a educação psicomotora, também conhecida como psicocinética ou psicomotricidade, surgiu inicialmente em programas voltados para escolas especiais, atendendo alunos com deficiência.

Sobre a importância da Psicomotricidade, é correto afirmar que essa abordagem:

- a) Reforçou o ideal de aprimoramento motor voltado ao esporte de competição.
- b) Foi o primeiro movimento articulado que rompeu com modelos mais tecnicistas e esportivizantes, promovendo a aprendizagem baseada em processos cognitivos, afetivos e psicomotores, visando a formação integral do aluno.
- c) Foi o movimento articulado mais importante para uma dimensão crítico-reflexiva.
- d) Inaugurou o pensamento da Saúde Renovada no contexto brasileiro.
- e) Baseou seus princípios na perspectiva cultural, com foco na Antropologia Social.

60. Segundo Le Boulch (1983), as expressões "corpo submisso", "corpo vivido", "corpo descoberto" e "corpo representado" correspondem a:

- a) Maneiras diferentes de como as crianças interagem umas com as outras.
 - b) Formas de abordagem do corpo na escola.
 - c) Formas de avaliação da imagem corporal
 - d) Estágios da práxis motora enquanto representação pessoal.
 - e) Etapas de estruturação do esquema corporal.
-

O QUE VOCÊ ACHOU DESTE SIMULADO?

*Conte-nos como foi sua experiência ao fazer este simulado.
Sua opinião é muito importante para nós!*

<https://forms.gle/3RC8pkHLNAnpSnxQ9>

NÃO É ASSINANTE?

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

<http://estrategi.ac/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!

<http://estrategi.ac/ok1zt0>
