



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

CADERNO DE PROVAS
PARTE II

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

CARGO

29: NUTRICIONISTA

MANHÃ

CONCURSO PÚBLICO
NÍVEL SUPERIOR

ATENÇÃO!

Leia atentamente as instruções constantes na capa da Parte I do seu caderno de provas.

- 1 Nesta parte II do seu caderno de provas, confira atentamente os seus dados pessoais e os dados identificadores de seu cargo transcritos acima com o que está registrado em sua **folha de respostas**. Confira também o seu nome e o nome do seu cargo no rodapé de cada página numerada desta parte II de seu caderno de provas. Caso o caderno esteja incompleto, tenha qualquer defeito, ou apresente divergência quanto aos seus dados pessoais ou aos dados identificadores de seu cargo, solicite ao fiscal de sala mais próximo que tome as providências cabíveis, pois não serão aceitas reclamações posteriores nesse sentido.
- 2 Quando autorizado pelo chefe de sala, no momento da identificação, escreva, no espaço apropriado da **folha de respostas**, com a sua caligrafia usual, a seguinte frase:

Ciência é conhecimento organizado. Sabedoria é vida organizada.

OBSERVAÇÕES

- Não serão objeto de conhecimento recursos em desacordo com o estabelecido em edital.
- Informações adicionais: telefone 0(XX) 61 3448-0100; Internet — www.cespe.unb.br.
- É permitida a reprodução deste material apenas para fins didáticos, desde que citada a fonte.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Acerca das fibras alimentares, julgue os itens que se seguem.

- 51** É indicada a pessoa com constipação intestinal e que ingere normalmente 2.000 kcal por dia, a prescrição de dieta laxante, que inclui a ingestão de 25 g de fibra total, de alimentos fontes de celulose e hemicelulose e de, pelo menos, 2 litros de água por dia.
- 52** A cevada, a banana verde e as leveduras são fontes de betaglucanos, amido resistente e quitina, respectivamente.
- 53** No processo de produção de ácidos graxos de cadeia curta pelas bactérias intestinais, observa-se que o ácido produzido em maior quantidade é o acético, sendo que a sua fabricação máxima é atingida no cólon transversal.
- 54** A pectina, a goma guar e a aveia são fibras solúveis que retardam o esvaziamento gástrico, devido a sua viscosidade e maior tempo de trânsito intestinal.

Com relação a epidemiologia nutricional no Brasil e a sistemas de segurança e vigilância alimentar e nutricional, julgue os itens a seguir.

- 55** Ao se comparar os resultados da Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde (PNDS) realizada em 1996 e da realizada em 2006, verifica-se a redução da desnutrição, sendo que a região Norte apresenta o maior índice de crianças com peso para a idade, abaixo do percentil 3.
- 56** Os dados da PNDS 2006 demonstram que as regiões Centro-Oeste e Sudeste apresentam as maiores prevalências de excesso de peso em mulheres.
- 57** Entre os anos de 1974 a 2003, o ritmo de crescimento do sobrepeso e da obesidade na população brasileira foi semelhante em ambos os sexos, sendo que, atualmente, tanto o excesso de peso quanto a obesidade acometem mais a população adulta do sexo masculino.
- 58** A pesquisa de orçamento familiar (POF – 2002/2003) constatou alterações na alimentação do brasileiro em 30 anos, com aumento de consumo de açúcares, proteínas e gorduras e diminuição de aquisição de frutas e hortaliças.

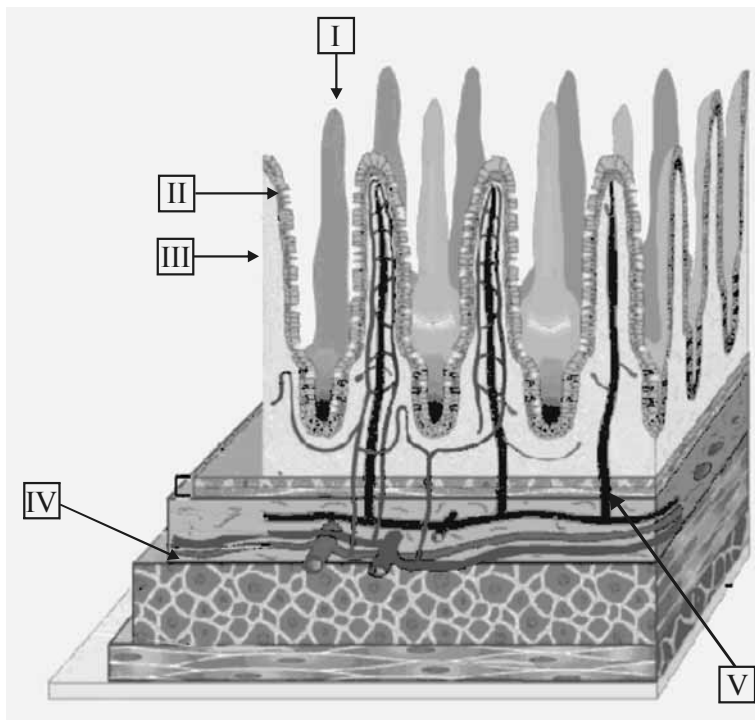
Quanto a carências nutricionais, julgue os itens seguintes.

- 59** A cegueira noturna e o cretinismo são doenças decorrentes de carências nutricionais de vitamina A e iodo, respectivamente.
- 60** Na insuficiência renal crônica, o paciente pode apresentar quadros de carências de nutrientes, devido a alterações metabólicas, como diminuição das taxas de colesterol e triglicerídeo sérico, elevação da lipase lipoprotéica, hiperglicemia e deficiência de vitamina B12.
- 61** Enriquecimento alimentar, orientação educativa e uso de ferro medicamentoso são ações de saúde pública no combate a anemia ferropriva.
- 62** Considere que, em determinado hospital, uma criança de 4 anos de idade com 10 kg tenha sido internada com hipoglicemia, desidratação e anemia grave. O nutricionista observou, nessa criança, sinais clínicos e antropométricos de desnutrição. Nesse caso, na fase de estabilização metabólica, recomenda-se uma dieta de 800 a 1.000 kcal por dia.

Acerca da alimentação materno-infantil, julgue os itens que se seguem.

- 63** Considere que uma gestante de 25 anos de idade no início da gravidez tenha apresentado índice de massa corpórea (IMC) de 26 kg/m² e que, nas consultas pré-natais, o nutricionista tenha observado que, com 12 semanas gestacionais, o ganho ponderal havia sido de 1 kg e, entre 12 e 30 semanas de gestação, de 5,4 kg. Nessa situação, o ganho de peso apresentado até esse momento é considerado adequado, dado o estado nutricional pré-gravídico da gestante.
- 64** Recomenda-se um acréscimo de 250 kcal na dieta materna de lactante que amamente o seu filho de 1 mês de idade, se essa for a única fonte de alimentação do bebê.
- 65** O colostro caracteriza-se por ser um líquido amarelado, rico em proteínas, em anticorpos e em vitamina A.
- 66** Considere que um bebê de 10 meses de idade tenha o seguinte padrão alimentar: leite materno livre demanda e uma refeição complementar no almoço com densidade energética de 0,5 kcal/g. Nesse caso, o esquema alimentar está adequado às recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS).
- 67** Uma criança de 5 anos e 5 meses de idade com estatura/idade entre os percentis 1 e 3 e o parâmetro peso/estatura no percentil 5 apresenta desnutrição do tipo aguda, segundo as curvas de crescimento propostos pela OMS.

A figura abaixo representa as estruturas do intestino delgado.



Julgue os itens subsequentes com relação ao processo digestivo e aos mecanismos absorptivos, com base na figura acima.

- 68** As estruturas identificadas por I e II representam, respectivamente, as vilosidades e microvilosidades da mucosa intestinal, responsáveis por uma superfície absorptiva superior a 200 m².
- 69** A lâmina própria (III) é formada por tecido conjuntivo, de onde saem os vasos sanguíneos e linfáticos, que recebem os produtos da digestão.
- 70** Por difusão facilitada, os aminoácidos são absorvidos nas bordas em escova (II) e transportados para o fígado por meio do sistema porta (IV).
- 71** Grande parte das vitaminas, principalmente as hidrossolúveis, passa do intestino delgado para o sangue por difusão passiva.
- 72** Os produtos primários da ação da lipase sobre as gorduras (ácidos graxos e monoglicerídeos) combinam-se com a bile formando as micelas, que penetram intactas no sistema linfático intestinal (V).
- 73** Apesar da presença de amilase pancreática na superfície das células epiteliais que revestem os intestinos (II), a maior parte da digestão dos carboidratos ocorre no estômago, pela hidrólise ácida.

A doença hepática, o alcoolismo e a desnutrição são condições comumente associadas que interferem no metabolismo de micronutrientes. Acerca desse tema, julgue os itens de 74 a 77.

- 74** A ingestão excessiva de álcool, independente da redução de ingestão energética ou da presença de doença hepática, representa fator de risco para o metabolismo de micronutrientes.
- 75** Em pacientes cirróticos, a anemia por deficiência de vitamina B12 é mais comum do que a anemia ferropriva, devido ao sangramento crônico e periódico da mucosa gástrica.

76 Depleção de reservas hepáticas de beta caroteno e retinol ocorrem somente após a redução nos seus níveis plasmáticos.

77 Níveis circulantes de zinco no soro de pacientes cirróticos encontram-se usualmente reduzidos, pela menor ingestão e absorção, ou mesmo, maior excreção urinária desse mineral.

Durante uma sessão clínica, foi avaliado um paciente de 65 anos de idade, portador de insuficiência cardíaca em estágio mais avançado da doença (classe funcional IV), que apresentava dispneia aos pequenos esforços, fadiga e perda ponderal de 15 % ocorrida nos últimos 6 meses.

Considerando essa situação hipotética, julgue os itens seguintes, acerca da avaliação e terapia nutricionais relacionadas ao caso.

- 78** Por se tratar de indivíduo idoso, caso o índice de massa corporal seja superior a 22 kg/m², não haverá risco nutricional, independente de outros parâmetros nutricionais.
- 79** A dieta desse paciente deverá ser fracionada em 5 a 6 refeições, para reduzir o trabalho cardíaco e a plenitude pós prandial. Recomenda-se, ainda, alterar a consistência da dieta, para que se diminua o esforço de mastigação.
- 80** Se o paciente usa diuréticos e tem a pressão arterial inferior a 140 mmHg × 90 mmHg, a restrição hídrica e a restrição de sódio em sua dieta não serão necessárias.

A obesidade é uma doença crônica resultante da manutenção de balanço energético positivo e excesso de gordura corporal. Acerca do conhecimento de avaliação, repercussões metabólicas e tratamento dietético racional da obesidade, julgue os itens de 81 a 83.

81 A determinação da circunferência do abdôme é medida efetiva para avaliar o tipo de distribuição de gordura corporal que, associada ao excesso de gordura visceral, representa alto risco cardiovascular.

82 Pacientes obesos possuem baixas concentrações de ácidos graxos livres circulantes, resultado do estado de lipogênese dos triglicerídios. A diminuição deste substrato provoca intolerância à glicose tanto no músculo como no fígado.

83 Recomenda-se plano de restrição energética moderada para tratamento da obesidade, com redução progressiva de ingestão calórica habitual de 500 kcal a 1.000 kcal por dia. Nesse plano, a energia da dieta prescrita não deverá ser inferior a 1.200 kcal.

A alimentação e a nutrição são requisitos básicos para a promoção e a proteção da saúde, possibilitando a afirmação plena do potencial de crescimento e desenvolvimento humano com qualidade de vida e cidadania, segundo a Declaração Universal dos Direitos Humanos. A alimentação é um processo voluntário e consciente de escolha das substâncias alimentares disponíveis. A nutrição é o processo por meio do qual o organismo recolhe e transforma os alimentos em outras substâncias mais simples. Com relação à alimentação e à nutrição, julgue os itens a seguir.

84 Alimento é toda substância ou mistura de substâncias nos estados sólido, líquido ou pastoso, destinada a fornecer ao organismo humano os elementos necessários à sua formação, à sua manutenção e ao seu desenvolvimento.

85 Alimentos como o leite e seus derivados, as carnes, os ovos, o arroz e o feijão são fontes importantes de proteínas de elevado valor biológico. Essas proteínas fornecem todos os aminoácidos essenciais ao organismo humano.

86 Carboidratos e gorduras são nutrientes que fornecem a energia necessária às atividades do dia a dia. Além disso, as gorduras são também importantes porque transportam nutrientes, como as vitaminas A, D, E e K, também conhecidas como vitaminas lipossolúveis.

87 A prevenção de deficiências nutricionais e a proteção contra doenças infecciosas podem ser obtidas por meio de uma alimentação que priorize a adequação, a proporção, a quantidade e a qualidade dos alimentos a serem consumidos frequentemente.

88 Uma alimentação saudável deve incluir, na mesma proporção, os carboidratos simples (sacarose e glicose) e os carboidratos complexos (amido e fibras alimentares) para, assim, garantir benefícios ao organismo humano.

89 A adição de iodo ao sal deve-se ao fato de que o iodo é um nutriente essencial para o funcionamento do organismo. A deficiência de iodo na alimentação provoca danos à saúde, como o bócio (papo).

Entre as inúmeras operações relacionadas à preparação de refeições, as etapas de armazenamento e pré-preparo dos alimentos *in natura* ou industrializados se destacam porque possibilitam o uso apropriado nas quantidades que foram adquiridas para um planejamento de cardápio. Acerca das etapas de preparação dos alimentos, julgue os itens de **90** a **93**.

90 As operações de pré-preparo incluem as etapas de pesagem, limpeza e divisão dos alimentos. Para preparações à base de carnes, essas operações devem ser, obrigatoriamente, seguidas da etapa de cozimento.

91 Para as carnes congeladas, o descongelamento é uma etapa do pré-preparo que deve, preferencialmente, acontecer em temperatura de refrigeração. O tempo de descongelamento, em temperatura de 5 °C, depende da quantidade de produto a ser descongelado.

92 O pré-preparo de leguminosas, como o feijão, inclui a etapa de remolho para que ocorra a reidratação dos grãos, o amaciamento da película do grão, a redução do tempo de cozimento e a economia de combustível.

93 As operações de limpeza e sanitização de hortaliças folhosas, como alface, rúcula e espinafre, que são consumidas cruas, são etapas de preparo, por exemplo, de saladas.

A cozinha expressa as relações do homem com o ambiente, o aproveitamento de produtos, o uso de diferentes técnicas na preparação dos alimentos e dos condimentos. A descoberta do fogo e a invenção de utensílios de pedra ou barro possibilitaram a criação de dietas variadas. O ato de cozinhar forneceu ao nosso organismo a energia e os nutrientes necessários ao seu desenvolvimento. O homem só evoluiu porque aprendeu a cozinhar (...)

W. M. C. Araújo *et al.* Da alimentação à gastronomia. Brasília: Editora da UnB, 2005 (com adaptações).

Com referência às etapas de preparação dos alimentos, julgue os itens subsequentes.

94 O cozimento do arroz com quantidade de água e tempo de cocção superiores aos recomendados leva à obtenção de um alimento empapado e mais diluído do ponto de vista nutricional.

95 Hortaliças como ervilhas, chuchu e beterraba devem ser cozidas no vapor para que as perdas nutricionais relativas às vitaminas e aos minerais, sejam reduzidas. Para as cenouras, não há diferença nas frações de vitaminas e minerais se o cozimento for a vapor ou sob fervura.

O desperdício dos alimentos gera prejuízo em torno de 10 bilhões de dólares por ano ao Brasil, mesmo sabendo-se que o uso dos recursos alimentares é tão importante quanto o reaproveitamento dos produtos alimentícios. O controle desse desperdício pode ser realizado por meio de indicadores importantes como o excesso de aparas inaproveitáveis no pré-preparo dos alimentos, assim como de sobras e restos de produtos rejeitados nos pratos.

C. M. Tenser *et al.* Ações contra o desperdício em restaurantes e similares. *Higiene alimentar*, v. 21, 2007, p. 22-6 (com adaptações).

Com relação ao desperdício dos alimentos, julgue os itens a seguir.

96 Produtos com manchas e brotos podem não ter o mesmo valor comercial, mas podem ser aproveitados desde que esses defeitos sejam removidos na etapa do pré-preparo.

97 Para reduzir o desperdício de óleo de soja na produção de empanados e croquetes, recomenda-se a substituição por azeite de oliva, uma vez que esse produto, além de ser adequado ao processo de fritura, pode ser reaproveitado.

98 O fator de correção indica a parte comestível do alimento e pode ser utilizado como indicador no controle do desperdício porque define a quantidade de alimento a ser adquirida para determinada quantidade de refeições.

99 O fator de cocção é a relação entre a quantidade de alimento cozido, pronto para consumo, e a quantidade de alimento limpo e cru, obtido no pré-preparo. Esse fator está associado ao rendimento do alimento em determinada preparação.

100 Frutas e hortaliças devem sempre ser armazenadas sob refrigeração porque são organismos vivos que continuam respirando, e a temperatura ambiente influencia o seu amadurecimento, causando perdas e desperdícios.