



PROCESSO DE SELEÇÃO PARA RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE

Prova a ser realizada pelos candidatos graduados em **NUTRIÇÃO**

INSTRUÇÕES AO CANDIDATO

- Além deste caderno, você deverá ter recebido o cartão destinado às respostas das questões formuladas na prova; caso não tenha recebido o cartão, peça-o ao fiscal. Em seguida, verifique se este caderno contém enunciadas **oitenta** questões.
 - 1 a 10 - SUS
 - 11 a 65 - Conhecimentos Específicos
 - 66 a 75 - Língua Portuguesa
 - 76 a 80 - Língua Estrangeira
- As questões de língua estrangeira, de números 76 a 80, encontram-se ao final da prova e você deverá respondê-las conforme a sua opção no ato de inscrição no Concurso.
- Verifique se o número do seu documento de identificação e seu nome conferem com os que aparecem no **CARTÃO DE RESPOSTAS**; em caso afirmativo, assine-o e leia atentamente as instruções para seu preenchimento; caso contrário, notifique imediatamente ao fiscal.
- Cada questão proposta apresenta quatro alternativas de resposta, sendo apenas uma delas a correta. No cartão de respostas, atribuir-se-á pontuação zero a toda questão com mais de uma alternativa assinalada, ainda que dentre elas se encontre a correta.
- Não é permitido portar ou fazer uso de aparelhos de recebimento central de mensagens (*paggers*), aparelho de telefonia celular, qualquer tipo de aparelho que permita intercomunicação, nem material que sirva para consulta.
- Não é permitido copiar as alternativas assinaladas no cartão de respostas.
- O tempo disponível para esta prova, incluindo o preenchimento do cartão de respostas, é de quatro horas.
- Reserve os quinze minutos finais para preencher o cartão de respostas usando, exclusivamente, caneta esferográfica de corpo transparente de ponta média com tinta azul ou preta (preferencialmente, com tinta azul).
- Certifique-se de ter assinado a lista de presença.
- Quando terminar, entregue ao fiscal o **CADERNO DE QUESTÕES** e o **CARTÃO DE RESPOSTAS**, que poderá ser invalidado se você não o assinar.

APÓS O AVISO PARA INÍCIO DA PROVA, VOCÊ
DEVERÁ PERMANECER NO LOCAL DE REALIZAÇÃO
DA MESMA POR, NO MÍNIMO, NOVENTA MINUTOS.



SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

01 “A saúde é direito de todos e dever do Estado” (Art. 196 – Título VIII – Da Ordem Social, capítulo II – Da Seguridade Social, Seção II – Da Saúde).

Tal afirmativa relaciona-se às seguintes prerrogativas, **exceto**:

- (A) A saúde é garantida mediante políticas sociais e econômicas de fórum autárquico e democrático.
- (B) O Estado tem como objetivo reduzir o risco de doença.
- (C) Os indivíduos devem ter acesso universal às ações de saúde.
- (D) Cabe ao Estado a promoção da saúde.

02 Quanto à Lei nº 8080, de setembro de 1990, capítulo IV – Da Competência e das Atribuições, Seção I – Das Atribuições Comuns, cabe à União, aos Estados, ao Distrito Federal e aos Municípios:

- (A) a elaboração de normas técnicas e o estabelecimento de padrões de qualidade e parâmetros de custos que caracterizem a assistência à saúde.
- (B) a fiscalização e a atualização periódica do plano de saúde.
- (C) a organização e a coordenação do sistema de informação de saúde.
- (D) a realização de pesquisas e de estudos na área de saúde.

03 A Lei que dispõe sobre a promoção, a proteção e a recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes a essas ações e dá outras providências, instituindo o subsistema de atenção à saúde indígena, é a:

- (A) Lei nº 9836.
- (B) Lei nº 8080.
- (C) Lei nº 7018.
- (D) Lei nº 8081.

04 Quanto aos princípios, diretrizes, organização e gestão da saúde (Capítulo III – Da Organização, da Direção e da Gestão), é **correto** afirmar:

- (A) A direção do SUS é pluralizada de acordo com o inciso I do art. 198.

(B) É vedada aos municípios a construção de consórcio para desenvolver em conjunto as ações e os serviços de saúde que lhes correspondam.

(C) São criadas comissões intersetoriais que têm por finalidade articular políticas e programas de interesse para a área de saúde.

(D) São criadas comissões cujo objetivo é a oferta de serviços de saúde em unidades escolares de ensino fundamental.

05 Sobre a Lei nº 8.142, de 28 de dezembro de 1990, assinale a alternativa **correta**.

(A) Os recursos do Fundo Municipal de Saúde poderão ser alocados como investimento previsto em lei orçamentária, de iniciativa do Poder Legislativo, e aprovados pelo Congresso Nacional.

(B) A Conferência de Saúde reunir-se-á a cada dois anos para avaliar a situação do setor de saúde e propor as diretrizes para a formulação de política de saúde nos níveis correspondentes.

(C) As Conferências de Saúde e os Conselhos de Saúde terão sua organização e normas de funcionamento definidas em regime próprio, aprovadas pelos usuários do Sistema Único de Saúde.

(D) A Conferência de Saúde reunir-se-á a cada quatro anos com a representação dos vários segmentos sociais.

06 Segundo a lei nº 8.080, de setembro de 1990, a União, os estados, o Distrito Federal e os municípios exercerão, em seu âmbito administrativo, a seguinte atribuição comum:

(A) formular, avaliar e apoiar políticas de alimentação e de nutrição.

(B) elaborar normas técnicas e estabelecer padrões de qualidade e parâmetros de custos que caracterizam a assistência à saúde.

(C) controlar e fiscalizar procedimentos, produtos e substâncias de interesse para a saúde.

(D) executar serviços de vigilância epidemiológica.

07 A respeito da Gestão Financeira do Sistema Único de Saúde, assinale a alternativa **incorreta**.

- (A) O Ministério da Saúde acompanhará, através de seu sistema de auditoria, a conformidade à programação de aplicação dos recursos repassados a Estados e Municípios anteriormente aprovada.
- (B) Na distribuição dos recursos financeiros da Seguridade Social, será observada a mesma proporção de despesa prevista, para cada área, do orçamento da Seguridade Social.
- (C) Metade dos recursos destinados a Estados e Municípios será distribuída segundo as características quantitativas e qualitativas da rede de saúde na área.
- (D) Os recursos financeiros do Sistema Único de Saúde (SUS) serão depositados em conta especial relativa a cada esfera de sua atuação.

08 A proposta da Clínica Ampliada engloba os seguintes eixos fundamentais:

- (A) compreensão ampliada do processo saúde-doença, construção compartilhada de diagnósticos e terapêuticas, ampliação do “objeto de trabalho”.
- (B) acolhimento, espaços de escuta qualificada para usuários e trabalhadores.
- (C) direito a acompanhante em consultas, na realização de exame e em internações e visita aberta.
- (D) equipe de referência – projeto terapêutico singular.

09 Segundo a PNH (Política Nacional de Humanização), podemos considerar como conceito de Clínica Ampliada:

- (A) o elemento estruturante da clínica, pois permite a produção do contrato de cuidado.
- (B) a clínica degradada, reduzida à tecnologia da queixa-conduta.
- (C) a prestação de atendimento multiprofissional.
- (D) a complexidade que abrange o sujeito e o processo de adoecimento, nas conexões, muitas vezes ocultas, entre o biológico, o subjetivo e o social; clínica interdisciplinar.

10 Os principais parâmetros para a implementação de ações da PNH (Política Nacional de Humanização) na atenção hospitalar são:

- (A) I – garantia de visita aberta, da presença do acompanhante e de sua rede social, respeitando a dinâmica de cada unidade hospitalar e peculiaridades das necessidades do acompanhante; II – implantação de mecanismos de recepção com acolhimento aos usuários e III – estabelecimento de equipe multiprofissional de referência para atendimento dos pacientes internados.
- (B) I – organização do acolhimento a fim de promover a ampliação efetiva do acesso à atenção básica e aos demais níveis do sistema, eliminando as filas, organizando o atendimento e II – definição inequívoca de responsabilidades sanitárias da equipe de referência com a população referida, favorecendo a produção de vínculo orientado por projetos terapêuticos de saúde, individuais e coletivos, para usuários e comunidade.
- (C) I – promoção de atividades de valorização e de cuidados aos trabalhadores da saúde, contemplando ações voltadas para a promoção da saúde e a qualidade de vida no trabalho e II – organização do trabalho com base em metas discutidas coletivamente e com definição de eixos avaliativos, avançando na implementação de contratos internos de gestão.
- (D) I – Implementação de ações básicas com vistas à prevenção de agravos e II – Capacitação contínua de profissionais de saúde visando estimular as ações multiprofissionais.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

11 A preservação e/ou melhora do estado nutricional de pacientes com câncer, em quimioterapia ou radioterapia, tem um importante efeito em sua qualidade de vida.

Quais são os critérios utilizados para indicar a Terapia Nutricional Enteral via oral e a Terapia Nutricional Enteral (TNE) a esses pacientes?

- (A) Os complementos enterais são indicados quando a ingestão alimentar, por até 5 dias, for menor que 75% das recomendações, sem expectativa de melhora. Já a TNE será indicada na impossibilidade de utilização da via oral ou quando a ingestão alimentar, por até 5 dias consecutivos, for menor que 60% das recomendações, sem expectativa de melhora da ingestão.
- (B) Todos os pacientes oncológicos submetidos à quimioterapia ou radioterapia devem receber complementos enterais. A TNE será indicada quando, houver impossibilidade de utilização da via oral ou ingestão alimentar, por até 5 dias consecutivos, for menor que 60% das recomendações, sem expectativa de melhora da ingestão.
- (C) Os complementos enterais são indicados quando a ingestão alimentar, por 10 dias, for menor que 75% das recomendações, sem expectativa de melhora. Já a TNE será indicada somente na impossibilidade de utilização da terapia por via oral.
- (D) Os complementos enterais são indicados quando a ingestão alimentar, por sete dias, for menor que 60% das recomendações, sem expectativa de melhora. Já a TNE será indicada quando a ingestão alimentar, por 7 dias consecutivos, for menor que 50% das recomendações, sem expectativa de melhora da ingestão.

12 Os requerimentos hídricos para pacientes adultos oncológicos no pré e pós-operatório são:

- (A) 1ml/kcal ou 35 ml/kg/peso.
- (B) 1,5ml/kcal ou 35 ml/kg/peso.
- (C) 1ml/kcal ou 25 ml/kg/peso.
- (D) 2ml/kcal ou 40 ml/kg/peso.

13 Pacientes em tratamento antitumoral apresentam vários sinais e sintomas que podem causar esofagite e/ou levar à diminuição da ingestão diária de nutrientes, que compromete o estado nutricional.

Marque a alternativa **incorreta** quanto à conduta nutricional em pacientes oncológicos com esofagite.

- (A) Utilizar alimentos em temperatura ambiente.
- (B) Quando necessário, utilizar complementos nutricionais com flavorizantes cítricos.
- (C) Utilizar dieta hipolipídica e pobre em fibras insolúveis.
- (D) Dar preferência a alimentos em consistência pastosa ou liquidificada.

14 Assinale quais são os aminoácidos que devem estar em maior concentração na dieta de um paciente com encefalopatia hepática.

- (A) Valina, tirosina e fenilalanina.
- (B) Fenilalanina, tirosina e triptofano.
- (C) Leucina, isoleucina e tirosina.
- (D) Valina, leucina e isoleucina.

15 O sistema digestivo é responsável não só por reduzir partículas e moléculas grandes, como também por converter as moléculas insolúveis em formas solúveis. O funcionamento apropriado dos mecanismos absorptivo e de transporte é crucial para evitar deficiências nutricionais.

Com base nessa afirmativa, assinale a alternativa **correta** quanto à digestão, à absorção, ao transporte e à excreção de nutrientes.

- (A) A digestão de proteínas inicia-se no estômago pela ação da gastrina, que é ativa apenas em meio ácido.
- (B) O trato gastrointestinal atrofia-se após, aproximadamente, duas semanas de inanição. A área de superfície declina acentuadamente e as secreções, as funções sintéticas e a capacidade absorptiva são reduzidas.
- (C) A produção de vitamina K, por ação bacteriana, ocorre no cólon, onde a mesma é absorvida, juntamente com sódio, potássio e água.
- (D) Todas as gorduras são digeridas na boca pela ação da lipase lingual e, no intestino delgado, através da lipase pancreática.



16 Evidências clínicas recentes demonstram que pacientes com doenças pulmonares podem se beneficiar de nutrientes específicos que agem protegendo o endotélio pulmonar.

Marque a alternativa que corresponde a um desses nutrientes.

- (A) Inositol.
- (B) Glutamina.
- (C) N-acetil cisteína.
- (D) Vitamina C.

17 A doença ou lesão pode levar à rápida deterioração do estado nutricional. Para avaliá-lo, é necessário observar mudanças nos índices antropométricos, na história dietética e nos marcadores laboratoriais.

Quanto aos marcadores laboratoriais, é **correto** afirmar:

- (A) O balanço de nitrogênio é a única medida bioquímica que reflete tanto o *pool* de proteínas somáticas quanto viscerais. Para indivíduos saudáveis, esse balanço é próximo de zero.
- (B) O nível alto de proteína C-reativa é utilizado como marcador para iniciar Terapia Nutricional mais intensa no paciente internado.
- (C) A albumina é a proteína plasmática mais abundante e um ótimo marcador do estado nutricional. Seus valores se elevam após uma semana de dieta hipercalórica e hiperproteica.
- (D) O ferro sérico é um teste relativamente fácil de executar e, por isso, é um ótimo indicador do estado de ferro, cuja variação diária é pequena.

18 A gota é um distúrbio do metabolismo de purinas, no qual os uratos de sódio são formados e acumulados nas articulações e tecidos.

Durante o estágio agudo da doença, é necessário restringir alimentos ricos em purinas, dentre os quais:

- (A) chocolate e lentilha.
- (B) espinafre e aves.
- (C) carne moída e pão doce.
- (D) leite e chá.

19 Nem todas as doenças neurológicas têm etiologia nutricional, entretanto, condutas nutricionais são parte importante do tratamento.

Marque a alternativa que corresponde à enfermidade e terapia nutricional adequada.

- (A) Na adrenoleucodistrofia, devem ser evitados ácidos graxos de cadeia curta, priorizando-se o uso de ácidos graxos com cadeia de carbonos superior a vinte átomos.
- (B) A encefalopatia de Wernicke é responsiva a tiamina, enquanto a psicose de Korsakoff não o é, sendo seus desarranjos mentais irreversíveis.
- (C) Na *Miastenia graves*, não é recomendada a ingestão de alimentos nutricionalmente densos, pois esses dificultam a mastigação e deglutição.
- (D) Na enxaqueca crônica, o nutricionista deve estimular o consumo de chá, pois essa bebida possui alto teor de flavonóides.

20 Sobre a interação entre droga e nutriente é **incorreto** dizer:

- (A) A isoniazida inibe a conversão de piridoxina em piridoxal-5-fosfato.
- (B) O antibiótico ciprofloxacino forma complexo insolúvel com o cálcio de produtos lácteos.
- (C) O antibiótico cefuroxima axetil deve ser ingerido com alimentos para que seja aumentada sua biodisponibilidade.
- (D) A pirimetamina é um medicamento usado para o tratamento da malária e toxoplasmose, sendo antagonista do ácido ascórbico, que deve ser suplementado na forma de ácido desidroascórbico.

21 A desnutrição calórico-proteica é bastante comum e sua ocorrência tem sido relatada em pacientes com insuficiência renal crônica (IRC), tanto na fase pré-dialítica, como na fase dialítica.

Sobre a desnutrição e os déficits nutricionais relacionados a essa enfermidade, é **correto** dizer:

- (A) Enfermidades agudas recorrentes não interferem no estado nutricional por serem de rápida resolução clínica.
- (B) O acúmulo de ureia no sangue não interfere na desnutrição e na anorexia.
- (C) Existe aumento do efeito de hormônios como: insulina, hormônio do crescimento



tipo 1 semelhante à insulina e hormônio do crescimento.

- (D) A acidose metabólica induz ao catabolismo proteico e compromete a utilização do nitrogênio.

22 Sobre os pacientes renais em tratamento de hemodiálise é **correto** dizer:

- (A) A recomendação de energia para repleção de peso é de 35-45 kcal/kg/dia.
(B) Recomenda-se a ingestão de carboidratos, por via oral, somente sob a forma de sacarose e frutose, entre 50-60% do total de calorias oferecido.
(C) O volume de excreção urinária não é um bom guia para recomendação de ingestão hídrica.
(D) A acidose metabólica aumenta a sensibilidade ao Paratormônio (PTH) e este diminui a reabsorção de cálcio ósseo.

23 Marque a alternativa **incorreta** sobre as influências nutricionais e o sistema imunológico.

- (A) Como manifestação da desnutrição energético-proteica sobre o sistema imunológico, está a atrofia do tecido linfóide.
(B) As reservas de glicogênio em grandes proporções dão suporte à atividade anaeróbica glicolítica dos neutrófilos.
(C) O aumento da concentração plasmática de ferro é considerado uma importante resposta do hospedeiro contra infecções bacterianas.
(D) A arginina participa do desenvolvimento e crescimento de Células T.

24 Avalie as afirmativas e marque a alternativa **correta**.

- I A proliferação de células T em pacientes com anemia perniciosa apresenta característica “megaloblastóide”, ou seja, tamanho aumentado.
II O tecido adiposo é o grande reservatório de glutamina corporal, sendo esse aminoácido importante para a integridade do sistema imunológico intestinal.
III A vitamina A tem importante papel na integridade de barreiras epiteliais.
IV Níveis diminuídos de vitamina C circulante aumentam a resistência aos diversos de

tipos de infecções e à predisposição ao câncer.

- (A) As alternativas I e III estão corretas.
(B) As alternativas I e IV estão corretas.
(C) As alternativas II e III estão corretas.
(D) As alternativas II e IV estão corretas.

25 Marque a alternativa **correta** sobre a vitamina B1(tiamina).

- (A) A deficiência de tiamina pode causar beribéri seco, que é caracterizado por neuropatia periférica, edema e insuficiência cardíaca.
(B) Dentre os alimentos com baixo teor de tiamina estão a carne de porco e a levedura, enquanto boas fontes são os produtos lácteos e os frutos do mar.
(C) A deficiência de tiamina em alcoolistas crônicos pode ser causada por ingestão diminuída ou absorção intestinal alterada.
(D) A tiamina é rapidamente destruída acima de pH 8. Dessa forma, não se deve acidificar leguminosas para que mantenham a coloração verde.

26 Sabe-se que a hiperocalciúria idiopática é uma das causas metabólicas primárias da litíase renal. Sobre a litíase renal é **correto** dizer:

- (A) Na hiperuricosúria, a recomendação nutricional de proteínas deve ser de 1,5g/kg/dia e, nesses casos, recomenda-se a ingestão de anchova, farelo de trigo, espinafre e arenque para diminuir a formação de urato.
(B) Na hiperoxalúria, é indicada a ingestão de líquidos a cada 3 horas e a restrição de alimentos ricos em oxalato.
(C) Na hiperoxalúria, a ingestão de vitamina C deve ser de 1500mg/dia para evitar a formação de oxalato.
(D) Os tipos de cálculo renal mais frequentemente encontrados são os de estruvita e ácido úrico.

27 Marque a alternativa **correta** sobre a dietoterapia aplicada a pacientes com insuficiência renal crônica em tratamento conservador.

- (A) Para pacientes diabéticos que apresentem taxa de filtração glomerular entre 25 e 60 mL por minuto é recomendada dieta com restrição de proteínas, perfazendo um total diário de 1,1g/kg.
- (B) A ingestão de proteína deve ser restringida para pacientes que apresentem taxa de filtração glomerular acima de 60 mL/minuto, mesmo que não haja sinais de progressão da insuficiência renal.
- (C) A ingestão de sódio diária deve ser entre 4-6 g e a ingestão de cálcio deve ser menor que 1000mg/dia.
- (D) A recomendação nutricional de fósforo deve ser menor que 800mg/dia.

28 Marque a alternativa **correta**.

- (A) A doença de Keshan está correlacionada à baixa ingestão dietética de selênio.
- (B) As doenças de Crohn, de Whipple e linfangectasia aumentam a absorção intestinal de magnésio.
- (C) Na doença de Wilson, ocorre dificuldade no armazenamento de cobre, especialmente em órgãos como fígado e cérebro.
- (D) O zinco aumenta a biodisponibilidade do cobre.

29 Nas hepatopatias, ocorre alteração no metabolismo de nutrientes, que se correlaciona com o grau de comprometimento funcional do fígado. Sobre essa afirmativa, marque a alternativa **correta**.

- (A) Na cirrose, ocorrem alterações no perfil lipídico, apresentando redução significativa de ácidos graxos monoinsaturados e aumento dos ácidos graxos saturados e poliinsaturados, podendo afetar a regulação da função renal e do sistema imune.
- (B) Nas doenças hepáticas, o metabolismo de proteína está alterado em virtude do aumento da massa hepática funcional, da derivação porto-sistêmica e das alterações hormonais sobre o metabolismo proteico muscular.
- (C) O metabolismo de etanol origina o excesso de Nicotinamida Adenina Dinucleotídeo Reduzida (NADH), o que

impede a neoglicogênese a partir de aminoácidos, lactato e glicerol.

- (D) Na cirrose hepática alcoólica, a suplementação de vitamina E deve ser feita com cautela, porque o álcool pode potencializar o efeito hepatotóxico desta vitamina.

30 No tratamento dietético da Fenilcetonúria, deve-se:

- (A) incentivar o consumo de alimentos de origem animal, porque contêm teor elevado de fenilalanina.
- (B) suplementar tirosina, que se torna aminoácido essencial.
- (C) suplementar taurina, devido à exclusão de fontes alimentares na dieta.
- (D) elevar o aporte de lipídeo, devido à carência de ácido graxo ômega 6.

31 A hipoglicemia é o principal sintoma de pacientes portadores de Glicogenose Tipo I, que pode ser prevenida pela dieta através de:

- (A) fornecimento de mel e açúcar invertido.
- (B) aumento da ingestão de frutose e de sacarose.
- (C) aumento da ingestão de fibras.
- (D) aumento do fracionamento da dieta e do fornecimento de amido cru.

32 Nas doenças metabólicas relacionadas ao ciclo da ureia, a dieta deve:

- (A) restringir proteínas e suplementar aminoácidos específicos.
- (B) restringir lipídios saturados.
- (C) restringir glicídios e aumentar a ingestão de fibras.
- (D) restringir piridoxina.

33 São complicações decorrentes da infecção pelo HIV e comprometedoras do estado nutricional, **exceto**:

- (A) candidíase oral.
- (B) diarreia.
- (C) dislipidemia.
- (D) febre.



34 Trata-se de sugestão dietética usada para alívio dos sintomas apresentados pelo paciente portador de infecção pelo vírus HIV:

- (A) Dieta com baixo teor de gordura e lactose para corrigir a constipação.
- (B) Refeições pequenas e frequentes para aumentar a ingestão oral de nutrientes.
- (C) Alimentos macios e úmidos para alívio das náuseas.
- (D) Preparações salgadas para facilitar a ingestão de alimentos em caso de candidíase oral.

35 Quanto às necessidades nutricionais de pacientes infectados pelo HIV, o que se deve considerar?

- (A) A necessidade de energia aumenta em 13% e a de proteínas em 10% para cada grau Celsius de elevação de temperatura acima do normal.
- (B) As necessidades de energia e de proteínas aumentam, e independem da progressão da doença e de complicações.
- (C) Em pacientes com diarreia, está indicada a suplementação de ácidos graxos de cadeia longa.
- (D) Os suplementos de minerais são contraindicados para esses pacientes.

36 São fatores de risco modificáveis para as doenças cardiovasculares:

- (A) dislipidemia, hipertensão arterial e uso de anticoncepcionais.
- (B) hereditariedade, dislipidemia e hipertensão arterial.
- (C) obesidade, diabetes e história familiar.
- (D) sedentarismo e tabagismo.

37 Assinale a resposta **falsa** quanto à utilização de alimentos funcionais na prevenção e tratamento da Doença Arterial Coronariana (DAC).

- (A) Os flavonóides inibem a oxidação da lipoproteína de baixa densidade (LDL).
- (B) As fibras insolúveis auxiliam na redução da ingestão calórica, porque aumentam a saciedade.
- (C) A soja reduz os níveis pressóricos devido à presença de isoflavona, que tem função semelhante ao estrógeno humano.

(D) Leuropeína e hidroxitirosol, presentes no azeite, inibem a expressão de moléculas de adesão.

38 A adoção de estilo de vida saudável é o principal fator na prevenção da hipertensão arterial.

Assinale a opção em que **todos** são fatores de prevenção.

- (A) Restrição de sódio, história clínica e reduzido consumo de álcool.
- (B) Atividade física e maior consumo de potássio, cálcio e magnésio.
- (C) Peso adequado, atividade física e hereditariedade.
- (D) Restrição de sódio, comorbidade e maior consumo de fibras.

39 Assinale a opção **correta**.

- (A) As principais complicações da nutrição enteral estão relacionadas à sonda, à dieta, ao método de preparo, à administração e às alterações metabólicas.
- (B) A utilização do trato gastrointestinal é sempre a via preferida para ministrar os alimentos/nutrientes, mesmo que este não esteja funcionando.
- (C) Existem evidências de que o uso de terapia nutricional parenteral, por curto prazo (7 – 10 dias), em pacientes desnutridos, tem impacto significativo no aumento da incidência de morbidade e mortalidade.
- (D) A escolha da fórmula enteral adequada exige avaliação da capacidade digestiva e conhecimento da fonte do substrato nutricional.

40 Assinale a opção cujos nutrientes são os que mais elevam a osmolalidade da fórmula enteral.

- (A) Eletrólitos e triglicerídios de cadeia longa.
- (B) Amido e triglicerídios de cadeia média.
- (C) Monossacarídios e proteínas intactas.
- (D) Dissacarídios e aminoácidos.

41 Leia com atenção as afirmativas e assinale a alternativa **correta**:

- I Estados patológicos, respostas inflamatórias e infecciosas aumentam a liberação de glutamina das reservas adiposas.
- II Baixas ofertas de Vitamina A acarretam diminuição da cicatrização de epitélios lesados, favorecendo a infecção.
- III A vitamina B6 (piridoxina) está relacionada, na atividade imunológica, à síntese de ácido nucleico.

- (A) Somente a afirmativa I é falsa.
- (B) As afirmativas I, II e III são verdadeiras.
- (C) Somente as afirmativas I e III são verdadeiras.
- (D) Somente a afirmativa III é verdadeira.

42 Quanto à modulação da atividade imunológica pelos ácidos graxos poliinsaturados (AGPI), marque a opção **correta**.

- (A) O ácido eicosapentaenóico (EPA) induz à síntese de leucotrienos da série B5, conhecidos por serem fortes indutores inflamatórios.
- (B) O ácido araquidônico ômega 3 induz à síntese de prostaglandinas e leucotrienos.
- (C) Os AGPI estão envolvidos na indução da resposta inflamatória mediante síntese de diversos eicosanóides.
- (D) O ácido docosahexaenóico (DHA) induz à síntese de leucotrienos da série B5, conhecidos por serem fortes indutores inflamatórios.

43 Leia com atenção as afirmativas abaixo e assinale a alternativa **correta**:

- I Os substitutos de sal, “sal light” e as misturas herbais de baixo teor de sódio devem ser cuidadosamente verificados para garantir que não contenham níveis elevados de potássio, o que pode prejudicar a terapia nutricional de alguns pacientes renais.
- II O glutamato monossódico e o propionato de sódio são aditivos com sódio, os quais, provavelmente, são encontrados em condimentos e pães, respectivamente.

III O cloreto de sódio é aproximadamente 60% sódio e 40% cloreto.

- (A) Somente as afirmativas I e II estão corretas.
- (B) Somente as afirmativas I e III estão corretas.
- (C) Somente a afirmativa II está correta.
- (D) Somente as afirmativas II e III estão corretas.

44 Sobre a caquexia do câncer, assinale a alternativa **correta**.

- (A) A caquexia do câncer é uma síndrome caracterizada pela perda progressiva de peso, anorexia, definhamento generalizado, imunossupressão, taxa metabólica basal alterada e anormalidades no metabolismo de líquidos e energia.
- (B) A etiologia da caquexia do câncer é inteiramente conhecida e acomete somente os pacientes com doença metastática.
- (C) Acredita-se que as citocinas que desempenham um papel na caquexia do câncer são: fator de necrose tumoral, interleucina-1, interleucina-2 e interferon-gama.
- (D) O uso de ácido eicosapentaenóico (EPA) não possui contraindicações e deve ser sempre indicado no tratamento dos pacientes com caquexia, principalmente como agente estimulante de apetite.

45 Os efeitos colaterais do tratamento do câncer interferem na ingestão alimentar e alguns ajustes podem ser feitos para que o paciente continue recebendo uma Terapia Nutricional adequada.

Sendo assim, assinale a sentença **correta**.

- (A) Recomenda-se aos pacientes o consumo de alimentos picantes, crocantes e ácidos, tais como abacaxi, laranja, vinagre, limão, pimenta e mostarda, a fim de melhorar o sabor metálico dos alimentos.
- (B) Recomenda-se aos pacientes com náuseas e vômitos que evitem ficar na cozinha durante o preparo dos alimentos.
- (C) Recomenda-se a restrição de líquidos e maior consumo de alimentos sólidos ao

invés de pastosos aos pacientes com perda de apetite.

- (D) Recomenda-se aos pacientes com odinofagia que evitem alimentos fermentativos, tais como leite puro, bebidas gaseificadas, bebidas alcoólicas, doces concentrados, couve-flor e repolho.

46 Leia com atenção as afirmativas abaixo e assinale a alternativa **correta**.

A respeito da assistência nutricional em cuidados paliativos dados ao paciente adulto com câncer, podemos afirmar:

- I A orientação nutricional, durante o cuidado paliativo, é conduzida mediante as queixas apresentadas pelo paciente, visando ao alívio dos sintomas relacionados à alimentação, através de uma conduta nutricional adequada.
- II As restrições alimentares e avaliação completa do estado nutricional (avaliação subjetiva global, circunferências, pregas cutâneas, percentual de perda de peso) devem sempre ser realizadas.
- III Os pacientes com câncer avançado ou terminal devem receber de 30 a 35 kcal/kg peso atual/dia e 1,0 a 1,8g proteína/kg peso atual/dia.
- (A) Somente a afirmativa I está correta.
(B) Somente as afirmativas I e III estão corretas.
(C) Somente as afirmativas II e III estão corretas.
(D) Somente a afirmativa III está correta.

47 Assinale a alternativa abaixo que **não** é uma das complicações agudas do diabetes melito.

- (A) Hipoglicemia.
(B) Cetoacidose diabética.
(C) Estado hiperglicêmico hiperosmolar.
(D) Gastroparesia.

48 Sobre a síndrome da imunodeficiência adquirida (AIDS), é **correto** dizer:

- (A) A diarreia pode persistir nesses pacientes, mesmo na ausência de patógenos e, devido a isso, não é

indicada uma dieta com baixo teor de gordura para auxiliar o tratamento.

- (B) As necessidades proteicas nesses pacientes podem ser estimadas em 0,8 a 1,2g/kg de peso para manutenção e de 1,3 a 1,8g/kg de peso para recuperação.
(C) As lesões do Sarcoma de Kaposi, quando acometem a cavidade oral ou o esôfago de alguns pacientes, podem causar dor e dificuldade à mastigação e deglutição
(D) A necessidade de ingestão de líquidos nos indivíduos infectados pelo vírus da imunodeficiência humana é maior. Além disso, a mesma é calculada como 35 a 40ml/kg de peso/dia.

49 As fibras alimentares são definidas como uma classe de compostos de origem vegetal que, quando ingeridos, não sofrem hidrólise, digestão ou absorção pelo intestino delgado dos humanos.

A respeito das fibras, podemos afirmar:

- (A) A fibra do trigo é solúvel e bem reconhecida no tratamento da diarreia e da hiperglicemia.
(B) Os principais produtos do metabolismo bacteriano das fibras são os ácidos graxos de cadeia curta: acetato, propionato e glutamato.
(C) Os Frutooligosacarídeos (FOS) resistem à ação hidrolítica das enzimas salivares e intestinais, atingem, intactos, o cólon e são chamados de probióticos.
(D) Os ácidos graxos de cadeia curta produzidos pela fermentação das fibras são a principal fonte de energia dos enterócitos e exercem papel fundamental na fisiologia normal do cólon.

50 O estado nutricional reflete o grau com que as necessidades fisiológicas de nutrientes estão sendo atendidas.

A respeito da avaliação nutricional dos adultos, marque a opção **correta**.

- (A) A medida de circunferência da panturrilha pode ser usada sozinha para estimar o peso ideal nos idosos.
(B) A área muscular do braço é uma boa indicação da massa corporal magra e, dessa forma, de massa proteica esquelética de um indivíduo.



- (C) A quantidade de gordura avaliada a partir de pregas cutâneas pode se alterar no intervalo de uma semana.
- (D) É considerada como perda de peso grave quando superior a 3% no período de um mês.

51 Alguns nutrientes são chamados de imunomoduladores e são estudados por apresentarem a possibilidade de influir no estado imunológico.

Aos imunomoduladores são atribuídas as seguintes funções:

- (A) nucleotídeos reduzem a toxicidade de células *Natural Killer*.
- (B) arginina é importante supressora de ácido nítrico.
- (C) ácidos graxos ômega-3 são supressores da secreção de prostaglandinas e leucotrienos da série par.
- (D) fibras insolúveis aumentam a translocação bacteriana.

52 O transportador dependente de insulina e especializado no transporte das hexoses, através das membranas celulares é o:

- (A) GLUT 1.
- (B) GLUT 2.
- (C) GLUT 3.
- (D) GLUT 4.

53 O amido é o carboidrato mais abundante na alimentação humana e é composto por dois homopolímeros: amilose e amilopectina.

Com relação a eles, podemos afirmar:

- (A) Somente a amilopectina precisa da enzima isomaltase para sua degradação.
- (B) A amilose representa a maior parte da composição do amido.
- (C) A amilopectina é uma estrutura helicoidal.
- (D) A amilose é uma estrutura ramificada.

54 A introdução da terapia Antirretroviral Altamente Ativa (*Highly Active Antiretroviral Therapy – HAART*) modificou, drasticamente, o prognóstico dos pacientes com HIV/AIDS. Entretanto, essas drogas apresentam efeitos colaterais importantes, dentre os quais podemos citar:

- (A) lipodistrofia, hipercolesterolemia e cetose.

- (B) hiperglicemia, hipertrigliceridemia e acidose láctica.
- (C) hiperglicemia, hipercolesterolemia e caquexia.
- (D) hipertrigliceridemia, hiperglicemia e cetose.

55 A dieta enteral por cateteres pode ser administrada de forma intermitente ou contínua.

Com relação a esses dois métodos, podemos afirmar:

- (A) A alimentação contínua permite maior mobilidade ao paciente que pode deambular.
- (B) A alimentação intermitente deve ser utilizada, preferencialmente, por pacientes com esvaziamento gástrico normal.
- (C) A alimentação intermitente é mais indicada para pacientes que necessitam de uma administração mais lenta.
- (D) A alimentação contínua pode ser feita pela técnica de gotejamento ou em “bolo”.

56 Não pode ser considerada indicação de nutrição parenteral o seguinte aspecto isolado:

- (A) menos de 60 cm de intestino funcionante.
- (B) fístula digestiva baixa de alto débito.
- (C) fístula digestiva alta de baixo débito.
- (D) obstrução intestinal baixa.

57 Com relação às diferenças entre o catabolismo da inanição e o catabolismo relacionado ao estresse, podemos afirmar que, em ambos os casos, ocorre:

- (A) aumento da taxa metabólica.
- (B) intensa cetogênese.
- (C) aumento da glicemia.
- (D) predomínio da secreção do glucagon sobre a de insulina.



58 Com relação à nutrição de pacientes críticos ou graves, é **correto** afirmar:

- (A) Ofertas superiores a 45 Kcal por Kg de peso podem acarretar em esteatose hepática.
- (B) Altas doses de glicose podem levar à reversão do quadro catabólico.
- (C) A relação quilocaloria por grama de nitrogênio deve ser superior a 1:150.
- (D) O aumento na relação de ácidos graxos ômega-6/ômega-3 incrementa a resposta imune e reduz a resposta inflamatória.

59 O termo Xerostomia significa:

- (A) lesão de pele.
- (B) infecção dos olhos.
- (C) boca seca.
- (D) cegueira noturna.

60 Em quais destes sentidos a disfunção pode afetar a ingestão alimentar no idoso:

- (A) tato, audição e paladar.
- (B) paladar, audição, visão.
- (C) paladar, tato, visão.
- (D) paladar, odor, visão.

61 O tecido adiposo branco tem uma pigmentação característica devido a:

- (A) riboflavina.
- (B) carotenóides.
- (C) enzimas celulares.
- (D) tiamina.

62 O controle glicêmico a longo prazo pode ser avaliado através de:

- (A) dosagem sérica da glicose pós-prandial.
- (B) dosagem sérica da glicose em jejum.
- (C) dosagem sérica de hemoglobina glicada.
- (D) curva glicêmica.

63 A primeira evidência clínica da nefropatia diabética é:

- (A) microalbuminúria.
- (B) macroalbuminúria.
- (C) declínio na taxa de filtração glomerular.
- (D) cetonas na urina.

64 Sobre as características dos edulcorantes, assinale a alternativa **correta**.

- (A) O aspartame é um edulcorante artificial, não nutritivo e estável sob altas temperaturas, podendo assim ser indicado para preparações destinadas à cocção.
- (B) O acesulfame-K é um edulcorante natural, nutritivo e com sabor amargo em altas temperaturas.
- (C) A sucralose é um edulcorante artificial, não nutritivo e sem sabor residual.
- (D) O esteviosídeo é um edulcorante natural, nutritivo, estável sob altas temperaturas e extraído da planta stevia rebandiana.

65 Sobre os cuidados que visam à manutenção do valor nutritivo e às características sensoriais das hortaliças, assinale a alternativa **correta**.

- (A) O volume da água de cocção das hortaliças não influencia na perda de vitaminas.
- (B) As hortaliças devem ser cozidas, sempre que possível, com cascas, inteiras ou em pedaços grandes para minimizar a perda de vitaminas.
- (C) Deve-se evitar sempre o reaproveitamento da água de cozimento devido à possível presença de fatores antinutricionais.
- (D) Dentre as formas de cozinhar os alimentos (fritura, utilização do forno, cocção a vapor ou cocção por pressão), a cocção por pressão merece destaque por manter o valor nutritivo e as características sensoriais das hortaliças.

Língua Portuguesa

TEXTO

A linguagem como simbolização

José Carlos Azeredo

A linguagem não é apenas mediadora das relações do homem com o mundo que o cerca e com seus semelhantes. Mais do que isso, a linguagem constitui e torna possíveis essas relações. Pode-se mesmo dizer que as relações que por meio dela se elaboram e se estabelecem são tão variadas e distintas quantas são as possibilidades de expressão verbal do homem. A linguagem coloca-se entre o homem e o mundo



10 que o cerca como uma espécie de mapa que o orienta para a percepção das coisas e das relações entre as coisas. Assim como o mapa estrutura o território para quem o percorre, a língua organiza o mundo como uma estrutura dotada de significado.

15 Ela não é uma fotografia da realidade, mas, antes, uma forma socialmente adquirida de interpretá-la e torná-la assunto de nossos atos de comunicação. Pela posse da linguagem, o homem *liberta-se* das circunstâncias imediatas: pode, com o auxílio da

20 memória ou da imaginação, nomear seres não-presentes na situação de fala; pode reportar-se a experiências passadas, revivê-las e levar seu ouvinte ou leitor a experimentar sensações análogas às que experimentou; pode projetar

25 experiências futuras, pode criar seres que compõem cenários imaginários e participam de acontecimentos imaginários. Isso é possível graças à capacidade humana de criar símbolos e servir-se deles na comunicação.

30 Por exemplo, o desenho da mão com o dedo indicador posto verticalmente sobre os lábios unidos significa um pedido de silêncio. Essa figura tem um valor simbólico, transmite uma informação

35 constante, de validade geral. É essa “constância de significado” que caracteriza o símbolo e garante a autonomia da linguagem em relação às coisas reais ou imaginárias a que o símbolo se refere. As palavras são, de modo geral, símbolos. A

40 linguagem verbal representa, ou simboliza, como um todo, o universo em que o homem vive e o universo imaginário que ele cria. A linguagem não é, portanto, uma simples nomenclatura ou coleção de nomes para os seres e coisas que povoam o

45 mundo. Os conteúdos que o homem concebe e expressa por meio da linguagem não estão no mundo, mas na consciência humana formada na vida em sociedade, como resultado do poder simbólico da palavra. Só isso pode explicar a

50 capacidade humana de construir, com a linguagem, blocos de sentido textualizados, como descrições, narrativas, instruções, preces, impressões, argumentos etc.

(AZEREDO, José Carlos de. *Fundamentos de gramática do português*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2000, p.16.)

Aponte a afirmativa expressa no texto que, de modo mais completo e mais explícito, justifica o seu título.

- (A) “A linguagem não é apenas mediadora das relações do homem com o mundo que o cerca e com seus semelhantes.” (linhas 1-3)
- (B) “Por exemplo, o desenho da mão com o dedo indicador posto verticalmente sobre os lábios unidos significa um pedido de silêncio.” (linhas 30-32)

- (C) “A linguagem verbal representa, ou simboliza, como um todo, o universo em que o homem vive e o universo imaginário que ele cria.” (linhas 38-41)
- (D) “Os conteúdos que o homem concebe e expressa por meio da linguagem não estão no mundo.” (linhas 44-46)

67 “A linguagem não é apenas mediadora das relações do homem com o mundo que o cerca e com seus semelhantes. Mais do que isso, a linguagem constitui e torna possíveis essas relações.” (linhas 1-5)

A forma pronominal sublinhada no fragmento acima estabelece *coesão* e resume a seguinte ideia:

- (A) a linguagem reflete a relação entre o homem, seu semelhante e o mundo.
- (B) a linguagem prepara o homem para as relações com seu semelhante e torna possíveis essas relações.
- (C) a linguagem constitui o mundo para o homem e para seus semelhantes.
- (D) a linguagem é mais do que mediadora das relações do homem com o mundo e com seus semelhantes.

68 “Pode-se mesmo dizer que as relações que por meio dela se elaboram e se estabelecem são tão variadas e distintas quantas são as possibilidades de expressão verbal do homem.” (linhas 5-8)

No fragmento acima, a estrutura “tão...quantas” expressa uma relação de:

- (A) consequência.
- (B) comparação.
- (C) condição.
- (D) intensificação.

69 “Ela não é uma fotografia da realidade, mas, antes, uma forma socialmente adquirida de interpretá-la e torná-la assunto de nossos atos de comunicação.” (linhas 15-17)

O fragmento acima exprime uma ideia de RETIFICAÇÃO. Identifique a opção que apresenta a mesma ideia.

- (A) “Os conteúdos que o homem concebe e expressa por meio da linguagem não estão no mundo, mas na consciência humana formada na vida em sociedade, como resultado do poder simbólico da palavra.” (linhas 44-48)

- (B) “Assim como o mapa estrutura o território para quem o percorre, a língua organiza o mundo como uma estrutura dotada de significado.” (linhas 12-14)
- (C) “Por exemplo, o desenho da mão com o dedo indicador posto verticalmente sobre os lábios unidos significa um pedido de silêncio.” (linhas 30-32)
- (D) “A linguagem não é, portanto, uma simples nomenclatura ou coleção de nomes para os seres e coisas que povoam o mundo.” (41-44)

70 Pode-se afirmar que o texto “A linguagem como simbolização” apresenta uma estrutura predominantemente:

- (A) narrativa.
(B) descritiva.
(C) argumentativa.
(D) enumerativa.

71 “Pela posse da linguagem, o homem *liberta-se* das circunstâncias imediatas: pode, com o auxílio da memória ou da imaginação, nomear seres não-presentes na situação de fala; pode reportar-se a experiências passadas, revivê-las e levar seu ouvinte ou leitor a experimentar sensações análogas às que experimentou; pode projetar experiências futuras, pode criar seres que compõem cenários imaginários e participam de acontecimentos imaginários.” (linhas 18-27)

Em relação às palavras sublinhadas no fragmento acima, podem-se considerar sinônimas as formas:

- (A) análogas / semelhantes.
(B) projetar / realizar.
(C) imaginários / reais.
(D) acontecimentos / experiências.

72 “Essa figura tem um valor simbólico, transmite uma informação constante, de validade geral.” (linhas 32-34)

Os verbos sublinhados no fragmento acima estão no tempo presente do modo indicativo. O tempo e o modo verbais empregados indicam, respectivamente:

- (A) ações ou estados intermitentes / fato expresso pelo verbo considerado como provável.

- (B) ações ou estados permanentes / fato expresso pelo verbo considerado como certo.
(C) ações simultâneas/ fato expresso pelo verbo considerado como incerto.
(D) ação futura consumada antes de outra / fato expresso pelo verbo considerado como eventual.

73 “Essa figura tem um valor simbólico, transmite uma informação constante, de validade geral. É essa “constância de significado” que caracteriza o símbolo e garante a autonomia da linguagem em relação às coisas reais ou imaginárias a que o símbolo se refere.” (linhas 32-37)

No fragmento acima, o uso das aspas, na expressão “constância de significado”, tem como justificativa:

- (A) indicar uma citação.
(B) indicar reprodução de linguagem oral.
(C) isolar expressões estrangeiras.
(D) realçar a expressão dentro do contexto.

74 “A linguagem não é, portanto, uma simples nomenclatura ou coleção de nomes para os seres e coisas que povoam o mundo.” (linhas 41-44)

Assinale a alternativa em que a substituição do conectivo altera o sentido do enunciado acima.

- (A) A linguagem não é, assim, uma simples nomenclatura ou coleção de nomes para os seres e coisas que povoam o mundo.
(B) Dessa forma, a linguagem não é uma simples nomenclatura ou coleção de nomes para os seres e coisas que povoam o mundo.
(C) A linguagem não é, entretanto, uma simples nomenclatura ou coleção de nomes para os seres e coisas que povoam o mundo.
(D) Logo, a linguagem não é uma simples nomenclatura ou coleção de nomes para os seres e coisas que povoam o mundo.



75 “Só isso pode explicar a capacidade humana de construir, com a linguagem, blocos de sentido textualizados, como descrições, narrativas, instruções, preces, impressões, argumentos etc.” (linhas 48-52)

A expressão sublinhada equivale a:

- (A) porque.
- (B) apenas.
- (C) assim.
- (D) portanto.

Língua Espanhola

Lee con atención los textos abajo. En seguida, señala una de las posibles respuestas de cada una de las cuestiones formuladas para evaluar tu comprensión de los textos en lengua española.

TEXTO 1

El momento idóneo para ‘refrescar’ la dieta

Los expertos del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos de la Universidad de Granada nos aconsejan sobre el cambio de hábitos nutricionales que debe conllevar la nueva estación. Ha llegado la primavera. Comenzamos a notar los efectos de la subida de las temperaturas. Nos apetece más disfrutar de la calle, del exterior, salir a dar largos paseos. Necesitamos ir menos abrigados. Todas estas sensaciones, bien administradas, coadyuvan en una mejora, no sólo de nuestra salud, sino de nuestro estado de ánimo. Sin embargo, hay un aspecto que, en cualquier época del año, es clave para nuestro bienestar: la nutrición. “Somos lo que comemos”, dicen los expertos. Y ahora en primavera, es importante introducir cambios en la dieta, aprovechando, además, la presencia en el mercado de productos de temporada donde las grasas dejan paso a vitaminas y minerales esenciales para nuestra correcta alimentación.

¿Qué cambios debieran producirse en la dieta con la llegada del buen tiempo? nos preguntamos. Los expertos del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos de la Universidad de Granada aseguran que “en general, los cambios van encaminados a comidas menos elaboradas, más ensaladas, verduras cocinadas, productos, en general, de temporada con menos carga calórica. Lo que

se denomina una dieta más fresca y ligera”. [...] Debemos descubrir la importancia de ingerir preparaciones menos digestibles. Por ejemplo, un plato de lentejas con chorizo (mejor sin él, pero a veces es difícil resistirse), puede dar paso a una crema o a una ensalada de lentejas con otras verduras picadas en juliana y aliñadas con algo de aceite y limón. Según los expertos, “uno de los principios de la Nutrición es que la alimentación debe ser variada, lo más natural posible (en el sentido de que es importante consumir alimentos no muy procesados). Esto se consigue con una alimentación estacional, es decir, con la ingesta de alimentos que son propios de la estación en la que estamos”. Con todo, es difícil hablar de alimentos de temporada cuando hoy es posible, como decía la canción, consumir “naranjas en agosto y uvas en abril”. Así, hoy en día podemos comer cualquier alimento en cualquier época gracias a los sistemas de conservación y de transporte actuales, y esto a veces provoca desviaciones en la dieta ya que disminuye su variedad. Por eso, a veces, es importante consumir lo que nos apetece, pero también hay que tener en cuenta lo que necesitamos.[...].

ESCRITO POR ADMINISTRATOR Miércoles, 07 de Abril de 2010

Disponible en: <http://salud.ideal.es/nutricion/450-el-momento-idoneo-para-refrescar-la-dieta.html> (Acceso en 07/09/2010)

76 La nutrición es clave para nuestro bienestar en primavera/verano porque

- (A) al salir con más frecuencia a la calle nos sentimos bien al comer todos los alimentos que nos gustan.
- (B) los expertos en nutrición descubrieron que es importante la presencia de la grasa en la dieta de primavera/verano.
- (C) es posible encontrar en el mercado alimentos más indicados a una alimentación saludable.
- (D) ingerimos alimentos calóricos sin preocuparnos de las vitaminas y minerales esenciales.

77 Los cambios en la dieta con la llegada del buen tiempo se refieren a

- (A) consumir alimentos de lenta digestión.
- (B) consumir lentejas con chorizos.
- (C) ingerir alimentos muy procesados.
- (D) la ingesta de comidas menos elaboradas.

78 Por alimentación estacional se entiende que se trata de una alimentación

- (A) preparada con alimentos propios de la estación.
- (B) a base de uvas y naranjas.
- (C) elaborada con alimentos de todas las estaciones del año.
- (D) basada únicamente en lo que nos apetece.

Texto 2

Una dieta rica en antioxidantes retrasa el Alzheimer

RAFAEL ORTIZ Jueves, 11 de Febrero de 2010
Disponible en: <http://salud.ideal.es/geriatria-y-cuidado-de-mayores/384-una-dieta-rica-en-antioxidantes-retrasa-el-alzheimer.html> (Acceso en 08/09/2010)

Investigadores de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB), han demostrado que una dieta rica en sustancias polifenoles y ácidos grasos poliinsaturados, conocidas por sus propiedades antioxidantes, aumenta la producción de las células madre en el cerebro, el posterior nacimiento de nuevas neuronas y podría favorecer el retraso de la aparición y evolución del Alzheimer, que se caracteriza por el deterioro de esas células. Los polifenoles se hallan en alimentos como el té, la cerveza, la uva, el vino, el aceite de oliva, el cacao, las nueces y otras frutas y vegetales. Los ácidos grasos poliinsaturados se encuentran en el pescado azul y vegetales como el maíz, la soja, el girasol y la calabaza. [...].

79 Los estudios de los investigadores de la Universitat Autònoma de Barcelona demuestran que

- (A) los polifenoles y ácidos grasos poliinsaturados retrasan las propiedades antioxidantes de los alimentos.
- (B) una dieta rica en alimentos con propiedades antioxidantes podría favorecer el retraso de la aparición y evolución del Alzheimer.
- (C) las células madres en el cerebro favorecen la aparición y evolución del Alzheimer.
- (D) el nacimiento de nuevas neuronas favorece la aparición y evolución del Alzheimer.

80 Leídos los dos textos, observamos que los investigadores de la Universitat Autònoma de Barcelona así como los expertos del instituto de Tecnología de los Alimentos de la Universidad de Granada coinciden en que

- (A) el maíz y la soja son los únicos alimentos que retrasan el Alzheimer.
- (B) comer pescado azul en primavera retrasa el Alzheimer.
- (C) la ingesta de uva, girasol y vino durante todo el año es la dieta ideal.
- (D) la alimentación es factor determinante para la salud física y mental.

Língua Inglesa

Leia o texto e responda às perguntas abaixo.



COMFORT AND HEALTH DURING YOUR FLIGHT

Trelutian Airlines takes all the measures it possibly can to maximize passengers' comfort and convenience – through its generous seat configuration, comfortable seats and non-stop flight services. But flying long distances sometimes poses real challenges to the passengers' health, disrupting their normal sleeping patterns, eating habits as well as the effects of changes in the time zones.

Some basic steps to maximize your comfort during flights

- Drink plenty of fluids, a lot of water, juices and soft drinks with no caffeine to keep hydrated during the flight. Too much caffeine beverages are not recommended. Alcohol is especially harmful to proper hydration – not a problem for us because this is not served on board. Instead, we offer you freshly-prepared and tasty fruit juices of all kinds, excellent for your health and in-flight comfort.
- Eat lightly. It will be hard to resist our delicious in-flight meals but if you want to reduce in-flight discomfort, we recommend that you try our lighter but irresistible meal options. Our flight menus are designed to fit all types of tastes and dietary requirements. If you have special requirements – vegetarian, diabetic or other, let us know well in advance so we can meet your needs.
- There are simple routines and exercises that you can perform during long flights. You can take walking breaks and walk around the cabin – making sure the seat belt signs are off. While seated, move your feet and ankles frequently; move your neck also and keep your spine as erect as possible, so that your back touches the entire backseat.

ENJOY YOUR JOURNEY!!!

Glossário: *Seat:* assento; *tastes:* paladares; *ankles:* tornozelos.

76 O texto acima é dirigido a que leitor e em que situação?

- (A) Profissionais de saúde em situações de voo.
- (B) Tripulação de uma aeronave em uma situação de emergência.
- (C) Passageiros com problemas de saúde em pleno voo.
- (D) Passageiros voando em uma aeronave comercial.

77 As dicas apresentadas dividem-se, no texto, em três grupos, na sequência:

- (A) ingestão de líquidos, alimentação e exercícios.
- (B) qualidade do sono, alimentação e exercícios.
- (C) ingestão de medicamentos, alimentação e relaxamento.
- (D) posição do assento, ingestão de líquidos e relaxamento.

78 Marque a única afirmação **FALSA**.

- (A) A ingestão de líquidos contendo cafeína não é recomendada.
- (B) O passageiro deve fazer exercícios antes de entrar no avião.
- (C) A companhia aérea oferece diferentes opções de alimentação.
- (D) O álcool não é um problema para quem voa por aquela companhia aérea.

79 O texto, ao mesmo tempo em que oferece dicas, salienta algumas qualidades de uma determinada companhia aérea. Entre os grupos nominais abaixo, retirados do texto, qual deles **NÃO** ressalta essas qualidades?

- (A) freshly-prepared and tasty fruit juices of all kinds
- (B) generous seat configuration, comfortable seats and non-stop flight service
- (C) real challenges to the passengers' health
- (D) lighter but irresistible meal options

80 O texto apresenta alguns usos da conjunção BUT. Que outra conjunção, usada em um dos exemplos abaixo, teria o mesmo sentido de “but”?

- (A) Doing exercises during your flight is advisable; therefore, walking and moving your neck and feet are good ideas.
- (B) People should eat lightly when flying; however it is hard to resist delicious meals on board.
- (C) Move your feet and ankles while you are seated.
- (D) Alcohol should not be consumed in flights because it dehydrates the body.

