PROVA OBJETIVA
NUTRICIONISTA

1)Em relação às condutas dietoterápicas, marque a alternativa verdadeira:

a) Pacientes que realizam diálise podem apresentar deficiência de vitaminas hidrossolúvies já que essas, por serem solúveis em água, são perdidas no líquido da diálise.
b) Uma das características da fase oligúrica da IRA é a hiponatremia, por isso nessa fase os pacientes devem receber uma dieta com alto teor de sódio para melhorar o quadro.
c) O licopeno é o carotenóide com alto poder antioxidante sendo que seu consumo foi relacionado à
diminuição do CA de próstata. O tomate é a principal fonte de licopeno, sendo que para se obter uma maior quantidade desse nutriente não se deve processar o tomate, pois esse método torna o licopeno indisponível para utilização.
d) Em relação ao consumo de carboidratos na dieta do diabético a preocupação primária é de se evitar a ingestão de CHO simples. A digestibilidade do alimento e a forma como ele é processado não influenciam no aumento da glicemia.

2)A relação cintura/quadril (Bray, 1989) é um método de avaliação da composição corporal utilizado para adultos, entre 20 a 69 anos, de ambos os sexos. Esse método utiliza um índice para classificar os indivíduos para o risco de desenvolverem doenças crônicas associadas à obesidade e tem como objetivo avaliar:

A) A gordura corporal total.
B) A presença de gordura visceral.
C) A massa muscular.
D) A gordura subcutânea.

3)Em relação às condições higiênico sanitárias e manipulação de alimentos, marque a alternativa errada:

a) O sistema APPCC é um sistema criado para o controle de produtos alimentícios aplicável em toda a cadeia alimentar, desde a produção primária até o consumo final, sendo considerado um sistema de “risco zero” (ou “tolerância zero”) de microorganismos.
b) Consumir imediatamente os alimentos cozidos é uma das Regras de Ouro da “OMS” sobre Preparação inócua dos alimentos.
c) O álcool a 70% usado para desinfecção das mãos pode ser preparado a partir de álcool comercial,
retirando-se aproximadamente 246 mL eacrescentando-se a mesma quantidade de água destilada.
d) Um dos procedimentos da higienização de alimentos é a imersão dos mesmos por 10 a 20 minutos em solução clorada entre 150 a 200 ppm de cloro ativo.

4)A formação da placa de ateroma na parede dos vasos sanguíneos, bem como suas consequências clínicas (infarto do miocárdio e Acidente Vascular Encefálico) associam-se intimamente com determinados fatores de risco cardiovascular, como hipercolesterolemia, hipertrigliceridemia, diminuição do HDL-c, hipertensão arterial sistêmica, Diabetes Mellitus e obesidade. Assinale a alternativa que indica os fatores nutricionais que podem aumentar o LDL – colesterol.

a) Excesso de peso e ingestão de ácidos graxos poli-insaturados.
b) Colesterol dietético e ingestão de ácidos graxos saturados.
c) Perda de peso e consumo de fibra insolúvel.
d) Consumo de esteróis e fibras alimentares.

5)As seguintes situações abaixo são consideradas indicações de Terapia Nutricional Enteral, exceto:

a) Leões orais.
b) Queimaduras.
c) Íleo paralítico.
d) Doença de Crohn.

6)A RDA (1989) apresenta as calorias por quilograma recomendadas por faixa etária. Considerando as diferenças individuais, pode-se estimar o valor energético recomendado para uma criança utilizando seu peso ideal para a estatura e multiplicando o mesmo pelas calorias/kg recomendadas para a faixa etária correspondente. Considerando os dados abaixo, encontre o VET dessa criança:
Dados
Idade: 5 anos
Sexo: masculino
Peso: 18kg
Peso ideal para a altura: 17,5kg

a) 1.575 kcal/dia.
b) 1.200 kcal/dia.
c) 1.800 kcal/dia.
d) 1.475 kcal/dia.

7)Sobre as vitaminas, é correto afirmar, EXCETO:

a) A colina é essencial para manutenção da integridade das membranas celulares, da neurotransmissão colinérgica, do transporte e do metabolismo do colesterol, sendo encontrada, principalmente, no ovo, no fígado e nos cereais integrais.
b) A vitamina D é indispensável para a homeostase do cálcio, do fósforo e também é essencial para a diferenciação celular.
c) O ácido fólico protege a integridade do tubo neural durante o desenvolvimento, nos primeiros meses de vida intrauterina, evitando a má formação da medula espinhal da criança e a anencefalia.
d) A presença de petéquias na pele sugere distúrbios plaquetários, que podem ser decorrentes da deficiência de niacina.

8)São princípios da orientação nutricional, baseados no conhecimento científico e prático das necessidades nutricionais específicas, traduzidas em termos compreensíveis, que podem ser ensinados para todos os adolescentes, EXCETO:

a) Comer frutas, verduras/legumes e grãos integrais suficientes.
b) Realizar 5 refeições diárias (café, almoço e jantar, além de 2 pequenos lanches intercalados).
c) Beber líquidos em quantidade adequada, principalmente nos meses de verão e após exercícios.
d) Escolher uma dieta rica em gorduras saturadas e colesterol.

9)No processo de envelhecimento normal, ocorrem alterações fisiológicas e biológicas que afetam a alimentação e a nutrição do idoso. Sobre esse assunto, analise as afirmativas abaixo e marque a alternativa CORRETA.

a) Os usos de carboidratos simples e fibras na dieta são altamente indicados por serem importantes na prevenção e controle de doenças cardiovasculares, diabetes e obstipação intestinal, comuns nessa fase da vida.
b) A prevalência da osteomalácea está associada à redução da massa óssea em decorrência do aumento da idade e, com isso, eleva o risco de fraturas, principalmente entre mulheres, após a menopausa.
c) A inadequada ingestão de água leva à desidratação e problemas associados com hipertensão, elevação na temperatura corporal, obstipação intestinal, secura das mucosas e diminuição da excreção de urina.
d) Com relação às gorduras, recomenda-se que se reduza o uso das gorduras insaturadas e colesterol, dando preferência às gorduras saturadas.

10)Conforme Ministério da saúde, 2004, nos procedimentos de diagnóstico nutricional de idosos, a Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN recomenda:

a) Utilizar a mesma classificação do Índice de Massa Corporal-IMC, recomendada pela Organização Mundial de Saúde – OMS para adultos.
b) Utilizar pontos de corte diferentes daqueles utilizados para adultos, a classificação proposta por Lipschitz (≤ 22 Baixo Peso, > 22 e < 27 Adequado ou Eutrófico e ≥ 27 Sobrepeso).
c) Utilizar pontos de corte diferentes daqueles utilizados para adultos, a classificação proposta pela
Organização Pan-Americana de Saúde-OPAS (≤ 23 Baixo Peso, > 23 e < 28 Eutrofia, ≥ 28 e < 30 Préobesidade, ≥ 30 Obesidade).
d) O IMC não é indicado pela Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN para procedimento dediagnóstico nutricional de idosos pela possibilidade de não refletir adequadamente o teor e a distribuição da adiposidade.

11)Acerca da nutrição enteral, assinale a opção errada:

a) A escolha do acesso enteral depende da duração prevista para a alimentação enteral, do grau do risco de aspiração ou de deslocamento da sonda, do estado clínico do paciente, da presença ou ausência de digestão e absorção normais.
b) Em crianças com desnutrição e diarreia crônica a nutrição enteral pode trazer melhoras quando a concentração e o volume são aumentados paulatinamente.
c) A seleção de uma fórmula enteral não requer avaliação da capacidade digestiva e absortiva, mas necessita de conhecimento das fontes de substratos e sua forma.
d) Deve ser feita irrigação de sonda após verificação do resíduo gástrico e administração de medicamentos, e estes não devem ser misturados entre si ou com a fórmula dietética.

12)Boas práticas são normas de procedimentos para atingir um determinado padrão de qualidade de um serviço de alimentação, que deve ser avaliado por meio do controle dos seguintes itens, EXCETO:

A) Água para abastecimento e consumo.
B) Higiene pessoal e ambiental.
C) Saúde dos fornecedores e funcionários.
D) Higiene dos alimentos.

13)As medidas físicas são componentes da avaliação nutricional, úteis para avaliar o excesso nutricional e/ou a desnutrição. Elas podem ser usadas para monitorar os efeitos da intervenção nutricional. Em relação aos métodos para medir a composição corporal, assinale a alternativa correta:

a) A tomografia computadorizada avalia a densidade mineral óssea e pode ser usada para medir gordura e tecido magro sem osso.
b) O método BIA permite medidas de teores de cálcio, iodo, hidrogênio, sódio, cloreto, fósforo, carbono e nitrogênio corporais.
c) Á área muscular do braço – AMB é importante para avaliar crianças em crescimento e é especialmente valiosa na avaliação de possível desnutrição proteicocalórica resultante de doenças crônicas, estresse, distúrbios alimentares, múltiplas cirurgias ou dietas inadequadas.
d) A medida do perímetro cefálico é valiosa na avaliação nutricional de crianças com menos de 3 anos de idade por ser afetada mesmo na desnutrição leve.

14)Marque a alternativa correta sobre o Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN):

a) O aplicativo SISVAN-SP consistiu em um sistema destinado à coleta de informações, processamento e análise de dados nutricionais de crianças menores de dois anos de idade.
b) Foi priorizado o acompanhamento de criançasmenores de dois anos, por se constituírem na parcela da população mais susceptível aos agravos nutricionais e atendendo as diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde.
c) O Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) corresponde a um sistema de coleta, processamento e análise contínua dos dados de uma população, possibilitando diagnóstico atualizado da situação nutricional, suas tendências temporais e,também, dos fatores de sua determinação.

d) No Brasil o processo de implantação do SISVAN em nível nacional ganhou força nos anos 70, quando foi instituído pelo Ministério da Saúde por meio da Portaria 1.156 de 31/08/1990 e ainda com a inclusão da Vigilância Nutricional na Lei Orgânica do Sistema Único de Saúde e nas Normas Operacionais Básicas.

15)Desde o início da década de 1990, o Instituto de Medicina da Academia Nacional de Ciências dos EUA vem se preocupando com as recomendações de ganho de peso durante a gestação. A esse respeito, marque a alternativa incorreta:

a) No primeiro trimestre, a perda de peso de até 3kg, ou a manutenção do peso pré-gestacional, ou ainda o ganho ponderal de até 2kg não comprometem a saúde do binômio mãe/filho.
b) De forma simplificada recomenda-se que as gestantes com baixo peso ganhem em torno de 20kg, eutróficas de 8 a 11,5kg e aquelas com sobrepeso e obesas entre 6 e 7 kg durante o período gestacional.
c) Ganho de peso excessivo, acompanhado de edema súbito, não justificado por modificações na ingestão energética, pode indicar quadro patológico, como exemplo, pré-eclâmpsia.
d) A gestação gemelar requer maior ganho de peso, 680g por semana durante o segundo e terceiro trimestre.

16)Com relação aos objetivos da técnica Dietética, marque a alternativa incorreta:

a) O objetivo nutritivo consiste em prevenir a ação de fatores externos que possam prejudicar a qualidade dos alimentos e ao mesmo tempo prolongar sua vida útil.
b) O objetivo operacional consiste em preparar e organizar os espaços físicos materiais, equipamentos e utensílios; planejar os cardápios e capacitar às pessoas selecionadas para o trabalho.
c) O objetivo econômico consiste em escolher as técnicas a serem empregadas no preparo de alimentos considerando os custos e os recursos humanos, materiais e financeiros disponíveis.
d) O objetivo digestivo consiste em modificar os alimentos por meio de processos culinários a fim de facilitar a digestão.

17)Todas as pessoas se beneficiarão de uma dieta rica em cálcio ou da sua suplementação para
manutenção da saúde em geral, e, em particular do tecido ósseo (Cadernos de Atenção Básica do Ministério da saúde). Em relação as necessidades de cálcio, numere a coluna da direita de acordo com a da esquerda:
(1) Crianças de 3 anos.
(2) Crianças de 4 a 8 anos.
(3) Adolescentes de ambos os sexos.
(4) Adultos de 19 a 50 anos.
(5) Maiores de 50 anos e os Idosos.
( ) devem consumir 800mg de cálcio ao dia.
( ) devem consumir 500mg de cálcio ao dia.
( ) devem consumir 1300mg de cálcio ao dia.
( ) devem consumir 1200mg de cálcio ao dia.
( ) devem consumir de 800 a 1000mg de cálcioao dia.

Agora encontre a sequência certa de cima para baixo:

a) 2, 1, 3, 5, 4.
b) 2, 3, 1, 5, 4.
c) 3, 1, 2, 5, 4.
d) 3, 2, 1, 4, 5.

18)Uma grande variedade de fatores interage para aumentar a necessidade proteica de indivíduos que se exercitam regularmente. Sobre esse assunto, relacione as colunas e assinale a alternativa com a sequência correta.

1. Caseína.
2. Albumina.
3. Proteína do soro do leite.
4. Proteína hidrolisada da carne.
5. Proteína da soja.

( ) Muito conhecida como *whey protein*, é extraída durante o processo de transformação do leite em queijo.

( ) Corresponde a cerca de 80% da proteína do leite e é rica em aminoácidos, como a glutamina. É o suplemento de mais lenta absorção.

( ) Uma boa opção para quem prefere uma fonte de proteína vegetariana. Contém glutamina, arginina e BCAA. Além disso, tem antioxidante, que ajuda na reconstrução muscular e isoflavonas.

( ) É uma alternativa à intolerantes à lactose. Oferece todos os benefícios da proteína da carne (os nove aminoácidos essenciais) sem os malefícios das gorduras que a acompanham.

( ) É uma fonte de proteína de baixo custo e alta qualidade, composta pela clara do ovo desidratada. É rica em aminoácidos de cadeia ramificada (BCAA) e em vitaminas do complexo B, potássio, fósforo e ferro.

a) 3-2-5-4-1
b) 3-1-4-5-2
c) 3-1-5-4-2
d) 4-1-5-3-2

19)A nutrição enteral está indicada para pacientes desnutridos ou em risco de desnutrição, que possuam capacidade absortiva total ou parcialmente preservada, cuja alimentação oral não é capaz de prover a quantidade adequada de nutrientes. Acerca da indicação da terapia nutricional enteral (TNE) em diferentes situações clínicas, assinale a alternativa correta.

a) Em pacientes com cirrose grave, a nutrição enteral se mostra benéfica, melhorando a função hepática, reduzindo a taxa de complicações e prolongando a sobrevida. Além disso, pode reduzir as complicações em pacientes recém-transplantados, sendo preferível à nutrição parenteral.

b)A nutrição enteral não está indicada em pacientes com disfagia.

c)Em pacientes submetidos a cirurgias, a nutrição enteral está indicada até mesmo naqueles sem desnutrição evidente. Nesses casos, é necessário que o início da terapia nutricional ocorra o mais precoce possível.

d) A nutrição enteral está indicada em pacientes com doença de Crohn para prevenir e tratar desnutrição e melhorar a qualidade de vida. Entretanto, está contraindicada como terapia na agudização da doença e na manutenção da remissão na doença crônica ativa.

20)O gasto em 24 horas, correspondendo à energia despendida para a manutenção dos processos corporais vitais, é chamado de:

a) valor energético total;
b) gasto energético de repouso;
c) taxa de metabolismo basal;
d) calorimetria diária;

21)A desnutrição em pacientes HIV/AIDS está associada a vários mecanismos, tais como infecções oportunistas, baixa ingestão calórico-proteica, alterações metabólicas e diarréias, entre outras. Os objetivos nutricionais são:

I evitar ou reverter a desnutrição, fornecendo níveis adequados de macro e micronutrientes;
II minimizar os sintomas de má absorção;
III aumentar a absorção de nutrientes;
IV promover melhor qualidade de vida;
V estimular a prática de atividade física aeróbica.

NÃO são compatíveis com o objetivo nutricional do tratamento as afirmativas:

a) I, II e V;
b) I, III e IV;
c) IV e V;
d) III e V;

22)O monossacarídeo, cethohexose, que pode estar presente como hexose livre ou ser produzido pela hidrólise do dissacarídeo sacarose, é amplamente absorvido na forma intacta, pela circulação portal, e totalmente depurado pelo fígado, sendo fosforilado e quebrado pela aldolase hepática em gliceraldeído e fostato de diidroxiacetona. O texto refere-se à:

a) glicose;
b) lactose
c) galactose;
d) frutose.

23)Em sua maioria são moléculas hidrofóbicas, interagindo com porções lipofílicas das células. Encontra-se normalmente em duas formas principais: como soluções verdadeiras em óleo ou como constituintes de matrizes no interior de hortaliças ou frutas. Normalmente essa matriz é de fibra, o que dificulta a sua absorção, afet ando sua biodisponibilidade. Um dos tipos, quando absorvido, se dissolve no núcleo lipídico, passa por vias fisiológicas, sendo convertido em uma vitamina. O texto refere-se a:

a) colicalciferol;
b) ferro;
c) ácido ascórbico;
d) carotenóides;

24)A deficiência desta vitamina pode proporcionar perda da massa óssea e risco de osteoporose. Trata-se da vitamina:

a) riboflavina;

b) folacina;

c) D;

d) C;

e) cálcio.

25)O processo em que ocorre ação enzimática sobre os açúcares, podendo ser transformado em compostos alcoólicos, é chamado de:

a) caramelização;

b) hidrólise;

c) fermentação;

d) concentração;