

MARINHA DO BRASIL
DIRETORIA DE ENSINO DA MARINHA

***(CONCURSO PÚBLICO PARA INGRESSO NO CORPO
DE SAÚDE DA MARINHA / CP-CSM/2013)***

**NÃO ESTÁ AUTORIZADA A UTILIZAÇÃO DE
MATERIAL EXTRA**

NUTRIÇÃO

- 1) Com relação às orientações nutricionais no período pós cirurgia bariátrica, bypass gástrico em Y-de-Roux, é correto afirmar que
- (A) a dieta líquida pode ser iniciada no dia seguinte à cirurgia.
 - (B) na fase da alimentação pastosa, recomenda-se oferecer alimentos como vegetais, passados no liquidificador.
 - (C) deve-se estimular o paciente a insistir no consumo dos alimentos recomendados, mesmo quando se perceber saciado, a fim de garantir o aporte proteico-calórico diário.
 - (D) na fase da dieta líquida, é recomendado o uso de canudo a fim de assegurar o consumo adequado de líquidos/dia.
 - (E) durante o período de alimentação pastosa, o paciente deve ser orientado a iniciar a refeição pelos alimentos ricos em proteínas, seguidos pelos vegetais, frutas, amido e gorduras.
- 2) O sistema descentralizado de distribuição de refeições apresenta como desvantagem:
- (A) menor manipulação dos alimentos.
 - (B) maior integração e esforço do pessoal do serviço.
 - (C) supressão das copas superdimensionadas e equipadas das unidades de internação.
 - (D) maior possibilidade de trocas e enganos na montagem e distribuição das refeições.
 - (E) o fato de os alimentos não serem submetidos ao processo de reaquecimento.
- 3) A escolha das cores no ambiente de trabalho nas Unidades de Alimentação e Nutrição devido ao seu índice de reflexão é de grande importância, pois é um fator que interfere diretamente na produção de refeições. Em relação à recomendação das cores utilizadas no piso, paredes e teto, assinale a opção correta.
- (A) As cores utilizadas no teto devem ter um percentual de reflexão abaixo de 60%.
 - (B) Para os pisos, as cores recomendadas devem corresponder à um índice de reflexão entre 50 e 60%.
 - (C) Para as paredes abaixo da altura dos olhos, o índice de reflexão deve estar entre 50 e 75%.
 - (D) Para as paredes, deve ser sempre utilizada a cor branca.
 - (E) O preto é a cor mais recomendada para o piso.

- 4) O Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO) deve incluir a realização obrigatória de exames médicos em determinadas situações, porém as empresas ficam desobrigadas da realização de tais exames quando o trabalhador
- (A) for demitido sem justa causa.
 - (B) trocar de função.
 - (C) retornar ao trabalho após ausência de 15 dias por motivo de doença.
 - (D) for menor de 18 anos.
 - (E) retornar de licença maternidade.
- 5) Sabe-se que as crianças fazem parte do grupo mais vulnerável às reações adversas a aditivos alimentares. Algumas dessas reações podem ser desencadeantes de reações alérgicas como a asma brônquica e a rinite, produtoras de alterações no comportamento como o Transtorno de Déficit de Atenção (TDAH), e a carcinogenicidade a longo prazo. Sendo assim, assinale a opção que corresponde ao aditivo envolvido em todas essas reações adversas.
- (A) Nitrosaminas.
 - (B) Corante tartrazina.
 - (C) Corante vermelho brilhante.
 - (D) Monoglutamato de sódio.
 - (E) Antioxidante butil hidroxianisol.

6) Coloque F (Falso) ou V (Verdadeiro) nas afirmativas abaixo, com relação à aplicação de alimentos funcionais em gestantes, lactentes e crianças, assinalando, a seguir, a opção que apresenta a sequência correta.

- () A quinoa, ao ser introduzida na alimentação da gestante, tem um importante papel no combate à anemia, pois contém ferro e zinco.
- () Os transtornos de déficit de atenção com ou sem hiperatividade (TDA/H) estão, cada vez mais, sendo relacionados aos desequilíbrios nutricionais, como, por exemplo, a alergia tardia ao glúten.
- () A utilização de gengibre é eficaz no tratamento de náuseas e vômitos em gestantes e crianças.
- () As brássicas são uma fonte rica de glucosinolatos, importante grupo de fitoquímicos capaz de prevenir doenças crônicas, e seus componentes não são excretados no leite materno.
- () As crianças que são amamentadas com leite materno por um maior período apresentam um aumento significativo do quociente de inteligência (QI), pois há maior disponibilidade de ácidos graxos ômega 3 no leite materno, em especial o DHA.

- (A) (V) (V) (F) (F) (V)
- (B) (V) (F) (F) (V) (V)
- (C) (F) (V) (V) (V) (F)
- (D) (F) (F) (V) (F) (V)
- (E) (F) (V) (V) (F) (F)

- 7) A partir dos 6 meses, as necessidades nutricionais da criança já não são mais atendidas com o leite materno, embora este ainda continue sendo uma fonte importante de calorias e nutrientes. Em relação à introdução dos alimentos complementares, recomendada pelo Ministério da Saúde (2010), assinale a opção correta.
- (A) O ovo cozido (clara e gema) poderá ser introduzido quando a criança completar 6 meses, mas seu uso deve ser avaliado pela equipe de saúde.
 - (B) Quando a criança completar 6 meses, os alimentos complementares deverão ser oferecidos duas vezes ao dia, constituindo-se de uma papa de fruta e um papa salgada.
 - (C) Quando a criança completar 9 meses, deverá ser acrescentada ao esquema alimentar a segunda papa salgada.
 - (D) Apenas aos 12 meses, a criança poderá receber gradativamente os alimentos preparados para a família, desde que sem temperos picantes e sem alimentos industrializados.
 - (E) Frutas como manga e abacate deverão ser oferecidas apenas quando a criança completar 12 meses.
- 8) Com relação ao processo de cocção e reaquecimento dos alimentos, assinale a opção INCORRETA.
- (A) A cocção adequada, no estágio final da preparação dos alimentos, pode eliminar a contaminação inicial.
 - (B) A completa cocção dos alimentos a 70°C interrompe a ocorrência de salmonelose de origem alimentar.
 - (C) Para reaquecer carnes ou pratos à base de carnes, eles deverão ficar a uma temperatura de 70°C, por dois minutos no mínimo.
 - (D) Quando carnes ou pratos contendo carne são cozidos e armazenados para consumo posterior, o risco de doença de origem alimentar começa a aumentar após 15 minutos.
 - (E) O armazenamento adequado do alimento, após a cocção, protege da recontaminação, e a refrigeração reduz a multiplicação bacteriana.

- 9) Após ressecções gastroduodenais, podem aparecer sintomas de desconforto pós-prandial chamados de Síndrome de Dumping. Uma das recomendações para se evitar esse sintoma é
- (A) fazer uso de fibras solúveis.
 - (B) evitar líquidos durante e entre as refeições.
 - (C) limitar o consumo de polissacarídeos.
 - (D) realizar refeições em pequenos volumes e pouco frequentes.
 - (E) aumentar a quantidade de lipídios na dieta.
- 10) Assinale a opção que apresenta um antibiótico que pode promover a diminuição da coagulação sanguínea em virtude de causar deficiência de vitamina K, principalmente em indivíduos que já possuem deficiência dessa vitamina.
- (A) Cloranfenicol.
 - (B) Tetraciclina.
 - (C) Neomicina.
 - (D) Gentamicina.
 - (E) Cefalosporina.
- 11) Com relação ao magnésio, é correto afirmar que
- (A) sua absorção no trato digestório é da ordem de 80 a 90%.
 - (B) suas principais fontes são nozes, cereais integrais e produtos do mar.
 - (C) na gestação, sua absorção é aumentada.
 - (D) o cozimento aumenta seu teor nos alimentos.
 - (E) a lactose diminui sua absorção.
- 12) Em relação aos vinhos, assinale a opção correta.
- (A) Os vinhos tintos mais amadurecidos tem cor vermelho-violeta, enquanto os jovens tem coloração vermelho-rubi.
 - (B) Para guardar os vinhos em prateleira, a posição ideal é deitar a garrafa completamente na horizontal a fim de aumentar o contato da bebida com a rolha.
 - (C) O vinho doce e o vinho licoroso apresentam o mesmo teor de açúcar, entretanto este último apresenta maior teor alcoólico.
 - (D) O vinho de mesa tem maior teor alcoólico que o vinho licoroso.
 - (E) O vinho branco é produzido exclusivamente a partir de uvas brancas.

- 13) Qual mineral é utilizado no tratamento da anemia e que, quando deficiente, além de provocar formação incompleta da matriz de colágeno nos ossos, também reduz a defesa do indivíduo contra os radicais livres?
- (A) Cobre.
 - (B) Zinco.
 - (C) Manganês.
 - (D) Ferro.
 - (E) Selênio.
- 14) A hidrólise dos açúcares, obtida por ação de ácidos fracos, calor ou enzima, fazendo com que o açúcar se torne mais emoliente, é denominada:
- (A) fermentação.
 - (B) inversão.
 - (C) cristalização.
 - (D) refinamento.
 - (E) ebulição.
- 15) Assinale a opção que NÃO apresenta um fator vinculado à prevalência da obesidade.
- (A) Sexo masculino.
 - (B) Paridade.
 - (C) Baixo nível cultural.
 - (D) Estado civil casado.
 - (E) Aumento da idade.
- 16) Qual metal é a segunda substância de maior efeito deletério sobre a saúde, cujo quadro de intoxicação apresenta sinais e sintomas de fraqueza muscular generalizada, fadiga geral, cefaléia e sabor estranho na boca, e cujas possíveis fontes são os encanamentos de água antigos, fertilizantes, alimentos enlatados e tinturas de cabelo?
- (A) Arsênico
 - (B) Cádmiio.
 - (C) Mercúrio.
 - (D) Chumbo.
 - (E) Alumínio.

- 17) Assinale a opção que NÃO corresponde a um fator que influencia no aumento da ureia plasmática.
- (A) Tratamento com cortisol.
 - (B) Neoplasia.
 - (C) Desidratação.
 - (D) Desnutrição.
 - (E) Aumento da ingestão proteica.
- 18) Segundo o Consenso Nacional de Nutrição Oncológica do INCA (2009), com relação ao paciente oncológico adulto cirúrgico, é correto afirmar que
- (A) os instrumentos utilizados na avaliação nutricional desse paciente no pré e no pós-cirúrgico são diferentes.
 - (B) as recomendações nutricionais hídricas, de energia e de proteínas são iguais para esses pacientes tanto no pré quanto no pós-cirúrgico.
 - (C) a estimativa das necessidades calóricas, nos pacientes no pré e no pós-cirúrgico é de 20kcal por kg de peso por dia na fase de realimentação, e de 25 kcal por kg de peso por dia na fase de ganho de peso.
 - (D) as recomendações proteicas diárias são de 1,0 à 1,2g/kg de peso em qualquer estágio da doença.
 - (E) as recomendações proteicas diárias são de 1,2 à 1,4g/kg de peso, em qualquer estágio da doença.
- 19) As hortaliças podem ser cortadas em formatos diferentes para atender às exigências estéticas de certas receitas. Como se denomina o corte em forma de "bolinhas" de tamanhos diversos?
- (A) *Brunoise*.
 - (B) *Chateau*.
 - (C) *Noisette*.
 - (D) *Juliana*.
 - (E) *Liard*.

- 20) Que fibra tem sido utilizada na Terapia de Nutrição Enteral (TNE), em virtude de diminuir a frequência e a duração da diarreia, por ser a fibra que mais produz Ácidos Graxos de Cadeia Curta (AGCC) e por não exercer influência na viscosidade e fluidez da fórmula líquida?
- (A) Inulina.
 - (B) Pectina.
 - (C) Celulose.
 - (D) FOS.
 - (E) Goma guar.
- 21) De acordo com Eneo (2010), as formulações lácteas produzidas antecipadamente e que ficaram sob refrigeração a 4°C, no momento da distribuição, devem ser aquecidas a
- (A) 37°C e distribuídas imediatamente.
 - (B) 45°C e distribuídas imediatamente.
 - (C) 60°C, esfriadas até 37°C e distribuídas imediatamente.
 - (D) 65°C, esfriadas até 37°C e distribuídas imediatamente.
 - (E) 74°C, esfriadas até 37°C e distribuídas imediatamente.
- 22) A dieta pobre em iodo antecede a terapia com I (Iodo Radioativo), comumente recomendada no tratamento dos nódulos tireoidianos. Assinale a opção que corresponde a um alimento permitido nessa dieta.
- (A) Leite integral.
 - (B) Feijão vermelho.
 - (C) Couve-de-bruxelas.
 - (D) Peixes de água doce.
 - (E) Gema de ovo.
- 23) Assinale a opção que apresenta três micro-organismos indicadores de condições higiênicas.
- (A) Coliformes totais, mesófilos aeróbios e leveduras.
 - (B) Coliformes totais, mesófilos aeróbios e *Salmonella*.
 - (C) Mesófilos aeróbios, coliformes fecais e *Staphylococcus aureus*.
 - (D) *Staphylococcus aureus*, *Bacillus Cereus* e *Salmonella*.
 - (E) Bolores, leveduras e coliformnes fecais.

24) Em relação ao fator nutricional para pacientes com doença hepática crônica, é correto afirmar que:

- (A) a restrição de gordura na dieta se faz necessária mesmo nos pacientes com cirrose compensada.
- (B) é importante a restrição da ingestão proteica diária mesmo na ausência de sinais de encefalopatia.
- (C) a manutenção de dieta hipossódica rigorosa (máx. 1g de sal/dia) é indicada em pacientes com ascite.
- (D) pacientes com encefalopatia graus II e III respondem bem à administração de uma dieta com proteína animal (10 a 30g/dia), que deve ser complementada com proteína vegetal até que se atinjam as necessidades proteicas diárias.
- (E) em caso de encefalopatia, é recomendada a ingestão de alimentos que são fontes de aminoácidos de cadeia ramificada, como leite de vaca e ovos.

25) Assinale a opção que completa corretamente as lacunas da sentença abaixo.

Com relação à Síndrome do Intestino Curto grave por redução do comprimento intestinal, a medida utilizada como referência para caracterizar esse tipo de enfermidade é: menos de _____ cm de intestino delgado _____ de cólon.

- (A) 100 / com a presença
- (B) 150 / sem a presença
- (C) 200 / independente da presença
- (D) 250 / com a presença
- (E) 300 / sem a presença

26) O transplante de medula óssea (TMO) é indicado nos estados mórbidos que resultam em falência medular irreversível. A quimioterapia e a radioterapia usadas no preparo pré-TMO podem ocasionar doença hepática veno-oclusiva (DVO), sendo necessárias alterações na dieta como

- (A) aumentar a oferta de proteínas e de líquidos.
- (B) diminuir a oferta de glicose e aumentar a oferta de proteínas.
- (C) aumentar a oferta de proteínas e diminuir a oferta de líquidos.
- (D) aumentar a oferta de carboidratos e proteínas.
- (E) diminuir a oferta de glicose e de proteínas.

- 27) De acordo com o teor de gordura, os cortes de carne bovina podem ser classificados como cortes de carne magra (quando a quantidade de gordura é inferior a 50% do valor calórico total) e de carne gorda (quando a quantidade de gordura excede 50% do valor calórico total). Assinale a opção que apresenta um corte de carne magra e um de carne gorda, respectivamente.
- (A) Músculo e contrafilé.
 - (B) Filé-mignon e coxão duro.
 - (C) Contrafilé e acém.
 - (D) Picanha e fraldinha.
 - (E) Alcatra e músculo.
- 28) Com relação aos micro-organismos patogênicos de importância na contaminação dos alimentos, assinale a opção correta.
- (A) O botulismo é um exemplo de intoxicação alimentar, e seu período de incubação varia de 6 a 12 horas.
 - (B) Alimentos à base de carne bovina e de frango têm sido os principais causadores de infecção alimentar por *C.perfringens*.
 - (C) O *B.cereus* tem o solo como seu principal reservatório natural, e o cozimento dos alimentos em temperaturas inferiores a 100°C pode não ser eficaz para a destruição de todos os seus esporos.
 - (D) Cereais, mel e enlatados são os principais alimentos causadores da listeriose.
 - (E) A *Shigela* é um bacilo gram-negativo e formador de esporos.
- 29) O Ministério da Saúde adotou as novas curvas para acompanhamento de crianças e adolescentes segundo a World Health Organization (WHO), de 2006. Tratando-se de crianças acima de 5 anos, essas curvas estabelecem, como pontos de corte para sobrepeso e obesidade, respectivamente, IMC maiores do que
- (A) p70 e p80
 - (B) p75 e p90
 - (C) p80 e p97
 - (D) p85 e p97
 - (E) p85 e p99,9

- 30) Assinale a opção que apresenta três frutos oleaginosos.
- (A) Pistache, pinhão, noz.
 - (B) Castanha de caju, noz, amendoim.
 - (C) Avelã, pinhão, pupunha.
 - (D) Amêndoa, amendoim, avelã.
 - (E) Amêndoa, fava, pinhão.
- 31) O tratamento da Doença do Refluxo Gastroesofágico inclui a adoção de diversas medidas gerais e de caráter dietético. Nesse sentido, em crianças, recomenda-se que:
- (A) durante as horas de sono ou repouso, sejam mantidas em decúbito lateral esquerdo ou decúbito dorsal.
 - (B) as fibras solúveis sejam evitadas na alimentação, pois reduzem o tempo de esvaziamento gástrico.
 - (C) a dieta seja hipolipídica, visto que os lipídios diminuem o tônus do esfíncter esofágico superior e retardam o esvaziamento gástrico.
 - (D) a criança seja mantida com a cabeceira elevada, em ângulo mínimo de 30 graus, principalmente no período pós-prandial.
 - (E) o aleitamento natural seja suspenso e sejam oferecidos alimentos pré-cozidos e preparações elaboradas em cocção úmida.
- 32) A Doença Celíaca é uma doença crônica que acomete o intestino delgado, causada por uma hipersensibilidade ao glúten. Dentre as principais complicações associadas a essa patologia, pode-se destacar:
- (A) anemia, demência e diarreia.
 - (B) anemia, cirrose hepática e diarreia.
 - (C) osteoporose, dermatite herpetiforme e anemia.
 - (D) osteoporose, dor abdominal e cirrose hepática.
 - (E) dermatite herpetiforme, demência e refluxo gastroesofágico.
- 33) São recém-nascidos com prioridade para receber Leite Humano Ordenhado (LHO) de Banco de Leite Humano (BLH), EXCETO os
- (A) de baixo peso ao nascer.
 - (B) prematuros.
 - (C) adotados.
 - (D) que apresentam êntero-infecções.
 - (E) portadores de alergia à proteínas heterólogas.

- 34) A relação ideal de tempo/temperatura para a eliminação de micro-organismos patogênicos não esporulados é de:
- (A) 74°C por 5 segundos.
 - (B) 70°C por 15 segundos.
 - (C) 65°C por 30 segundos.
 - (D) 65°C por 2 minutos.
 - (E) 60°C por 15 minutos.
- 35) A European Society for Clinical Nutrition and Metabolism (ESPEN) propõe para pacientes pré-dialíticos, com taxa de filtração glomerular igual a 40ml/min, um aporte proteico de quantos gramas por quilograma de peso por dia?
- (A) 0,8
 - (B) 0,7
 - (C) 0,6
 - (D) 0,5
 - (E) 0,4
- 36) Qual é o nutriente que, quando está deficiente na mulher grávida, pode ocasionar sangramento no terceiro trimestre, descolamento de placenta, e, no bebê, prematuridade, baixo peso ao nascer e fenda palatina?
- (A) Ferro.
 - (B) Vitamina B12.
 - (C) Ácido Fólico.
 - (D) Vitamina A.
 - (E) Zinco.
- 37) O termo cretinismo é utilizado para denominar crianças com retardo mental, baixa estatura, mãos e pés caracteristicamente edematosos, surdo-mudez e sinais de afecção do trato piramidal. O cretinismo endêmico pode ser prevenido pela correção da deficiência de
- (A) vitamina D.
 - (B) cálcio.
 - (C) iodo.
 - (D) zinco.
 - (E) vitamina A.

- 38) A correção da idade cronológica em função da prematuridade é fundamental para o correto diagnóstico do desenvolvimento nos primeiros anos de vida. Para os recém-nascidos prematuros (RNP), recomenda-se utilizar a idade corrigida na avaliação do crescimento e do desenvolvimento até a idade de
- (A) 1 ano.
 - (B) 2 anos.
 - (C) 3 anos.
 - (D) 4 anos.
 - (E) 5 anos.
- 39) Na avaliação nutricional das gestantes adolescentes, devem ser consideradas as idades ginecológica e cronológica. Quanto ao procedimento para avaliação do estado nutricional nesse grupo, o Ministério da Saúde recomenda
- (A) que as gestantes com idade cronológica menor ou igual a 16 anos sejam consideradas como de risco nutricional.
 - (B) o aumento no número de visitas à Unidade de Saúde para as gestantes com idade cronológica menor de 18 anos.
 - (C) que as gestantes com idade cronológica maior ou igual a 14 anos e com idade ginecológica maior ou igual a 2 anos devem ser avaliadas como mulheres adultas.
 - (D) que a altura seja mensurada em todas as consultas para as gestantes com idade ginecológica menor que 4 anos.
 - (E) que seja usada a classificação do estado nutricional direcionada para adolescentes, quando a gestante adolescente apresentar idade cronológica inferior a 18 anos.
- 40) Os aminoácidos triptofano, arginina e cisteína são, respectivamente, precursores de
- (A) serotonina, carnitina e catecolaminas.
 - (B) melanina, óxido nítrico e ácidos biliares.
 - (C) glutatona, taurina e hormônios da tireoide.
 - (D) óxido nítrico, glutatona e serotonina.
 - (E) serotonina, creatina e glutatona.

- 41) Com relação à composição química dos leites de várias espécies, é INCORRETO afirmar que o leite
- (A) de cabra possui mais proteínas e lipídios que o de vaca.
 - (B) humano possui menos da metade da quantidade de proteínas do que o de vaca.
 - (C) de búfala possui mais que o dobro de lipídios que o de vaca.
 - (D) de vaca é menos calórico que o de cabra e o de búfala.
 - (E) de vaca possui teor maior de proteínas do soro que o leite humano.
- 42) Atualmente, a *Salmonella* é um dos micro-organismos mais frequentemente envolvidos em casos e surtos de doenças de origem alimentar. Com relação à *Salmonella*, é correto afirmar que
- (A) as doenças causadas por *Salmonella* costumam ser subdivididas em dois grupos: a febre tifoide, causada pela *Salmonella typhi*, e as febres entéricas, causadas pela *Salmonella paratyphi*.
 - (B) os sintomas das salmoneloses aparecem, em média, de 12 a 36 horas após o contato com o micro-organismo, durando entre um e quatro dias.
 - (C) os sintomas da salmonelose incluem diarreia com muco, dores abdominais e ausência de febre.
 - (D) a salmonelose é uma intoxicação de origem alimentar cujas toxinas são produzidas dentro do organismo humano.
 - (E) o calor não é uma forma eficiente para a destruição da *Salmonella* nos alimentos.
- 43) Um dos indicadores bioquímicos de anemia na gestação é a dosagem de hemoglobina. O Ministério da Saúde recomenda que a concentração de hemoglobina para todas as gestantes seja maior ou igual a
- (A) 10g/dl
 - (B) 11g/dl
 - (C) 12g/dl
 - (D) 13g/dl
 - (E) 15g/dl

- 44) De acordo com a RDC 63, de 6 de julho de 2000, os funcionários envolvidos na preparação da Nutrição Enteral devem estar adequadamente paramentados para assegurar a proteção do produto, sendo, na sala de manipulação, dispensados do uso de
- (A) máscaras.
 - (B) sapato fechado ou botas.
 - (C) gorro.
 - (D) avental fechado com mangas compridas.
 - (E) luvas.
- 45) A dosagem sérica da homocisteína é indicada para rastreamento de doenças cardiovasculares por sua associação a essas patologias. Esse aminoácido sulfurado é um produto intermediário do metabolismo de qual aminoácido?
- (A) Tirosina.
 - (B) Triptofano.
 - (C) Fenilalanina.
 - (D) Tiramina.
 - (E) Metionina.
- 46) O PH é a medida de acidez ou alcalinidade de uma substância, que pode ser um alimento. Ele pode interferir tanto negativa como positivamente na multiplicação dos micro-organismos. Com relação às características de PH dos alimentos, assinale a opção correta.
- (A) Os bolores toxigênicos se multiplicam em alimentos como pernil, presunto e azeitonas pretas.
 - (B) A maioria das bactérias se desenvolvem num PH quase neutro, entre 6 e 7, como, por exemplo, o do feijão.
 - (C) Geralmente, os fungos preferem os alimentos mais alcalinos, como as frutas secas.
 - (D) Todas as bactérias morrem em PH abaixo de 5.
 - (E) As hortaliças, por terem PH entre 9 e 11, são preferidas por *Yersinia* e *Clostridium*.

47) Com relação ao papel fundamental das vitaminas, assinale a opção que apresenta, respectivamente, aquela que atua na prevenção da autoimunidade e a vitamina que tem sua baixa concentração plasmática associada à redução da função imunológica.

- (A) Vitamina A e vitamina C.
- (B) Vitamina B9 e vitamina A.
- (C) Vitamina D e vitamina A.
- (D) Vitamina A e vitamina D.
- (E) Vitamina D e vitamina C.

48) Coloque V (verdadeiro) ou F (falso) nas afirmativas abaixo, com relação às leis da Nutrição desenvolvidas por Pedro Escudeiro, assinalando, a seguir, a opção correta.

- () A lei da Adequação afirma que uma dieta deve ser adequada ao indivíduo, levando-se em consideração os fatores que interferem no cálculo dessa dieta e o estado fisiológico do indivíduo, mas não a coletividade como um todo.
- () A lei da Quantidade afirma que a dieta deve fornecer ao indivíduo a quantidade de alimentos necessária ao funcionamento do organismo e à preservação da saúde.
- () A lei da Harmonia explica o equilíbrio existente entre a quantidade de Cálcio e Fósforo e a de Sódio e Potássio, bem como de outros nutrientes dentro do valor calórico total.
- () A lei da Qualidade afirma que a dieta deve fornecer ao indivíduo a qualidade dos nutrientes necessários ao organismo, sem levar em consideração o grau de maturação e conservação dos alimentos.
- () Somente as leis da Adequação e da Harmonia são consideradas universais, pois são aplicáveis, sem exceção, a indivíduos enfermos ou sãos.

- (A) (V) (V) (F) (F) (V)
- (B) (F) (V) (V) (F) (F)
- (C) (F) (V) (V) (V) (F)
- (D) (V) (F) (F) (V) (V)
- (E) (V) (F) (V) (F) (V)

- 49) Assinale a opção que apresenta as recomendações diárias, em porções, respectivamente, de consumo de hortaliças (legumes e verduras) e frutas, para uma criança com idade entre 4 e 6 anos.
- (A) 2 e 2-3
 - (B) 2-3 e 3
 - (C) 3 e 3-4
 - (D) 3-4 e 4-5
 - (E) 4 e 6
- 50) Segundo o Guia Alimentar para crianças menores de 2 anos do Ministério da Saúde (2010), por quantas horas o leite materno ordenhado pode ser estocado na geladeira?
- (A) 6
 - (B) 12
 - (C) 18
 - (D) 24
 - (E) 48