

CADERNO DE QUESTÕES: ESPECIALIZAÇÃO

Nome do(a) candidato(a): _____ N° de inscrição: _____

GESTÃO DE UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO, SEGURANÇA DO ALIMENTO

(ÊNFASE EM CONTROLE DE QUALIDADE EM UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO)

Prezado(a) candidato(a),

Antes de iniciar a prova, leia atentamente as instruções a seguir e aguarde a ordem do Fiscal para iniciar o Exame.

1. Este caderno contém 30 (trinta) questões em forma de teste.
2. A prova terá duração de 4 (quatro) horas.
3. Após o início do Exame, você deverá permanecer no mínimo até às 15h30min dentro da sala do Exame, podendo, ao deixar este local, levar consigo o caderno de questões.
4. Você receberá do Fiscal a Folha de Respostas Definitiva. Verifique se está em ordem e com todos os dados impressos corretamente. Caso contrário, notifique o Fiscal, imediatamente.
5. Após certificar-se de que a Folha de Respostas Definitiva é sua, assine-a com **caneta esferográfica de tinta preta ou azul** no local em que há a indicação: "ASSINATURA DO(A) CANDIDATO(A)".
6. Após o recebimento da Folha de Respostas Definitiva, não a dobre e nem a amasse, manipulando-a o mínimo possível.
7. Cada questão contém 5 (cinco) alternativas (A, B, C, D, E) das quais somente uma atende às condições do enunciado.
8. Responda a todas as questões. Para cômputo da nota, serão considerados apenas os acertos.
9. Os espaços em branco contidos neste caderno de questões poderão ser utilizados para rascunho.
10. Assinale as alternativas escolhidas na folha de Respostas Definitiva utilizando **caneta esferográfica de tinta preta ou azul**.
11. Questões com mais de uma alternativa assinalada, rasurada ou em branco serão anuladas. Portanto, ao preencher a Folha de Respostas Definitiva, faça-o cuidadosamente. Evite erros, pois a Folha de Respostas Definitiva não será substituída.
12. Preencha as quadrículas da Folha de Respostas Definitiva, com **caneta esferográfica de tinta preta ou azul** e com traço forte e cheio, conforme o exemplo a seguir

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---
13. Quando você terminar a prova, avise o Fiscal, pois ele recolherá a Folha de Respostas Definitiva, na sua carteira. Ao término da prova, você somente poderá retirar-se da sala do Exame após entregar a sua Folha de Respostas Definitiva, devidamente assinada, ao Fiscal.
14. Enquanto o candidato estiver realizando o Exame, é terminantemente proibido utilizar equipamento eletrônico, como calculadora, telefone celular, computador, tablet, reproduzidor de áudio, máquina fotográfica, filmadora, equipamento eletrônico do tipo vestível (como smartwatch, óculos eletrônicos, ponto eletrônico), rádio comunicador ou aparelho eletrônico similar, chapéu, boné, lenço, gorro, máscara fechada que impeça a visualização do rosto, óculos escuros, corretivo líquido/fita ou quaisquer outros materiais (papéis) estranhos à prova. Quanto ao telefone celular (o(s) aparelho(s) deverá(ão) permanecer totalmente desligado(s), durante o exame, inclusive sem a possibilidade de emissão de alarmes sonoros ou não, nas dependências do prédio onde o Exame será realizado).
15. Será desclassificado do Processo Seletivo-Vestibulinho, do 1º semestre de 2026, o candidato que:
 - realizar a prova sem apresentar um dos documentos de identidade originais exigidos ou não atender o previsto nos §§5º e 6º do artigo 25 da Portaria CEETEPS-GDS que regulamenta o Processo Seletivo– Vestibulinho;
 - não apresentar um dos documentos de identidade originais exigidos ou não atender o previsto nos §§5º e 6º do artigo 25 da Portaria CEETEPS-GDS que regulamenta o Processo Seletivo–Vestibulinho;
 - retirar-se da sala de provas sem autorização do Fiscal, com ou sem o caderno de questões e/ou a Folha de Respostas Definitiva;
 - utilizar-se ou tentar utilizar qualquer tipo de equipamento eletrônico, de comunicação e/ou de livros, notas, impressos apontamentos durante a realização do Exame;
 - retirar-se do prédio em definitivo, antes de decorridas duas horas do início do Exame, por qualquer motivo;
 - perturbar, de qualquer modo, a ordem no local de aplicação das provas, incorrendo em comportamento indevido durante a realização do Exame;
 - retirar-se da sala de provas com a Folha de Respostas Definitiva;
 - utilizar ou tentar utilizar meio fraudulento em benefício próprio ou de terceiros, em qualquer etapa do Exame;
 - não atender as orientações da equipe de aplicação durante a realização do Exame;
 - realizar ou tentar realizar qualquer espécie de consulta ou comunicar-se e/ou tentar comunicar-se com outros candidatos durante o período das provas;
 - realizar a prova fora do local determinado pela Etec/Extensão de Etec (Classe descentralizada);

BOA PROVA!

Gabarito oficial

Classificação Geral

Divulgação a partir das 15h do dia **03/12/2025**, no site **vestibulinho.etec.sp.gov.br**

Divulgação a partir das 15h do dia **15/01/2026**, no site **vestibulinho.etec.sp.gov.br**

| Questão 01

Considerando as Boas Práticas e os Procedimentos Operacionais Padronizados para Manipuladores, e em conformidade com as diretrizes específicas de higienização das mãos, o trecho normativo prescreve:

“Lavar com sabonete líquido, neutro, inodoro e com ação antisséptica ou sabonete líquido inodoro e produto antisséptico. Massagear bem as mãos, antebraços, entre os dedos e unhas, por pelo menos 40 segundos.”.

Assinale a alternativa correta sobre as etapas essenciais a serem seguidas no procedimento de antisepsia das mãos destinados aos(as) manipuladores(as) de alimentos.

- (A) Garantir a limpeza das mãos utilizando apenas sabonete líquido comum, dispensando o uso de qualquer produto antisséptico, sendo a secagem permitida com ar quente ou com toalha de tecido.
- (B) Reduzir o número de microrganismos por meio da aplicação de álcool, regularizado como saneante na Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), logo após a lavagem com sabão neutro e inodoro.
- (C) Realizar a umidificação das mãos e antebraços, seguida pela massagem em todas as suas superfícies, por um tempo total de 30 segundos, seguido do enxágue e da secagem com papel toalha descartável.
- (D) Utilizar sabonete líquido inodoro e produto antisséptico, ou sabonete com ação antisséptica, e proceder à massagem das mãos, antebraços, entre os dedos e unhas por, no mínimo, quarenta segundos.
- (E) Adotar a higienização simples das mãos ao iniciar o trabalho, sendo que o coletor de papel toalha deve ser acionado com o auxílio das mãos limpas, visando o descarte seguro do material utilizado.

| Questão 02

Conforme as normas:

“É obrigatória a existência de um reservatório de água potável, tampado e de fácil higienização, cuja superfície interna deve ser lisa, resistente, impermeável e livre de descascamentos, rachaduras, infiltrações e vazamentos. A higienização do reservatório deve ser realizada de acordo com os métodos recomendados por órgãos oficiais e deve ocorrer a cada 6 (seis) meses ou sempre que houver a ocorrência de acidentes que possam contaminar a água.”

Diante do exposto, assinale o item que apresenta uma exigência correta e complementar sobre os procedimentos necessários ao Controle da Potabilidade da Água, visando garantir a segurança higiênico-sanitária dos alimentos.

- (A) Exigir a comprovação de análise de cloro residual livre e do pH da água proveniente de abastecimento público, a cada carga recebida, antes que esta seja direcionada ao uso e manipulação.
- (B) Permitir que as empresas fornecedoras do sistema alternativo de água mantenham os laudos laboratoriais guardados por três meses, dispensando a necessidade de cadastro junto ao órgão de vigilância sanitária.
- (C) Assegurar que a água proveniente de soluções alternativas de abastecimento seja tratada e monitorada, com a devida comprovação de sua qualidade por meio de análises laboratoriais periódicas, conforme legislação específica.
- (D) Dispensar a elaboração do Procedimento Operacional Padronizado (POP) de controle da potabilidade da água, caso o estabelecimento utilize, exclusivamente, o sistema de abastecimento público e realize a higienização a cada ano.
- (E) Adotar o procedimento de higienização e manutenção do reservatório de água anualmente, sendo que a limpeza e a desinfecção devem seguir os métodos estabelecidos pelo fabricante do reservatório, independentemente dos métodos oficiais.

| Questão 03

A manipulação segura dos alimentos em estabelecimentos comerciais e serviços de alimentação exige o cumprimento de regras estritas de armazenamento, visando a prevenção da contaminação cruzada e a preservação da qualidade dos produtos. A Portaria CVS 1/2025 estabelece diretrizes específicas para o manejo de embalagens primárias e secundárias, bem como para as condições de temperatura e a segregação dos produtos.

O Regulamento exige que:

“Quando sob refrigeração ou congelamento, as caixas de papelão devem ser armazenadas em equipamentos exclusivos para esse fim, dispostas em prateleiras distintas ou revestidas com sacos plásticos transparentes.”

Considerando os requisitos higiênico-sanitários para o armazenamento de produtos hortifrutícolas, assinale a alternativa que descreve o procedimento permitido ou obrigatório, conforme as disposições do Regulamento Técnico.

- (A) Permitir o ingresso de caixas de madeira nas áreas de manipulação e preparo, desde que essas embalagens sejam de uso único e utilizadas apenas para o transporte e acondicionamento dos vegetais.
- (B) Armazenar os alimentos hortifrutícolas crus e não higienizados na prateleira superior de refrigeradores compartilhados, com o objetivo de evitar a exsudação e a transferência de odores aos produtos cozidos.
- (C) Manter frutas, verduras e legumes higienizados, fracionados ou descascados em equipamentos de refrigeração sob uma temperatura máxima de 5°C, assegurando o prazo máximo de consumo por três dias.
- (D) Dispensar o uso de barreiras, como sacos plásticos transparentes, no armazenamento de caixas de papelão em temperatura ambiente nos serviços de alimentação, desde que as caixas não apresentem sujidades visíveis.
- (E) Acondicionar os produtos reprovados ou vencidos, como os hortifrutícolas deteriorados, juntamente com ingredientes secos na área de despensa, identificando-os com o aviso “Impróprios para Consumo”.

| Questão 04

No contexto das boas práticas de manipulação, o Regulamento Técnico Portaria CVS1/2025 exige:

Nas áreas de pré-preparo e preparo, é proibido o contato entre alimentos crus, semipreparados e prontos para consumo, a fim de minimizar o risco de contaminação cruzada.

Considerando o rigoroso controle sanitário necessário para prevenir a disseminação de contaminantes biológicos, químicos ou físicos, assinale a estratégia, que descreve uma medida preventiva essencial para o controle da contaminação cruzada em serviços de alimentação.

- (A) Dispor os alimentos prontos para o consumo nas prateleiras inferiores do refrigerador, mantendo os produtos crus e não higienizados nas prateleiras superiores, visando o controle visual do estoque.
- (B) Manter os utensílios de porcionamento (pegadores e colheres) em uso comum para servir diferentes preparações quentes ou frias, desde que estes sejam higienizados a cada turno de distribuição.
- (C) Assegurar a separação das instalações por barreiras físicas ou barreiras técnicas, de modo a garantir que os fluxos de produção sejam ordenados, contínuos e sem cruzamentos de linhas ou ingredientes.
- (D) Permitir a utilização das luvas descartáveis para manipular alimentos crus e, logo em seguida, alimentos prontos para consumo, desde que se realize a higienização das mãos sobre as luvas.
- (E) Transportar os alimentos preparados e os ingredientes crus concomitantemente no mesmo compartimento de carga, garantindo apenas que todos os produtos estejam em embalagens primárias íntegras e limpas.

| Questão 05

A atividade de água é um dos principais fatores que influenciam a estabilidade microbiológica, química e física dos alimentos. Essa atividade não representa a quantidade total de água presente, mas sim a fração disponível para reações e crescimento microbiano.

(Fontana, A. J., 2008, p. 93).

Considerando o papel da atividade de água na conservação de alimentos, assinale a alternativa correta quanto à influência desse parâmetro na estabilidade dos produtos alimentícios.

- (A) O aumento da atividade de água favorece a redução da taxa de oxidação lipídica.
- (B) O controle da atividade de água permite a inibição do crescimento de microrganismos deteriorantes.
- (C) A diminuição da atividade de água intensifica a ação de enzimas proteolíticas.
- (D) A elevação da atividade de água contribui para o aumento da vida útil de alimentos secos.
- (E) A regulação da atividade de água é irrelevante para a estabilidade físico-química dos alimentos.

| Questão 06

A Portaria CVS1/2025 estabelece requisitos essenciais de Boas Práticas e Procedimentos Operacionais Padronizados para garantir a segurança e a qualidade dos alimentos, incluindo o controle rigoroso de temperatura para produtos de origem animal perecíveis.

No que diz respeito à inspeção e ao acondicionamento inicial de pescados, o Regulamento Técnico exige:

“Pescados [resfriados]: de 2 a 3 °C (dois a três graus Celsius) ou conforme recomendação do frigorífico produtor.”

[41, 142, b].

Considerando os parâmetros sanitários exigidos para o manejo e a conservação de pescados, assinale a exigência correta e obrigatória a ser adotada no estabelecimento.

- (A) Armazenar pescados e seus produtos manipulados crus sob refrigeração, mantendo a temperatura máxima de 3°C, assegurando um prazo de validade de 3 dias para esses produtos.
- (B) Limitar a manipulação de produtos perecíveis de origem animal em temperatura ambiente a, no máximo, 2 horas por lote, sendo que este tempo se aplica indistintamente a áreas climatizadas ou não.
- (C) Manter as preparações à base de pescados após a cocção sob uma temperatura máxima de 4°C, conforme o parâmetro para demais alimentos pós-cocção, garantindo a conservação por 3 dias.
- (D) Realizar o dessalgue de pescados exclusivamente em água corrente potável a 10°C, identificando o produto apenas com a data de início do processo, sem a necessidade de data de validade.
- (E) Receber pescados resfriados com temperatura máxima de 7°C, conforme o limite estabelecido para carnes e derivados resfriados, procedendo à avaliação apenas da cor e da textura do produto.

| Questão 07

Considerando as quatro categorias de alimentos classificadas no Guia Alimentar para a População Brasileira, definidas de acordo com o tipo de processamento, assinale a alternativa correta que apresenta a descrição do alimento ultraprocessado:

- (A) Produtos fabricados pela indústria com a adição de sal, açúcar, óleo ou vinagre, sendo facilmente reconhecidos como versões modificadas do alimento original e usualmente consumidos em pequenas quantidades.
- (B) Alimentos *in natura* que foram submetidos a processos de limpeza, secagem, embalagem e pasteurização, mas sem a agregação de sal, açúcar, óleos ou outras substâncias ao alimento original.
- (C) Formulações industriais feitas majoritariamente de substâncias extraídas de alimentos ou sintetizadas em laboratório, possuindo alto teor de gorduras, açúcares e sódio, e sendo nutricionalmente desbalanceadas.
- (D) Itens extraídos diretamente de alimentos *in natura* ou da natureza, utilizados pelas pessoas em pequenas quantidades para cozinhar, como óleos vegetais, sal e açúcar de mesa.
- (E) Produtos simples, fabricados pela adição de substâncias culinárias a um alimento minimamente processado, buscando tornar os alimentos mais duráveis e agradáveis ao paladar.

| Questão 08

Considerando os múltiplos determinantes das práticas alimentares e, a complexidade e os desafios que envolvem a conformação dos sistemas alimentares atuais, o guia alimentar reforça o compromisso do Ministério da Saúde de contribuir para o desenvolvimento de estratégias para a promoção e a realização do direito humano à alimentação adequada.

Com base na relevância do Guia Alimentar para a População Brasileira para o país e nas orientações do Ministério da Saúde, assinale a alternativa correta que melhor descreve a finalidade principal(is) do Guia Alimentar para a População Brasileira.

- (A) Ser um instrumento de apoio exclusivo para profissionais de saúde e agentes comunitários, limitando o seu uso apenas nas unidades de saúde do SUS, sem abranger os demais setores da sociedade.
- (B) Determinar metas numéricas rígidas para a ingestão de nutrientes isolados, enfatizando a suplementação medicamentosa e ignorando as dimensões culturais e sociais das práticas alimentares.
- (C) Apresentar um conjunto de informações e recomendações sobre alimentação que objetivam promover a saúde de pessoas, famílias e comunidades, sendo um documento oficial do Ministério da Saúde direcionado a todos os brasileiros.
- (D) Servir exclusivamente como uma estratégia de implementação da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, sendo voltado unicamente para o fortalecimento da agricultura familiar e da economia local.
- (E) Ser a versão final de um documento que foi elaborado pelo Ministério da Saúde, sem a participação ou consulta de qualquer entidade externa, como universidades, sociedade civil ou organismos internacionais.

| Questão 09

A gastronomia é descrita como a forma de o ser humano se relacionar com o seu alimento. Em obras que exploram este tema, defende-se a necessidade de que a produção, a preparação e o consumo de alimentos voltem a ocupar lugares de destaque entre as principais atividades humanas, valorizando o papel do consumidor como “coprodutor”. Com base na perspectiva que integra os aspectos sociais, culturais e ambientais da alimentação, e conforme o conceito estabelecido pela literatura técnica, assinale a alternativa correta que define a gastronomia.

- (A) A simples ingestão de nutrientes e o cálculo preciso das calorias necessárias, ignorando as dimensões culturais e o sentimento de pertencimento social das práticas alimentares.
- (B) O conjunto de procedimentos operacionais padronizados adotados pelas unidades de alimentação e nutrição, visando exclusivamente o controle de custos e a segurança higiênico-sanitária dos insumos.
- (C) A forma de o ser humano se relacionar com o seu alimento, tendo o papel de aproximar a sociedade, promover a sustentabilidade e transmitir conhecimentos.
- (D) O desenvolvimento de formulações industriais complexas, ricas em aditivos e substâncias sintetizadas, criadas para substituir preparações culinárias tradicionais.
- (E) A estruturação da sequência de pratos de uma refeição (entrada, prato principal, guarnição e sobremesa), com foco unicamente na palatabilidade e nas tendências do mercado consumidor.

| Questão 10

O Manual de Dietas do HGCC padroniza as Dietas de Rotina para facilitar a prescrição dietética de acordo com as necessidades do paciente. A Dieta Livre ou Dieta Geral (G) representa o padrão alimentar sem modificações, destinado a pacientes cuja condição clínica não exige alterações dietoterápicas significativas, buscando manter o estado nutricional e a ausência de risco nutricional.

Com base nas definições e características estabelecidas pela padronização hospitalar, assinale a alternativa correta que apresenta a descrição da Dieta Geral (G).

- (A) É uma dieta de consistência suave, que inclui preparações culinárias feitas com alimentos *in natura* cozidos e moles, sendo a primeira dieta de evolução pós-operatória.
- (B) Apresenta um Valor Calórico Total (VCT) reduzido, entre 1.000 a 1.200 Kcal/dia, e exige restrição total de açúcares simples e gorduras saturadas.
- (C) É uma dieta completa e balanceada em macro e micronutrientes, de consistência normal, que é fracionada em seis refeições diárias.
- (D) Possui um Valor Calórico Total (VCT) entre 1.800 a 2.000 Kcal/dia, tendo como principal objetivo corrigir a má absorção e aliviar os sintomas digestivos.
- (E) Indicada para indivíduos com disfagia, requerendo preparações liquidificadas e coadas para atingir consistência espessa, a fim de prevenir a broncoaspiração.

| Questão 11

A Técnica Dietética é uma ciência essencial para a atuação em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN), pois ajuda a entender as diferentes etapas envolvidas no pré-preparo e preparo dos alimentos. A execução correta nessas etapas é necessária para evitar perdas excessivas, sendo o treinamento dos colaboradores fundamental para garantir o controle dos indicadores de partes comestíveis (IPC). A mensuração desses indicadores visa diminuir falhas e desperdícios durante a produção.

Considerando os indicadores utilizados para o dimensionamento da compra e o controle de perdas, assinale a alternativa correta que descreve o Peso Bruto (PB).

- (A) O peso do alimento encontrado após a retirada de cascas, gorduras, ossos e sementes, caracterizando a porção final que será submetida ao preparo.
- (B) O indicador numérico obtido pela razão entre o Peso Líquido e o Peso Bruto, sendo ideal que seu valor se aproxime de 1 (um) para demonstrar menor desperdício.
- (C) O peso do alimento no momento da aquisição, incluindo todas as partes não comestíveis como talos, gorduras, sementes e sujidades, antes de qualquer manipulação.
- (D) O valor de alimento que deve ser calculado com uma margem de segurança de, no máximo, 10% sobre a quantidade determinada para cada comensal.
- (E) O resultado encontrado quando se divide o Peso Bruto pelo Fator de Correção, sendo crucial para determinar a porção que será consumida pelo paciente.

| Questão 12

A rotulagem é uma ferramenta essencial tanto para a segurança sanitária quanto para o consumo consciente, sendo definida na legislação como *“qualquer identificação impressa ou litografada bem como os dizeres pintados ou gravados a fogo por pressão ou decalcação aplicados sobre o recipiente, vasilhame envoltório, cartucho ou qualquer outro tipo de embalagem do alimento ou sobre o que acompanha o continente”*.

A leitura correta desses rótulos é crucial para que o consumidor, ao limitar o uso de alimentos processados e evitar os ultraprocessados, possa dar preferência àqueles com menor teor de sal ou açúcar.

Assinale a alternativa correta que apresenta um dos elementos obrigatórios de rotulagem, conforme os regulamentos sanitários.

- (A) A declaração simplificada das quantidades não significativas de valor energético e de nutrientes, expressa na parte frontal da embalagem com a lupa de advertência.
- (B) A lista de ingredientes, em ordem alfabética, contendo somente o nome dos componentes principais, dispensando a menção de aditivos alimentares.
- (C) O conteúdo líquido do produto, a identificação da origem, tais como, a razão social e endereço completo, além das instruções de conservação e uso do alimento, quando necessárias.
- (D) O número de registro junto ao órgão de inspeção oficial (SIF/SIM) e o número de inscrição no CNPJ do estabelecimento de origem.
- (E) O percentual de Valores Diários de Referência (%VD) e a base de declaração de nutrientes, utilizando 100g ou 100ml do produto, independente da porção definida.

| Questão 13

O Diabetes Mellitus (DM) é uma doença crônica que ocorre quando o pâncreas não produz insulina suficiente ou quando o corpo não pode efetivamente utilizar a insulina que produz. A insulina é um hormônio secretado pelo pâncreas para regular as taxas de glicose no sangue.

O plano alimentar deve assegurar todas as necessidades nutricionais do indivíduo com DM, fornecendo um Valor Calórico Total (VCT) compatível com a obtenção e/ou manutenção de um peso corporal saudável, sendo distribuído em seis refeições diárias.

Considerando as características nutricionais da Dieta para Diabetes Mellitus (DM) em pacientes diabéticos eutróficos não críticos, assinale a alternativa correta, que descreve as recomendações de distribuição de macronutrientes

- (A) O consumo de Gorduras totais deve ser limitado ao máximo de 15% do VET, e o limite máximo para Gorduras Saturadas deve ser de 20% do VET.
- (B) A dieta deve ser isenta de Açúcares adicionados, e a ingestão de Fibra Alimentar deve ser de, no mínimo, 38 gramas para homens e 25 gramas para mulheres diariamente.
- (C) O consumo de Carboidratos deve variar de 45% a 60% do VET, a Proteína deve corresponder a 15% a 20% do VET e a Gordura Total deve ficar entre 20% e 35% do VET.
- (D) A ingestão de Proteína deve ser estritamente limitada a 10% do VET, com 70% do VET proveniente de Carboidratos, priorizando o consumo de batata e macaxeira em grandes porções.
- (E) O limite para Sacarose deve ser de, no máximo, 20% do VET, e deve ser incentivado o consumo de carboidratos com alta densidade de nutrientes, ignorando o Índice Glicêmico (IG).

| Questão 14

A Portaria CVS 01, de 13 de Janeiro de 2025, estabelece o regulamento técnico sobre boas práticas para estabelecimentos comerciais de alimentos e serviços de alimentação. A Autoridade Sanitária tem a competência de fazer cumprir as leis e regulamentos, a fim de assegurar as condições adequadas de qualidade na produção e consumo de serviço de interesse à saúde.

Com base nos regulamentos sanitários e nas definições técnicas adotadas para garantir a segurança e a qualidade dos produtos, assinale a alternativa correta que define as boas práticas.

- (A) Conjunto de documentos que especificam os critérios utilizados para verificação da qualidade e segurança dos produtos no recebimento.
- (B) Procedimentos que devem ser adotados para garantir a segurança e a qualidade dos alimentos, diminuindo o risco à saúde do consumidor.
- (C) Programa próprio ou terceirizado de capacitação de pessoal, que deve ser submetido a um curso com carga horária mínima de 8 (oito) horas sobre higiene e saúde dos funcionários.
- (D) Conjunto de medidas comportamentais e de organização de atividades, visando à prevenção da contaminação cruzada na ausência de barreiras físicas.
- (E) Descrição e frequência dos procedimentos de limpeza e desinfecção de instalações, equipamentos, móveis e utensílios, especificando o princípio ativo germicida.

| Questão 15

Considerando as funções do ferro no organismo humano, assinale a alternativa correta quanto ao papel desempenhado por esse mineral na fisiologia corporal.

O ferro é fundamental para

- (A) a formação de glicogênio muscular, responsável pelo armazenamento de energia de curto prazo.
- (B) a regulação da pressão arterial, por meio da síntese de hormônios vasodilatadores.
- (C) a produção de colágeno dérmico, essencial para a elasticidade da pele.
- (D) o transporte de oxigênio pelos tecidos, por integrar a estrutura da hemoglobina.
- (E) a síntese de vitamina D, por participar da ativação cutânea da substância precursora.

| Questão 16

A introdução alimentar é um processo gradual e fundamental para o desenvolvimento do paladar, da mastigação e da autonomia da criança, devendo respeitar as necessidades nutricionais e o ritmo individual de cada bebê.

(Fonte: BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.)

Considerando os princípios que orientam a introdução alimentar em crianças menores de dois anos, as práticas recomendadas nesse processo devem respeitar

- (A) o oferecimento exclusivo de alimentos líquidos, por facilitar a deglutição nos primeiros meses.
- (B) o uso de alimentos industrializados, por apresentarem maior praticidade e conservação.
- (C) o fornecimento de alimentos com sal e açúcar, por contribuírem para a aceitação do sabor.
- (D) o estímulo à alimentação responsiva, por favorecer o vínculo e a autorregulação da fome.
- (E) a substituição precoce do leite materno, por permitir maior variedade nutricional.

| Questão 17

O aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida é uma prática recomendada por organismos nacionais e internacionais, por promover benefícios nutricionais, imunológicos e emocionais à criança, além de fortalecer o vínculo com a mãe.

(Fonte: BRASIL. Ministério da Saúde. Estratégia Nacional para Promoção do Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Saudável no Sistema Único de Saúde – SUS. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.)

Considerando os benefícios associados ao aleitamento materno e as recomendações vigentes sobre essa prática, é correto afirmar que o aleitamento materno, principalmente, nos primeiros meses de vida contribui para

- (A) o desenvolvimento de alergias alimentares, por limitar o contato precoce com proteínas diversas.
- (B) o aumento do risco de obesidade infantil, por conter alto teor de gordura saturada.
- (C) o fortalecimento do sistema imunológico, por fornecer anticorpos naturais ao bebê.
- (D) o atraso no crescimento físico, por não suprir as necessidades energéticas diárias.
- (E) a necessidade de suplementação vitamínica, por apresentar baixa densidade nutricional.

| Questão 18

O sistema digestório é responsável pela transformação dos alimentos em nutrientes absorvíveis, por meio de processos mecânicos e químicos que envolvem órgãos especializados e secreções enzimáticas.

(Fonte: GUYTON, Arthur C.; HALL, John E. Tratado de fisiologia médica. 14. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2016.)

Considerando os mecanismos fisiológicos que atuam no sistema digestório humano, é correto afirmar que a digestão química dos alimentos depende

- (A) da contração da musculatura esofágica, por promover o avanço do bolo alimentar até o estômago.
- (B) da secreção de bile pelo pâncreas, por facilitar a emulsificação de proteínas no intestino delgado.
- (C) da liberação de pepsina pelo estômago, por iniciar a degradação de proteínas ingeridas.
- (D) da absorção de glicose no cólon, por permitir o aproveitamento energético dos carboidratos.
- (E) da produção de saliva pelas glândulas gástricas, por iniciar a digestão de lipídios na cavidade oral.

| Questão 19

A adequação da dieta é fundamental para a recuperação e manutenção da saúde.

Considerando os objetivos e características das dietas hospitalares utilizadas em diferentes condições clínicas, é correto afirmar que esse tipo de prescrição tem a finalidade de atender

- (A) as necessidade de restrição hídrica, por meio da oferta de alimentos ricos em fibras e líquidos.
- (B) o controle da glicemia, por meio da inclusão de açúcares simples e alimentos ultraprocessados.
- (C) a recuperação do trato gastrointestinal, por meio da exclusão de alimentos de fácil digestão.
- (D) a manutenção do estado nutricional, por meio da adequação de nutrientes conforme o quadro clínico.
- (E) a prevenção de deficiências vitamínicas, por meio da suspensão de alimentos fontes de micronutrientes.

| Questão 20

O Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT), instituído pelo Ministério do Trabalho em 1976, tem como objetivo melhorar as condições nutricionais dos trabalhadores, especialmente os de baixa renda, contribuindo para a promoção da saúde, a prevenção de doenças e o aumento da produtividade.

Considerando os objetivos e diretrizes do Programa de Alimentação do Trabalhador e as ações previstas na política pública voltadas à promoção da saúde laboral, é correto afirmar que esse programa visa promover

- (A) o fornecimento exclusivo de suplementos nutricionais, por meio de empresas credenciadas pelo SUS.
- (B) a substituição de refeições caseiras por alimentos industrializados, com foco na praticidade.
- (C) o incentivo ao consumo de alimentos ultraprocessados, por apresentarem maior durabilidade.
- (D) a melhoria do estado nutricional dos trabalhadores, por meio da oferta de refeições balanceadas.
- (E) a redução dos custos operacionais das empresas, por meio da terceirização da alimentação coletiva.

| Questão 21

A doença celíaca é uma condição autoimune desencadeada pela ingestão de glúten em indivíduos geneticamente predispostos, provocando inflamação e atrofia das vilosidades intestinais, o que compromete a absorção de nutrientes. O único tratamento eficaz é a exclusão total do glúten da dieta.

(World Gastroenterology Organisation, 2016; UFMG, 2016)

Considerando os aspectos nutricionais e de segurança alimentar relacionados à doença celíaca, assinale a alternativa correta quanto às medidas necessárias para evitar a contaminação cruzada por glúten em ambientes alimentares

- (A) Uso de utensílios compartilhados entre alimentos com e sem glúten é permitido após higienização superficial.
- (B) Preparo de alimentos sem glúten pode ocorrer em qualquer ambiente, desde que haja ventilação adequada.
- (C) Armazenamento de ingredientes sem glúten deve ser feito em recipientes abertos para facilitar o acesso.
- (D) Separação física de áreas e utensílios é essencial para garantir a segurança alimentar do celíaco.
- (E) Presença de traços de glúten em alimentos industrializados não representa risco significativo ao celíaco.

| Questão 22

Considerando os aspectos tecnológicos e higiênico-sanitários relacionados aos cortes de carnes, assinale a alternativa correta quanto à classificação e ao uso culinário daquelas carnes utilizadas.

- (A) O corte do acém é indicado para preparações rápidas devido à sua elevada maciez natural.
- (B) A peça do filé mignon apresenta alto teor de tecido conjuntivo, sendo ideal para cozimentos prolongados.
- (C) O músculo bovino é classificado como corte de primeira por sua textura fina e sabor delicado.
- (D) O contrafilé é considerado corte nobre, adequado para grelhados e assados de cocção curta.
- (E) A paleta suína é utilizada preferencialmente em pratos crus por sua baixa contaminação microbiana.

| Questão 23

O Código de Ética do Técnico em Nutrição e Dietética é um instrumento delineador da atuação profissional, pautado pela responsabilidade técnica, social, ética e política com a saúde, a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas. Seu cumprimento é essencial para garantir a integridade e a credibilidade da profissão.

(CFN, Resolução nº 333/2004)

Considerando os princípios que regem o Código de Ética do Técnico em Nutrição e Dietética, assinale a alternativa correta quanto às condutas profissionais exigidas daquele(a) atuante.

- (A) O exercício da profissão deve priorizar interesses pessoais, desde que não comprometa a saúde coletiva.
- (B) A atuação profissional pode ser realizada sem supervisão, mesmo em ambientes de risco sanitário.
- (C) A responsabilidade técnica é dispensável em serviços que envolvam apenas preparo de alimentos.
- (D) O compromisso com a promoção da saúde deve orientar todas as ações do técnico em nutrição.
- (E) A divulgação de serviços pode incluir promessas de cura, desde que com linguagem acessível.

| Questão 24

A alimentação saudável na terceira idade deve considerar as alterações fisiológicas, psicológicas e sociais que ocorrem com o envelhecimento, priorizando alimentos in natura ou minimamente processados, respeitando preferências individuais e promovendo o prazer nas refeições.

(Ministério da Saúde, 2021)

Considerando os princípios que orientam a alimentação de pessoas idosas, assinale a alternativa correta quanto às práticas alimentares recomendadas àquele(a) pertencente a esse grupo.

- (A) O consumo de alimentos ultraprocessados é incentivado por sua praticidade e valor energético elevado.
- (B) A ingestão de líquidos deve ser limitada para evitar episódios de incontinência urinária.
- (C) A preferência por alimentos macios justifica a exclusão de fontes proteicas da dieta diária.
- (D) A inclusão de frutas, legumes e verduras em todas as refeições contribui para a prevenção de doenças.
- (E) A substituição de refeições principais por lanches rápidos favorece a manutenção da massa muscular.

| Questão 25

Em relação ao consumo de fibras alimentares, assinale a alternativa correta quanto às práticas alimentares indicadas àquele(a) que busca atingir a ingestão ideal desse nutriente.

- (A) O consumo de alimentos ultraprocessados é recomendado por conterem fibras adicionadas industrialmente.
- (B) O aumento da ingestão de fibras deve ser feito de forma abrupta para garantir efeito laxativo imediato.
- (C) A substituição de cereais integrais por refinados favorece a absorção de fibras solúveis.
- (D) A inclusão de frutas com casca, vegetais e leguminosas contribui para o alcance da recomendação diária.
- (E) A ingestão de fibras deve ser evitada em dietas para controle de peso, devido ao seu alto valor calórico.

| Questão 26

A obesidade é uma condição crônica multifatorial, influenciada por fatores genéticos, ambientais, sociais e comportamentais. A prevenção deve ser baseada em ações intersetoriais que promovam ambientes saudáveis, incentivem a prática de atividade física e estimulem o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados.

Assinale a alternativa correta quanto às ações recomendadas àquele(a) que busca manter um peso corporal saudável.

- (A) O incentivo ao consumo de bebidas adoçadas é recomendado para garantir aporte energético em dietas restritivas.
- (B) O estímulo à prática de atividade física deve ser limitado a ambientes supervisionados por profissionais da saúde.
- (C) A substituição de refeições por suplementos alimentares industrializados é indicada como estratégia preventiva.
- (D) A promoção de hábitos alimentares saudáveis deve incluir o consumo regular de alimentos in natura e minimamente processados.
- (E) A restrição severa de grupos alimentares é considerada eficaz e segura para a prevenção da obesidade em longo prazo.

| Questão 27

O uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) em Unidades de Alimentação e Nutrição é essencial para a prevenção de acidentes e doenças ocupacionais. A escolha adequada dos EPIs deve considerar os riscos físicos, químicos, biológicos e ergonômicos presentes nas atividades desenvolvidas, sendo obrigatória sua utilização conforme a legislação vigente.

(NR-6, Ministério do Trabalho; Picchi et al., 2019)

Considerando os riscos ocupacionais e as exigências legais relacionadas ao uso de EPIs, assinale a alternativa correta quanto à proteção individual exigida daquele(a) que atua em uma Unidade de Alimentação e Nutrição.

- (A) O uso de luvas de malha de aço é indicado para atividades com exposição a altas temperaturas.
- (B) A utilização de touca descartável visa à proteção do trabalhador contra respingos de óleo quente.
- (C) O emprego de botas de borracha é recomendado para evitar escorregões e contato com líquidos quentes.
- (D) A adoção de óculos de acrílico é desnecessária em atividades com risco de respingos químicos.
- (E) O fornecimento de EPIs é responsabilidade exclusiva do trabalhador, conforme a NR-6.

| Questão 28

Com base nos efeitos fisiológicos da hidratação no organismo humano, assinale a alternativa correta quanto aos benefícios da ingestão adequada de água àquele(a), que a consome regularmente

- (A) O aumento da viscosidade sanguínea é favorecido pela ingestão contínua de líquidos.
- (B) O acúmulo de toxinas no organismo é intensificado com o consumo frequente de água.
- (C) O funcionamento intestinal é beneficiado pela associação entre fibras alimentares e hidratação.
- (D) A retenção de líquidos é estimulada pela ingestão adequada de água ao longo do dia.
- (E) A produção de urina é reduzida quando o corpo está bem hidratado, evitando perdas hídricas.

| Questão 29

O prato principal é o elemento central de uma refeição, sendo responsável por fornecer a maior parte dos nutrientes e calorias do cardápio. Sua composição deve considerar o equilíbrio entre os grupos alimentares, respeitando as necessidades nutricionais do público-alvo e os princípios da alimentação saudável.

(BRASIL. Ministério da Saúde, Guia Alimentar para a População Brasileira, 2014).

Considerando os critérios nutricionais e funcionais para a elaboração do prato principal em um cardápio, assinale a alternativa correta quanto à composição adequada daquele utilizado em refeições balanceadas.

- (A) A inclusão de alimentos ultraprocessados é recomendada para garantir sabor e praticidade ao prato principal.
- (B) A presença exclusiva de proteínas animais é suficiente para atender às necessidades nutricionais da refeição.
- (C) A combinação de cereais, leguminosas e hortaliças contribui para o equilíbrio nutricional do prato principal.
- (D) A substituição de alimentos in natura por industrializados favorece a conservação e o valor nutricional do prato.
- (E) A exclusão de fontes de carboidratos complexos é indicada para reduzir o valor calórico da preparação principal.

| Questão 30

Considerando os efeitos dos métodos de cocção sobre os alimentos, assinale a alternativa correta quanto à aplicação do calor úmido e do calor seco àquele utilizado no preparo culinário.

- (A) O uso do calor seco é indicado para alimentos ricos em fibras, pois promove hidratação e amolecimento das estruturas.
- (B) O emprego do calor úmido favorece a formação de crostas e intensificação de sabores pela desidratação superficial.
- (C) O método de cocção por calor seco é adequado para carnes macias, pois realça o sabor e preserva a suculência.
- (D) A aplicação do calor úmido é recomendada para massas e pães, pois garante textura crocante e coloração dourada.
- (E) A técnica de calor seco é preferida para hortaliças folhosas, pois reduz a perda de nutrientes hidrossolúveis.

FOLHA DE RESPOSTAS INTERMEDIÁRIAS

Prezado(a) candidato(a),

1. Responda a todas as questões contidas neste caderno e, se desejar, transcreva as alternativas assinaladas para esta Folha de Respostas Intermediária.
2. Não deixe questões em branco.
3. Marque com cuidado e assinale apenas uma resposta para cada questão.
4. **Transcreva todas as alternativas para a Folha de Respostas Definitiva, utilizando caneta esferográfica de tinta preta ou azul, conforme o modelo a seguir:**

☐ A ☐ B ☐ C ☐ D ☐ E

PROVA (30 RESPOSTAS)

RESPOSTAS de 01 a 10

01	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
02	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
03	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
04	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
05	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
06	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
07	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
08	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
09	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
10	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E

RESPOSTAS de 11 a 20

11	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
12	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
13	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
14	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
15	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
16	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
17	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
18	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
19	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
20	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E

RESPOSTAS de 21 a 30

21	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
22	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
23	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
24	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
25	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
26	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
27	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
28	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
29	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E
30	☐ A	☐ B	☐ C	☐ D	☐ E