



CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

EDUCAÇÃO FÍSICA

21. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) O Conselho Federal de Educação Física (CONFEF) dispõe sobre o reconhecimento e definição de atuação e competência do Profissional de Educação Física (PEF) em contextos hospitalares. Nesse sentido consideradas as competências e atribuições do PEF no setor hospitalar, em níveis de atenção primária, secundária e/ou terciária em saúde, dentro da estrutura preconizada pelo Ministério da Saúde e considerando o SUS. Portanto, acerca das competências e atribuições do PEF no contexto hospitalar brasileiro, analise as asserções abaixo e assinale o único item CORRETO:

- A) Solicitar, quando assim julgar necessário, exames complementares e/ou interconsultas para avaliação médica especializadas e consultas compartilhadas com outros profissionais de saúde, objetivando comparar exames com outras categorias profissionais, para definição de conduta, prescrição e controle de atividades físicas.
- B) Promover estilos de vida ativo às necessidades dos indivíduos e grupos, atuando como intermediário de educação em saúde e de transformação social.
- C) Exercer atividades por meio de intervenções, legitimadas por consultas, utilizando métodos e técnicas específicas de prescrição de exercícios físicos, de avaliação, orientações de atividades físicas com o objetivo de promover a educação permanente em saúde.
- D) Prescrever o tipo, a intensidade, a frequência e duração da sessão de exercícios físicos de acordo com as condições do usuário/grupo, considerando não somente o seu estado de saúde, fatores de risco ou de proteção, mas também as suas capacidades físicas, limitações individuais, objetivos pessoais e preferências, de modo a otimizar os benefícios e a adesão à prática regular de atividade físicas.
- E) Realizar diagramas de dados nas altas hospitalares, com análises e investigações das causas e consequências, relacionadas a atividades físicas, da origem externa as doenças.

22. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) No livro “AS REDES À SAÚDE”, no Boxe 13 a definição da atividade física conforme (CASPERSEN *et al.*, 1985) é: os movimentos corporais produzidos por músculos esqueléticos que resultam em aumento substancial do gasto energético. A atividade física está intimamente relacionada com as condições crônicas e com os resultados sanitários. Além disso, a atividade física está associada negativamente com o excesso de peso (WAREHAM *et al.*, 2005). Diante disso as intervenções em relação às atividades físicas envolvem ações nos planos macro, meso e micro (KANH *et al.*, 2002), analise as sentenças abaixo, assinalando a única CORRETA.

- A) No plano meso, intervenções de estímulo à atividade física podem ser desenvolvidas nos bairros, nos ambientes de trabalho e nas escolas.
- B) No plano micro, intervenções de atividade física podem ser feitas nas unidades de saúde, especialmente de APS, por meio de atividades educacionais, operacionais e de autocuidado apoiado, desenhadas para portadores de condições crônicas.
- C) No plano meso, intervenções urbanas são necessárias para criar um ambiente físico e social estimulador das atividades físicas.
- D) No plano micro, intervenções de atividade física podem ser feitas nas unidades especializadas, especialmente de UPAS, por meio de atividades educacionais, operacionais e de autocuidado apoiado, desenhadas para portadores de condições crônicas.
- E) No plano macro, intervenções rurais são necessárias para criar um ambiente social estimulador das atividades físicas.

23. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) A Política Nacional de Promoção da Saúde propõe as seguintes ações específicas em relação às atividades físicas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006d), EXCETO:

- A) Ações na APS e na comunidade;
- B) Ações de intersetorialidade e mobilização de parceiros;
- C) Ações de aconselhamento e divulgação;
- D) Ações de monitoramento e avaliação
- E) Ações de mapeamento e prescrição de exercício físico;

24. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) De acordo com as orientações Gerais sobre as ações de Promoção de Práticas Corporais, da atividade física e do lazer no Programa Saúde na Escola. A ‘Promoção de práticas corporais, atividade física e do lazer’ no PSE não são sinônimos, a definição de práticas corporais de acordo com a literatura científica relacionadas à saúde, são as práticas historicamente desenvolvidas e sistematizadas pela humanidade. São aquelas que possuem sentido e significados históricos e que conferem identidade a povos, culturas e países ao longo desse tempo. Desse modo, tomando por base o trecho citado acima, analise as asserções sobre as práticas corporais, assinalando a única alternativa CORRETA

- A) Atividades radicais na natureza e educação popular em saúde;
- B) Atividades de boxe e educação permanente em saúde;
- C) Ioga e Lian Gong;
- D) Atividades rítmicas e educação em saúde;
- E) Jogos populares tradicionais e conhecimento sobre o corpo;



25. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) Segundo os Cadernos de Atenção Básica Nº24, abordando “A Escola como Locus de Cuidado em Saúde”, no PSE (Programa de Saúde na Escola), no artigo 4º, estão citadas as ações de saúde previstas no âmbito do mesmo e que devem considerar atividades de promoção, prevenção e assistência em saúde, podendo compreender, entre outras, são consideradas diretrizes para atuação profissional, EXCETO:

- A) Promoção da saúde mental.
- B) Promoção da alimentação saudável.
- C) Inclusão de temáticas de educação em saúde no projeto político pedagógico das escolas.
- D) Avaliação clínica.
- E) Atividade física e saúde.

26. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) De acordo com a PORTARIA GM/MS Nº 1.862, de 10 DE agosto de 2021, a qual institui A Estratégia Nacional para Prevenção e Atenção à Obesidade Infantil - Proteja. Assinale a ÚNICA ALTERNATIVA CORRETA, quanto aos princípios dela.

- A) a garantia do direito universal e integral à saúde materna e infantil.
- B) a garantia da proteção aos direitos dos jovens adolescentes.
- C) a observância dos determinantes sociais e a natureza multifatorial e intersetorial das ações voltadas à prevenção e atenção à obesidade infantil.
- D) a garantia do direito universal e integral à saúde infantil.
- E) a garantia da proteção aos direitos à saúde materna.

27. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) Ainda sobre a Estratégia Nacional para Prevenção e Atenção à Obesidade Infantil - Proteja, assinale a alternativa incorreta sobre os seus objetivos:

- A) apoiar, fortalecer e articular as iniciativas de prevenção e atenção à obesidade infantil nos estados, municípios e Distrito Federal.
- B) propor e aprimorar ações baseadas em evidências científicas para a prevenção, a atenção e o cuidado voltados à obesidade infantil na Atenção Primária à Saúde.
- C) fortalecer a atuação intersetorial integrada, buscando parcerias que propiciem o desenvolvimento das ações de promoção da saúde.
- D) contribuir com a estruturação do mapeamento de ações efetivas e inovadoras para a prevenção e atenção à obesidade infantil voltadas a indivíduos.

E) qualificar a atenção e o cuidado às crianças com sobrepeso e obesidade no escopo da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), da Política Nacional de Atenção Básica (PNAB) e da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Criança (PNAISC).

28. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) Segundo os Cadernos de Atenção Básica Nº35, abordando sobre “Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica”, no item Padrões necessários à educação para o autocuidado, são consideradas sete padrões necessário, EXCETO:

- A) alimentação saudável e monitoramento.
- B) alimentação saudável e atividade física.
- C) enfrentamento saudável e resolução de problemas.
- D) Atividade física e enfrentamento saudável.
- E) redução de riscos e melhora da qualidade de vida

29. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) Segundo os Cadernos de Atenção Básica Nº35, abordando sobre “Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica”, no item Atividade física e práticas corporais, a compreensão sobre as diferenças conceituais a respeito do movimento corporal é importante para os profissionais de Saúde refletirem sobre quais estratégias e abordagens de cuidado adotarão em suas práticas, em um campo que, historicamente, por influência dos programas de “prevenção de doenças” e “promoção da saúde”, a abordagem dos profissionais se limitava a “receitar” um conjunto de atividades físicas. O olhar limitado apenas à necessidade de ampliar o nível de atividade física desconsidera o sujeito em sua subjetividade, o que diminui a “adesão” do usuário em promover mudanças de estilo de vida e a adotar hábitos mais saudáveis, só assim a partir dos conceitos apresentados, os profissionais de Saúde podem adotar estratégias dialógicas no intuito de:

- A) levantar histórico de atividade física/práticas corporais realizadas pelo usuário, principalmente no último ano;
- B) levantar histórico de atividade física/práticas corporais realizadas pelo usuário, principalmente nos últimos dois anos;
- C) levantar histórico de atividade física/práticas corporais realizadas pelo usuário, principalmente nos últimos três anos;
- D) levantar histórico de atividade física/práticas corporais realizadas pelo usuário, principalmente nos últimos quatro anos;
- E) levantar histórico de atividade física/práticas corporais realizadas pelo usuário, principalmente nos últimos cinco anos;



30. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) “O envelhecimento saudável pode ser uma realidade para todos. Ele demandará uma troca de foco de se ter o envelhecimento saudável como a ausência de doença para a promoção da habilidade funcional que permite à pessoa idosa ser e fazer aquilo que valoriza. Serão necessárias ações de melhoria do envelhecimento saudável em múltiplos níveis e em múltiplos setores, de modo a prevenir doenças, promover a saúde, manter a capacidade intrínseca e viabilizar a habilidade funcional” (Organização Pan-Americana da Saúde, 2020, p. 3). Em seguida, assinale a alternativa que representa a sequência CORRETA, sobre os Domínios-chave da capacidade intrínseca:

- A) capacidade locomotriz, vitalidade, capacidade auditiva, capacidade visual, capacidade cognitiva, capacidade psicológica.
- B) capacidade locomotriz, vitalidade, capacidade auditiva, capacidade visual, capacidade cognitiva, capacidade psicológica e capacidade mental.
- C) capacidade locomotriz, vitalidade, capacidade auditiva, capacidade visual, capacidade cognitiva, capacidade psicológica, capacidade mental e capacidade motora.
- D) Apenas B e C estão certas.
- E) Todas estão corretas.

31. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) A organização das redes de atenção básica à saúde (RAS) é definida como uma estratégia para um cuidado integral e direcionado às necessidades de saúde da população. Nessa perspectiva a atenção básica deve cumprir algumas funções para contribuir com o funcionamento das RAS, são elas:

- I. Ser a modalidade de atenção e de serviço de saúde com o mais elevado grau de descentralização e capilaridade, cuja participação no cuidado se faz sempre necessária;
 - II. Identificar riscos, necessidades e demandas de saúde, utilizando e articulando diferentes tecnologias de cuidado individual e coletivo, por meio de uma clínica ampliada capaz de construir vínculos positivos e intervenções clínica e sanitariamente efetivas, na perspectiva de ampliação dos graus de autonomia dos indivíduos e grupos sociais;
 - III. Elaborar, acompanhar e gerir projetos terapêuticos singulares, bem como acompanhar e organizar o fluxo dos usuários entre os pontos de atenção das RAS;
 - IV. Reconhecer as necessidades de saúde da população sob sua responsabilidade, organizando-as em relação aos outros pontos de atenção, contribuindo para que a programação dos serviços de saúde parta das necessidades de saúde dos usuários.
- A) As alternativas I, II e III estão corretas
 - B) Apenas a alternativa II está correta

- C) As alternativas I e II estão corretas
- D) Todas as alternativas estão corretas
- E) Apenas a alternativa IV está correta

32. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) Em janeiro de 2022, a Portaria nº 15 do Ministério da Saúde/Secretaria de Atenção Especializada à Saúde incluiu novas atribuições e remodelou as existentes para o trabalho dos profissionais de educação física na Atenção Primária à Saúde (APS). Agora, a Classificação Brasileira de Ocupações (CBO) dessa categoria profissional foi atualizada pelo Ministério da Saúde, e esses trabalhadores já podem exercer e registrar as novas funções. Sobre as novas funções do profissional de educação física marque a alternativa incorreta.

- A) Práticas expressivas e comunicativas em Centro de Atenção Psicossocial;
- B) Ações de redução de danos;
- C) Ações de reabilitação psicossocial, incluindo procedimentos terapêuticos em geral;
- D) Acompanhamento de paciente em serviço residencial terapêutico;
- E) Vigilância da situação de saúde dos trabalhadores;

33. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) De acordo com o Guia de Atividade Física para a População Brasileira, a recomendação de quantidade de atividade física varia de acordo com a faixa etária. Sobre as recomendações marque a alternativa correta.

- A) Crianças de até 1 ano - 60 minutos por dia de barriga para baixo (posição de bruços)
- B) Crianças de 1 a 2 ano - 3 horas por dia de atividades físicas de intensidade leve ou moderada
- C) Crianças de 3 a 5 anos - 3 horas por dia de atividades físicas de qualquer intensidade, sendo, no mínimo, 1 hora de intensidade de moderada a vigorosa
- D) Crianças e jovens de 5 a 17 anos 60 minutos ou mais de atividade física por dia, de preferência aquelas de intensidade leves. Como parte desses 60 minutos ou mais por dia, devem estar incluídos, em pelo menos 3 dias na semana, atividades de fortalecimento dos músculos e ossos.
- E) Todas as alternativas estão corretas

34. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) Sobre as recomendações de quantidade de atividade física para adultos marque a alternativa correta:

- A) Se forem realizadas atividades físicas moderadas, deve-se praticar, no mínimo, 150 minutos de atividade física por semana.



- B) Se forem realizadas atividades física vigorosas, deve-se praticar, no mínimo, 75 minutos de atividade física por semana
- C) Como parte dessas atividades físicas semanais, em pelo menos 2 dias na semana, inclua atividades de fortalecimento dos músculos e ossos, como saltar, puxar, empurrar ou praticar esportes.
- D) Recomenda-se diminuir o tempo sentado ou deitado assistindo à televisão, usando o celular, tablet ou computador. Para as pessoas que passam muito tempo sentadas ao longo do dia, é necessário compensar esse comportamento incluindo mais tempo de atividade física no seu dia a dia.
- E) Todas as alternativas estão corretas

35. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) Conforme o Guia de Atividade Física para a População Brasileira. Atividade física é definida como movimentos voluntários do corpo, com gasto de energia acima dos níveis de repouso, promovendo interações sociais e com o ambiente, podendo acontecer no tempo livre, no deslocamento, no trabalho ou estudo e nas tarefas domésticas. São exemplos de atividades físicas: brincadeiras, jogos, prática corporais, caminhar, correr, pedalar, brincar, praticar esportes, fazer ginástica, entre outros. Sobre os domínios nos quais as atividades físicas acontecem são definidos e detalhados marque a alternativa incorreta.

- A) A atividade física no tempo livre é feita no tempo disponível ou em momentos de lazer, baseada em preferências e oportunidades.
- B) A atividade física no deslocamento é feita como forma de deslocamento ativo para ir de um lugar a outro. Alguns exemplos são: caminhar, manejar a cadeira de rodas, pedalar, remar, patinar, andar a cavalo, de skate ou de patinete (sem motor), entre outras.
- C) A atividade física no trabalho ou estudo é feita no trabalho (remunerado ou não) e em atividades educacionais, para desempenhar suas funções laborais ou estudo, aplicável apenas para adultos.
- D) A atividade física nas tarefas domésticas é feita nas tarefas domésticas para o cuidado do lar e da família. Alguns exemplos são: ajudar a cuidar das plantas; passear com ou animal de estimação ou dar banho nele, ajudar na organização da casa, entre outras.
- E) Todas as alternativas estão incorretas

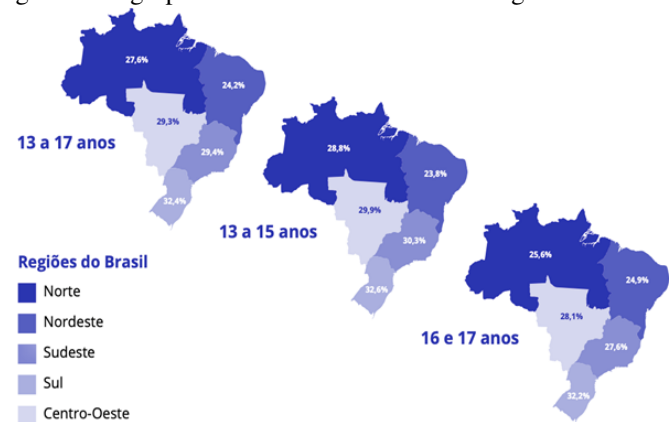
36. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) Sobre o tempo em atividades sedentárias em crianças e adolescentes marque a alternativa CORRETA:

- A) As crianças de até 1 ano não devem passar nenhum tempo em atividades sedentárias em frente às telas (longos períodos sentados com a utilização de celulares, tablets, televisão, computadores ou vídeo-games).

- B) Para as crianças de 1 a 5 anos, o tempo dedicado à essas atividades sedentárias deve ser de, no máximo, 2 horas por dia.
- C) Para as crianças e jovens de 6 a 17 anos, o tempo dedicado à essas atividades sedentárias deve ser de, no máximo, 3 horas por dia
- D) Para as crianças e adolescentes que são fisicamente ativas não há limite de tempo para atividades sedentárias
- E) Todas as alternativas estão corretas

37. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) Com base na figura abaixo, que apresenta o percentual de escolares de 13 a 17 anos que fizeram 300 minutos ou mais de atividade física acumulada nos sete dias anteriores à pesquisa segundo os grupos de idade e as Grandes Regiões - (PENSE,2019), marque a alternativa INCORRETA:

Figura 1: Percentual de escolares de 13 a 17 anos que fizeram 300 minutos ou mais de atividade física acumulada nos sete dias anteriores à pesquisa, segundo os grupos de idade e as Grandes Regiões - 2019



- A) A região que teve mais escolares ativos no Brasil em 2019 é a região Sul
- B) A região Norte é a região mais fisicamente ativa na faixa etária de 13 aos 15 anos
- C) Em todas as faixas etárias a região Nordeste apresenta o menor percentual de atividade física acumulada
- D) A região Sudeste é a segunda mais ativa na faixa etária de 13 a 15 anos
- E) A região Centro-Oeste é a segunda mais ativa na faixa etária de 16 a 17 anos

38. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) As redes de serviços integrais e integrados são uma das principais expressões operativas do enfoque da Atenção Primária à Saúde no que se refere à prestação de serviços da saúde, contribuindo a efetivarem-se seus atributos, entre eles a cobertura e o acesso universal; o primeiro contato; a atenção integral, integrada e contínua; o cuidado apropriado; a organização e a gerência ótimas; a ação intersetorial (OPAS; OMS, 2007). Sobre os atributos das RAS marque a alternativa INCORRETA.

- A) Financiamento bipartite, garantido e suficiente, alinhado com as metas da rede.
- B) Serviços de Atenção Primária em Saúde estruturados como primeiro nível de atenção e porta de entrada ao sistema, constituídos de equipe multidisciplinar que cobre a população, integrando, coordenando o cuidado e atendendo às suas necessidades de saúde.
- C) Prestação de serviços especializados em lugar adequado.
- D) Existência de mecanismos de coordenação, continuidade do cuidado e integração assistencial por todo o contínuo da atenção.
- E) Atenção à Saúde centrada no indivíduo, na família e na comunidade, tendo em conta as particularidades culturais, gênero, assim como a diversidade da população.

39. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) O cuidado da pessoa com doenças crônicas pelo PEF é um desafio complexo, principalmente pela quantidade de fatores e atores que fazem parte desse sistema. Em 1992, Dahlgren e Whitehead sistematizaram o conjunto de determinações do processo saúde/doença ou saúde/adoecimento a partir do paradigma da promoção da saúde e, no caso brasileiro, associada à perspectiva da mudança social (BUSS apud CZERESNIA; FREITAS, 2003) e da redução das iniquidades (Figura 2). Sobre os determinantes sociais do processo saúde/doença marque a alternativa INCORRETA.



Fonte:(DAHLGREN; WHITEHEAD, 1992)

- A) Os determinantes distais são as condições socioeconômicas, culturais e ambientais em que as pessoas, suas famílias e as redes sociais estão inseridas, são o desenvolvimento e a riqueza de um país, uma região ou um município, e a forma

como essa riqueza é distribuída, resultando em distintas condições de vida de uma dada população.

- B) Os determinantes intermediários são representados pelas condições de vida e de trabalho, o acesso à alimentação, à Educação, à produção cultural, ao emprego, à habitação, ao saneamento e aos serviços de Saúde (e a forma como se organizam).
- C) Os determinantes proximais são aqueles relacionados às características dos indivíduos, que exercem influência sobre seu potencial, sua condição de saúde (idade, sexo, herança genética) e suas relações, formais e informais, de confiança, de cooperação, de apoio nas famílias, na vizinhança e nas redes de apoio, onde acontecem as decisões dos comportamentos e estilos de vida, determinados socialmente pela interação de todos os níveis aqui apresentados.
- D) Do ponto de vista das intervenções no âmbito dos serviços locais de Saúde, deve-se incidir sobre a forma como os determinantes sociais produzem as iniquidades em Saúde, reduzindo-as e buscando melhorar sistematicamente o resultado nas condições de vida das pessoas. As intervenções recomendadas aos serviços de Saúde para os distintos níveis de determinação, principalmente os proximais e os intermediários, deverão se fundamentar na efetividade das práticas que irão produzir a redução das iniquidades e os melhores resultados de saúde na população.
- E) Todas as alternativas estão corretas

40. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2023) No âmbito escolar e do Programa Saúde na Escola, há estratégias que podem ajudar a construir uma adesão à prática de atividade física pelos escolares. Sobre as estratégias do PSE marque a alternativa INCORRETA.

- A) Incentivar o suporte social e as trocas intergeracionais, engajando pais, avós ou pessoas de referência na elaboração de atividade física.
- B) Promover a interlocução entre as disciplinas, fazendo com que o tema da atividade física ligado à promoção da saúde seja recorrente nas disciplinas.
- C) A Educação Física deve ser a disciplina central para que a promoção da atividade física em conteúdos de educação em saúde.
- D) Reconhecer que a Educação Física é parte importante das políticas de educação e saúde, e que ela contribui para a saúde, a qualidade de vida e o desenvolvimento humano e social dos estudantes.
- E) Articular a prática de atividade física com os demais fatores de proteção da saúde, como alimentação saudável, o não uso de bebidas alcoólicas e tabaco, prevenção das violências, entre outros.