



CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

NUTRIÇÃO

21. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2024) Fornecer ao indivíduo com diabetes ferramentas práticas para o desenvolvimento de padrões de alimentação saudável, visando a flexibilidade alimentar, ao invés de focar em nutrientes ou alimentos individuais são princípios da Diretriz Brasileira de Diabetes, desta forma, acerca da temática marque a alternativa correta em relação as recomendações para a prescrição de carboidratos para diabéticos (DM).

- A) Em pessoas com DM1, é recomendado que a quantidade de carboidratos seja a mesma para todos os pacientes, uma vez que há uma porcentagem ideal de calorias provenientes de carboidratos, em geral 40 a 60% do VET.
- B) Em pessoas com DM1, o método de contagem de carboidratos não é recomendado, pois no DM1 não há relação peculiar de cada pessoa.
- C) Em pessoas com DM2 e função renal preservada, é recomendado o consumo de proteínas entre 30 a 40% do valor energético total diário, podendo variar de 2,5 a 3 g/kg/dia.
- D) Em pessoas com pré-DM, o consumo de fibras (5 g ao dia) é recomendado por estar associado a menor risco de desenvolver DM2.
- E) Diversas abordagens nutricionais são capazes de melhorar o controle glicêmico dos pacientes com DM2. De uma forma geral, é recomendado que sigam uma dieta balanceada, com restrição de carboidratos simples ou refinados de rápida absorção.

22. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2024) A terapia nutricional é uma das partes mais desafiadoras do tratamento do Diabetes Mellitus tipo 1 e 2 (DM), com impacto decisivo na obtenção e na manutenção do controle glicêmico. Independente do tempo de diagnóstico da doença, a terapia nutricional deve fazer parte do tratamento do diabetes em todas as suas fases de tratamento. Leia as seguintes afirmativas e depois responda:

- I. Prescrição de poucos carboidratos (dieta low-carb) em pessoas com DM1, como ferramenta para controle glicêmico a longo prazo, pode ser considerada, já que tem evidências de eficácia e segurança.
- II. O consumo de alimentos de baixo índice glicêmico (IG) pode ser considerado para reduzir a glicemia pós-prandial, por indivíduos com DM1.
- III. A utilização de fórmulas nutricionais especializadas para diabetes (oral ou enteral) pode ser considerada como adjuvantes para melhora do controle glicêmico em pessoas com DM2.

IV. O uso de suplementos nutricionais como substitutos total de refeições pode ser considerado como estratégia nutricional para redução de peso em pessoas com pré-diabetes que estejam com sobrepeso/obesidade.

É correto o que se afirma em:

- A) I e II
- B) I, II e IV
- C) II e III
- D) I, III, IV
- E) I, II, III, IV

23. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2024) Nas Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial (2020) sobre o tratamento não medicamentoso (TNM), discutem-se as evidências que embasam as condutas recomendadas sobre tabagismo, padrão alimentar, sódio, potássio, laticínios, chocolate e produtos com cacau, vitamina D, suplementos e substitutos, perda de peso, consumo de bebidas alcoólicas, atividade e exercício físicos, respiração lenta, controle de estresse, espiritualidade e religiosidade. Acerca do tema, marque a alternativa correta sobre as condutas recomendadas na diretriz supracitada.

- A) A ingestão recomendada de sódio para indivíduos hipertensos e para a população em geral é até 2 g/dia.
- B) Recomenda-se que o consumo de café não exceda quantidades baixas a moderadas (> 300 mg de cafeína, aproximadamente 4 canecas/dia).
- C) Recomenda-se a perda ponderal de peso, pois reduz a pressão arterial (PA), e deve alcançar o peso corporal desejável, caso contrário não há redução da PA.
- D) A espiritualidade está associada aos aspectos psicológicos e sociais, e não possibilita o aumento da pressão arterial, por isso não é colocada no centro da atenção e do tratamento.
- E) Há relação linear entre consumo de bebidas alcoólicas e PA, e o consumo abusivo está associado a maior prevalência de hipotensão.

24. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2024) A biodisponibilidade dos nutrientes provenientes da dieta e de suplementos alimentares é influenciada por vários fatores, incluindo o estado nutricional, saúde e estágio de vida do indivíduo. Os fatores relacionados à dieta que afetam a biodisponibilidade dos nutrientes incluem a sua forma química, as interações entre os nutrientes e outros componentes dos alimentos e o processamento do alimento. Considerando esse contexto, avalie as seguintes asserções e a relação proposta entre elas:



I. O ácido ascórbico é encontrado em frutas como goiaba, limão e laranja, sendo importante na absorção de nutrientes.

### PORQUE

II. Estimula a absorção de ferro no organismo, convertendo o ferro ferroso em ferro férrico.

**A respeito dessas asserções, assinale a opção correta.**

- A) As asserções I e II são proposições verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.
- B) As asserções I e II são proposições falsas.
- C) A asserção I é uma proposição verdadeira, e a II é uma proposição falsa.
- D) As asserções I e II são proposições verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.
- E) A asserção II é uma proposição verdadeira, e a I é uma proposição falsa.

**25. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2024) A Alimentação Cardioprotetora foi elaborada a partir de recomendações nutricionais descritas nas Diretrizes Brasileiras direcionadas para o tratamento e controle das doenças cardiovasculares (DCV) e seus fatores de risco. Entre as doenças que podem ser beneficiadas com a alimentação cardioprotetora, destacam-se:**

- A) Diabetes mellitus tipo 2; Hipertensão Arterial Sistêmica; Obesidade; Dislipidemias.
- B) Diabetes mellitus tipo 1 e tipo 2; Dislipidemias; Insuficiência Cardíaca; Arritmias.
- C) Diabetes mellitus tipo 2; Obesidade; Arritmias; Hipertrigliceridemia.
- D) Hipertensão Arterial Sistêmica; Obesidade; Dislipidemias; Diabetes mellitus tipo 2; Doença renal
- E) Hipertensão Arterial Sistêmica; Obesidade; Dislipidemias; Diabetes mellitus tipo 2; Osteoporose.

**26. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2024) A atenção às pessoas com sobrepeso e obesidade, no âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS) do Sistema Único de Saúde (SUS), deve ter como bases de sustentação a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (BRASIL, 2013), a Política Nacional de Promoção da Saúde, a Política Nacional de Atenção Básica, as normas e diretrizes para implementação da Linha Cuidado para Obesidade e os manuais, protocolos e instrutivos de cuidado. Nesse sentido, podem ser considerados eixos estratégicos para a implementação da atenção voltada aos indivíduos com obesidade na Atenção Primária:**

- A) Organização das ações e serviços da Rede de Atenção; Vigilância Alimentar e Nutricional; Formação e educação permanente.
- B) Organização do processo de trabalho; Avaliação da disponibilidade de infraestrutura física; Formação e educação permanente; Vigilância Alimentar e Nutricional.
- C) Organização da Linha de Cuidado do Sobrepeso e Obesidade; Articulação dos municípios na região de saúde para a organização e o funcionamento das ações e serviços; Vagas e exames na Rede de Atenção à Saúde.
- D) Disponibilização dos serviços de referência; Disponibilização e regulação de consultas; Formação e educação permanente.
- E) Organização da Linha de Cuidado do Sobrepeso e Obesidade; Vigilância Alimentar e Nutricional.

**27. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2024) Assinale a alternativa que melhor represente alguns dos nove princípios para ações de Educação de Alimentação e Nutrição:**

- A) Sistema alimentar e sua integralidade; Participação ativa e informada dos sujeitos; Planejamento, avaliação e monitoramento.
- B) Diversidade de cenários de prática; Intersetorialidade; Hábitos alimentares saudáveis.
- C) Diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais; Emancipatória, transdisciplinar; Multissetorial; Multiprofissional.
- D) Prática contínua e permanente; Promoção de autocuidado; Abordagens e recursos educacionais problematizadores.
- E) Sustentabilidade social, ambiental e econômica; Valorização da cultura alimentar local; Direito à alimentação adequada.

**28. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2024) Considerando os múltiplos determinantes das práticas alimentares e, a complexidade e os desafios que envolvem a conformação dos sistemas alimentares atuais. Acerca das práticas alimentares em todos os ciclos de vida leia as seguintes afirmativas e responda:**

- I. Beterraba, melancia e tomate são alimentos ricos em vitamina A associados à prevenção de xerofthalmia.
- II. Alimento como cenoura pode-se encontrar apenas vitamina C, B12 e E associadas a prevenção de infecções.
- III. A obesidade androide, situação que representa o excesso de gordura abdominal, representa risco à saúde do indivíduo.



IV. O aumento da concentração de vitamina A no leite materno é atingido exclusivamente via suplementação vitamínica da mãe, uma vez que apenas a adoção de dieta com alimentos ricos em vitamina A é insuficiente para aumentar a disponibilidade desse nutriente no leite materno.

V. No Brasil, a iodação do sal para consumo humano, apesar de ser facultativa, está entre as ações para o controle dos distúrbios por deficiência de iodo.

**É correto o que se afirma em:**

- A) II e III.
- B) I, III e V.
- C) II, III e V.
- D) I, III e IV.
- E) I, II, III, IV, V.

**29. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2024) O manejo nutricional da intolerância à lactose é fundamental para:**

- A) garantir que seus pacientes mantenham uma dieta equilibrada e saudável, mesmo diante das restrições alimentares.
- B) encontrar estratégias práticas.
- C) embasar evidências que podem ser aplicadas ao dia a dia do atendimento nutricional.
- D) focar na qualidade de vida e individualidade de cada paciente.
- E) minimizar os sintomas e melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

**30. (RESIDÊNCIA/URCA 01/2024) O equilíbrio da saúde nos primeiros anos de vida é essencial para o desenvolvimento de um ser humano saudável, acerca deste tema marque a alternativa correta:**

- A) Além da parte da construção física e cognitiva, vitaminas e minerais podem ajudar a fortalecer o sistema imunológico, limitando-se à essas funções.
- B) Vitaminas e minerais têm função na construção física e cognitiva, e podem ajudar a fortalecer o sistema imunológico, aumentando a resistência à infecções e diminuindo o risco de enfermidades.
- C) A suplementação preventiva é essencial.
- D) As fórmulas infantis são saborosas, isentas de açúcar e adoçantes artificiais.
- E) As fórmulas infantis contêm adoçantes naturais, aromas naturais, conservantes naturais, antioxidantes naturais, substâncias não cariogênicas.