MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
EMPRESA BRASILEIRA DE SERVIÇOS HOSPITALARES
EXAME NACIONAL DE RESIDÊNCIA

T1089016N

EXAME NACIONAL DE RESIDÊNCIA
EDITAL Nº 2/2021 - RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL E EM ÁREA PROFISSIONAL DA SAÚDE UNIPROFISSIONAL E MULTIPROFISSIONAL 2021/2022

EDUCAÇÃO FÍSICA

NOME DO CANDIDATO

INSCRIÇÃO

Nível
SUPERIOR

PROVA

01

Lembre-se de marcar o número acima na folha de respostas!

EBSERH
HOSPITAIS UNIVERSITÁRIOS FEDERAIS

Fraudar ou tentar fraudar Concursos Públicos é Crime! Previsto no art. 311 - A do Código Penal

Sobre o material recebido pelo candidato

- ✓ Além deste Caderno de Questões, com **sessenta questões objetivas,** você receberá do fiscal de sala a Folha de Respostas.
- ✓ Confira seu nome, o número do seu documento e o número de sua inscrição em todos os documentos entregues pelo fiscal. Além disso, não se esqueça de conferir seu Caderno de Questões quanto a falhas de impressão e de numeração e se a profissão corresponde àquela para a qual você se inscreveu.
- ✓ O não cumprimento a qualquer uma das determinações constantes em Edital, no presente Caderno ou na Folha de Respostas incorrerá na eliminação do candidato.

Sobre o material a ser devolvido pelo candidato

- ✓ O único documento válido para avaliação é a Folha de Respostas.
- ✓ Na Folha de Respostas, preencha os campos destinados à assinatura e ao número de inscrição. As respostas às questões objetivas devem ser preenchidas da seguinte maneira: ●
- ✓ Na Folha de Respostas, só é permitido o uso de caneta esferográfica transparente de cor azul ou preta. Esse documento deve ser devolvido ao fiscal na saída, devidamente preenchido e assinado.

Sobre a duração do exame e a permanência na sala

- ✓ O prazo de realização do exame é de 4 horas, incluindo a marcação da Folha de Respostas.
- ✓ Após 60 (sessenta) minutos do início do exame, o candidato estará liberado para utilizar o sanitário ou deixar definitivamente o local de aplicação, não podendo, no entanto, levar o Caderno de Questões e nenhum tipo de anotação de suas respostas.
- ✓ O candidato poderá levar consigo o Caderno de Questões somente se aguardar em sala até o término do prazo de realização do exame estabelecido em edital.
- ✓ Os três últimos candidatos só poderão retirar-se da sala juntos, após assinatura do Termo de Fechamento do Envelope de Retorno.

Sobre a divulgação dos Cadernos de Questões e dos Gabaritos

- ✓ Os Cadernos de Questões e os Gabaritos Preliminares estarão disponíveis no site do **Enare** no endereço eletrônico **https://enare.ebserh.gov.br,** conforme previsto em Edital.

Competências (conhecimentos, habilidades, atitudes) Comuns

1

Considerando o contexto da história das políticas de saúde no Brasil, assinale a alternativa que apresenta características pertinentes ao período que corresponde ao final do império e à primeira república.

(A) Foi um período baseado no autoritarismo e privatização dos recursos de saúde, visando principalmente fortalecer os moldes capitalistas.
(B) Teve como momento marcante a criação do INPS em 1946, para racionalização administrativa da assistência médica e cobertura previdenciária.
(C) Nesse período, havia privilegiamento da prática médica individual, assistencialista e especializada em detrimento às ações de saúde pública que ocorreram a partir de 1974.
(D) Foi um período apoiado no desenvolvimento de terceirização da prestação de serviços médicos devido à incapacidade da rede própria do Estado em fornecer assistência adequada à saúde.
(E) Nesse período, os serviços médicos hospitalares estavam nas mãos de entidades filantrópicas, como as Santas Casas, que tinham hospitais em diversas cidades.

2

Na composição originária do movimento sanitário no Brasil, podem ser identificadas três vertentes principais, sendo que a primeira vertente, caracterizada por difundir a teoria da medicina social, é constituída por

(A) médicos residentes e renovação estudantil.
(B) movimento estudantil e centro brasileiro de estudos de saúde.
(C) profissionais da área de saúde coletiva e academia.
(D) união nacional de estudantes e movimento Brasil livre.
(E) liga acadêmica de saúde e movimento liberal estudantil.

3

É possível afirmar que os principais desdobramentos da oitava Conferência Nacional de Saúde foram a constituição da Comissão Nacional da Reforma Sanitária (CNRS) e a conformação do(a)

(A) Plenária Nacional de Saúde.
(B) Pacto pela Saúde.
(C) Constituição Federal de 1986.
(D) Norma Operacional de Saúde.
(E) Aliança Democrática em Saúde.

4

O arranjo institucional do SUS prevê uma série de instâncias de negociação e estabelecimento de pactos, envolvendo diferentes níveis gestores do sistema e diversos segmentos da sociedade. Tal arranjo permite que vários atores – mesmo os não diretamente responsáveis pelo desempenho de funções típicas da gestão dos sistemas – participem do processo decisório sobre a política de saúde. Assim, é possível afirmar que, na estrutura decisória e institucional do SUS, a representação dos gestores na esfera MUNICIPAL se dá por meio do(a)

(A) Conass.
(B) Comissão Bipartite.
(C) Comam.
(D) Cosems.
(E) Comissão Tripartite.

5

As bases legais sobre a participação social no SUS foram promulgadas em 1990 na Lei Orgânica da Saúde (LOS). É importante registrar que a LOS foi editada após importantes vetos do governo em uma atmosfera muito nebulosa quanto à efetivação das conquistas constitucionais. A lei n° 8.080/90 reafirma, no seu artigo 7°, a participação social como um princípio para o SUS e a lei n° 8.142/90, no seu artigo 1°, define que

(A) o orçamento da seguridade social destinará ao Sistema Único de Saúde (SUS), de acordo com a receita estimada, os recursos necessários à realização de suas finalidades.
(B) as ações e serviços públicos de saúde e os serviços privados contratados ou conveniados que integram o Sistema Único de Saúde (SUS) sejam deliberados pelo conselho social de saúde.
(C) a formulação da política de medicamentos, equipamentos, imunobiológicos e outros insumos de interesse para a saúde e a participação na sua produção fique a cargo do conselho nacional de saúde.
(D) sem prejuízo das funções do poder legislativo, sejam criados os conselhos e as conferências de saúde como forma de instituição de participação da comunidade na gestão do SUS.
(E) a assistência às pessoas, por intermédio de ações de promoção, proteção e recuperação da saúde, seja realizada sob fiscalização dos respectivos conselhos de saúde.

6

Os gestores de uma região de saúde realizaram planejamento regional integrado para a elaboração do contrato organizativo da ação pública, que tem a função de definir entre os entes federativos as suas responsabilidades no SUS, sendo um instrumento

(A) jurídico que explicita os compromissos pactuados em cada região de saúde.
(B) de hierarquização dos prestadores de saúde conveniados ao SUS.
(C) de coleta de dados para o planejamento local de saúde.
(D) para capacitação dos entes federativos na organização da atenção básica.
(E) de alocação de recursos centralizado na esfera federal de Governo.

7

Os acadêmicos da residência multiprofissional realizaram, junto aos profissionais das regionais de saúde, um evento para capacitar secretários municipais de saúde sobre o processo de regionalização e explicaram que a regionalização em saúde tem como finalidade

(A) implantar políticas de saúde inclusivas e garantir ambiente acolhedor nas unidades de saúde.
(B) conduzir a implantação dos modelos de atenção em saúde mais adequados à realidade da população.
(C) organizar os serviços de saúde em cada região, para que as pessoas possam ter acesso a todos os tipos de atendimento ofertados.
(D) estratificar os níveis de atenção em saúde para garantir principalmente as ações de atenção primária em saúde em cada região.
(E) delimitar as regiões de saúde para garantir o acesso aos serviços de saúde à população com baixa renda.

8

Atravessamos uma crise sem precedentes na história do Sistema Único de Saúde. Para além dos tantos desafios enfrentados no cotidiano, com a pandemia da covid-19 a situação se agrava, acarretando sobrecarga ainda maior para o sistema de saúde, concretizando a urgência de uma organização do serviço em Redes de Atenção à Saúde (RAS). Assim, como uma das características das RAS, tem-se

(A) que o conhecimento e a ação clínica são concentrados nos profissionais, principalmente médicos.
(B) o aumenta à ênfase nas ações de saúde curativas e que visam à reabilitação.
(C) que os serviços especializados devem ser desconcentrados para garantir igualdade.
(D) que a forma de reação do sistema à demanda é reativa e episódica.
(E) que a coordenação da atenção se dá por meio da atenção primária em saúde.

9

A queda dos indicadores de incidência, mortalidade e ocupação de leitos de UTI, decorrentes da pandemia da Covid-19, vem configurando um cenário que pode ser resultado do avanço da campanha de vacinação que ocorre no país. Com base no exposto e considerando os conceitos da epidemiologia, qual alternativa refere-se à definição de incidência?

(A) Possibilidade de adoecimento por determinado agente, fator de risco ou conjunto de causas.
(B) Frequência com que surgem novos casos de uma doença em um intervalo de tempo.
(C) Número de casos existentes de uma doença em um dado momento.
(D) Taxa de portadores de determinada doença em relação à população susceptível.
(E) Relação entre frequências atribuídas de determinado evento, sendo que, no numerador, é registrada a frequência absoluta do evento.

10

Os anos de 2020/2021 foram marcados pela Emergência em Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) decorrente da pandemia de Coronavírus. Nesse contexto, para o enfrentamento das emergências em saúde pública nas diferentes esferas de gestão, o sistema de saúde conta com uma rede integrada de unidades de alerta e resposta, denominada rede

(A) Cievs.
(B) Sinan.
(C) Sia-SUS.
(D) Rename.
(E) Renases.

11

São competências da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), EXCETO

(A) coordenar o Sistema Nacional de Vigilância Sanitária.
(B) gerenciar as Operadoras de Planos de Saúde e a capacidade de qualificação da própria função reguladora em consonância com os preceitos do SUS.
(C) estabelecer normas e padrões sobre limites de contaminantes, resíduos tóxicos, desinfetantes, metais pesados e outros que envolvam risco à saúde.
(D) conceder registros de produtos, segundo as normas de sua área de atuação.
(E) estabelecer normas, propor, acompanhar e executar as políticas, as diretrizes e as ações de vigilância sanitária.

12

Um grupo de profissionais de saúde, que trabalha em uma Equipe de Saúde da Família e utiliza o modelo explicativo e as ações propostas por Leavell e Clark sobre o potencial das ações no ambiente e nos estilos de vida na prevenção de doenças, sabe que, ao realizar as atividades propostas pela equipe de promoção em saúde, estas ocorrem no período de

(A) prevenção secundária.
(B) proteção específica.
(C) reabilitação.
(D) diagnóstico precoce.
(E) pré-patogênese.

13

A Política Nacional de Atenção Básica tem na Saúde da Família sua estratégia prioritária para expansão e consolidação da Atenção Básica, sendo uma de suas diretrizes

(A) a indivisibilidade do cuidado.
(B) o apoio ambulatorial.
(C) as ações solidárias.
(D) a população adscrita.
(E) a gestão de apoio à infraestrutura.

14

Os residentes, juntamente com os profissionais do pronto atendimento de um hospital universitário, realizaram um cronograma de atividades para os profissionais do setor, com enfoque na Educação Permanente, a qual

(A) é uma estratégia descontínua de capacitação com rupturas no tempo: com cursos periódicos sem sequência constante.
(B) representa uma continuidade do modelo escolar ou acadêmico, centralizado na atualização de conhecimentos.
(C) incorpora o ensino e o aprendizado à vida cotidiana das organizações e às práticas sociais e laborais.
(D) tem enfoque disciplinar, em ambiente didático e baseado em técnicas de transmissão de conhecimento.
(E) conceitua tecnicamente a prática enquanto campo de aplicação de conhecimentos especializados.

15

Uma equipe de saúde interdisciplinar desenvolve, em espaços de atenção à saúde mental, uma atuação integrada da equipe, valorizando outros aspectos além do diagnóstico psiquiátrico e da medicação no tratamento dos usuários, que é definida, dentro da Política Nacional de Humanização, como

(A) projeto terapêutico singular.
(B) programa saúde para todos.
(C) ambiência.
(D) modelo de gestão em saúde mental.
(E) práticas integrativas de saúde coletiva.

16

A discriminação por orientação sexual e por identidade de gênero incide na determinação social da saúde, no processo de sofrimento e adoecimento decorrente do preconceito e do estigma social reservado às populações de lésbicas, gays, bissexuais, travestis e transexuais/outros. Assim, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), a Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais (Política Nacional de Saúde Integral LGBT) é instituída pela portaria n°

(A) 2.537/2003.
(B) 2.132/2006.
(C) 2.221/2008.
(D) 2.836/2011.
(E) 2.754/2015.

17

Ao realizar a avaliação normativa, ao verificarmos os recursos de uma intervenção, assim como sua organização para saber se os recursos serão suficientes para oferecer o leque completo de serviços prestados, faz-se uma apreciação de

(A) processo.
(B) resultado.
(C) satisfação.
(D) objetividade.
(E) estrutura.

18

A seguir, são citados alguns conceitos-chave da Classificação Internacional de Segurança do Paciente da Organização Mundial da Saúde. Assinale a alternativa que apresenta corretamente um desses conceitos.

(A) Dano – probabilidade de um incidente ocorrer.
(B) Incidente – comprometimento da estrutura ou função do corpo e/ou qualquer efeito dele oriundo.
(C) Circunstância Notificável – incidente que atingiu o paciente, mas não causou dano.
(D) Evento Adverso – incidente que resulta em dano ao paciente.
(E) Risco – evento ou circunstância que poderia ter resultado, ou resultou, em dano desnecessário ao paciente.

19

O termo "modelo assistencial" é utilizado com diversas variações terminológicas. Uma delas, utilizada por Merhy, é a denominação de "modelo tecnoassistencial" que por sua vez, designa um processo composto por "tecnologias do trabalho em saúde" e a assistência, como uma "tecnologia do cuidado", operada por três tipos de arranjos tecnológicos, sendo eles as tecnologias:

(A) leves, leve-duras e duras.
(B) compactas, estruturais e reclusas.
(C) construtivas, distributivas e analistas.
(D) primárias, secundárias e terciárias.
(E) rasas, intermediárias e terminais.

20

Maurício é residente em um hospital público e, na sua atuação profissional, sempre reconheceu seu dever em ajudar o outro, considerando que, maximizando o bem do outro, possivelmente reduziria o mal. Além disso, na sua atuação profissional, sempre foi comprometido a avaliar riscos e benefícios aos quais os seus clientes estão expostos ao se decidir por determinados procedimentos. Pode-se relacionar a atitude de Maurício ao que, em Bioética, se conhece por Princípio do(a)

(A) Indiligência.
(B) Autonomia.
(C) Equidade.
(D) Beneficência.
(E) Não maleficência.

Competências (Conhecimentos, habilidades, atitudes) Específicas

21

O aprimoramento do condicionamento físico pode ser adquirido por meio de diferentes modelos de treinamento, de acordo com o objetivo do aluno. Dentre esses modelos, existe a calistenia, que é um método de treino com exercícios que

(A) utilizam somente o próprio peso.
(B) utilizam halteres.
(C) utilizam barras.
(D) utilizam anilhas.
(E) utilizam aparelhos de musculação.

22

O treinamento no formato de circuito é caracterizado por uma sequencia de exercícios conhecido por estações. Em aulas ao ar livre, como também na academia, é comum esse sistema envolvendo exercícios de musculação, ginástica ou ergonomia. Pensando em um circuito contendo apenas exercícios de alta intensidade, quais são os sistemas energéticos utilizados durante o treinamento?

(A) Anaeróbio lático e alático.
(B) Anaeróbio lático e aeróbio.
(C) Anaeróbio alático, anaeróbio lático e aeróbio.
(D) Anaeróbio e ATP-CP.
(E) ATP-CP e aeróbio.

23

A antropometria que estuda as medidas e dimensões do nosso corpo é muito utilizada na classificação de indivíduos de acordo com sua morfologia. As variáveis de peso e estatura são utilizadas na determinação do IMC (índice de massa corpórea), já as medidas de percentual de gordura corporal podem ser aferidas de diversas formas, entre elas, as dobras cutâneas. De acordo com a fórmula de Jackson e Pollock (1978), quais são as sete dobras cutâneas utilizadas nessa equação?

(A) Tríceps, bíceps, subescapular, peitoral, axilar média, coxa e panturrilha.
(B) Tríceps, bíceps, subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca e glúteo.
(C) Subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca, abdominal, coxa e panturrilha.
(D) Tríceps, subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca, abdominal e coxa.
(E) Tríceps, bíceps, peitoral, axilar média, abdominal, coxa e panturrilha.

24

Ao final de uma sessão de treino, um aluno apresentou um mal estar, sentindo fraqueza e cansaço, necessitando que o professor realizasse o primeiro atendimento. Após a verificação dos sinais vitais, o professor observou que a pulsação do aluno apresentava bradisfigmia que significa:

(A) pulso acelerado.
(B) pulso com impressão de dois batimentos.
(C) pulso normal.
(D) pulso normocardíaco.
(E) pulso lento.

25

Após sofrer um acidente grave, um paciente permaneceu de cama durante um longo período de tempo. Esse período acamado trouxe ao paciente um diagnóstico de atrofia muscular e, após a alta, foi recomendado pelo médico o início de um programa de exercício físico específico para reverter essa situação. Pensando nesse cenário, assinale a alternativa que apresenta o melhor tipo de exercício físico para reverter essa atrofia muscular.

(A) Exercício aeróbio de alta intensidade.
(B) Exercício de alongamento.
(C) Exercício de musculação.
(D) Intervalado de corrida.
(E) Caminhada orientada.

26

Pensando no objetivo de um aluno que tem intenção de ganhar massa muscular nos membros superiores, quais dos seguintes exercícios podem ser prescritos pelo profissional de educação física para o desenvolvimento dessa musculatura?

(A) Desenvolvimento com halter, abdução de quadril e remada articulada.
(B) Afundo, extensão do quadril e flexão de braço.
(C) Elevação em barra, puxada de grande dorsal e afundo.
(D) Agachamento, elevação em barra e extensão do quadril.
(E) Supino, tríceps pulley e remada articulada.

27

A saúde mental tem merecido uma maior atenção, especialmente agora em tempos de pandemia. A população idosa é uma das mais afetadas por esses transtornos. Assim, quais das seguintes patologias estão relacionadas com distúrbios na saúde mental?

(A) Depressão e aterosclerose.
(B) Diabetes do tipo II e cardiopatia.
(C) Déficit cognitivo e obesidade.
(D) Autismo e depressão.
(E) Depressão e agorafobia.

28

O envelhecimento acarreta uma série de alterações em diversas características de um indivíduo. Essas modificações acontecem de forma ampla em variáveis distintas e acabam por determinar o indivíduo idoso. Diante do exposto, quais alterações no organismo resultam do processo de envelhecimento?

(A) Aumento da flexibilidade.
(B) Diminuição na mobilidade articular e aumento do risco de lesões.
(C) Aumento da atividade cardíaca (Número de batimentos cardíacos por minuto).
(D) Ganho de massa muscular.
(E) Aumento da taxa metabólica basal (TMB).

29

A composição corporal, segundo o Colégio Americano de Medicina Esportiva (ACMS), é a representação do peso corporal dividido em quantidade de gordura corporal e tecido isento de gordura. Existe também outra definição mais detalhada dessa divisão. Qual alternativa apresenta esses componentes?

(A) Massa gorda, massa óssea, massa isenta de gordura e massa residual.
(B) Massa magra, massa gorda, líquidos e minerais.
(C) Massa gorda, massa óssea e massa isenta de gordura.
(D) Massa gorda, massa muscular, pele e órgãos.
(E) Massa corporal, líquido corporal e minerais.

30

Você recebe na academia um idoso que foi diagnosticado com uma perda excessiva de massa muscular e as recomendações médicas são para que ele inicie um programa de treinamento tendo como principal objetivo o combate a essa perda. Segundo as características apontadas, trata-se de um idoso com

(A) osteoporose.
(B) síndrome de Burnout.
(C) dinapenia.
(D) doença de Alzheimer.
(E) sarcopenia.

31

Para avaliar a composição corporal, existem diferentes métodos. Em um deles, a avaliação é realizada por meio de raios X de dupla energia, quantificando a composição corporal por regiões do corpo. O enunciado refere-se a qual teste para avaliação da composição corporal?

(A) Protocolo de Dobras Cutâneas.
(B) Pesagem Hidrostática.
(C) DEXA.
(D) Índice de Massa Corporal.
(E) Impedância Bioelétrica.

32

O acúmulo de placas de gordura obstruindo o fluxo sanguíneo nas paredes arteriais é chamado de aterosclerose. Quando esse acúmulo das placas de gordura causa uma obstrução total das artérias ocorrem dois grandes eventos na região do coração, quais são eles?

(A) Broncodilatação e hipertensão.
(B) Arritmias e hipotensão.
(C) Angina e infarto agudo do miocárdio.
(D) Broncoconstrição e infarto do miocárdio.
(E) Angina e hipotensão.

33

A frequência cardíaca mede a velocidade dos batimentos do coração por minuto (BPM). Mesmo com uma série de interferências que alteram seus valores, a frequência cardíaca é bastante utilizada como parâmetro para a prescrição de treinamento. Pensando em um indivíduo de 27 anos que possui sua frequência cardíaca máxima de 193 BPM e sua frequência cardíaca basal (repouso) de 67 BPM, qual será sua frequência cardíaca de reserva?

(A) 220 BPM.
(B) 66 BPM.
(C) 166 BPM.
(D) 94 BPM.
(E) 126 BPM.

34

Após a realização de uma anamnese por um idoso que se apresentou para uma avaliação física em uma clínica de reabilitação, alguns itens no questionário chamaram a atenção do profissional de Educação Física que resolve questioná-lo. Ao perguntar sobre seu histórico familiar para os fatores de risco associados a doenças crônicas, o idoso responde que é sedentário e fuma há 15 anos. Ao final, o profissional deve fazer a classificação de risco para doenças crônicas de caráter metabólico, pulmonar e cardiovascular. No caso desse idoso, a classificação é de

(A) alto risco.
(B) nenhum risco.
(C) baixo risco.
(D) risco moderado.
(E) risco excessivo.

35

O IMC é uma ferramenta importante na determinação de padrões de massa corporal dos indivíduos sendo uma medida antropométrica amplamente conhecida e utilizada mundialmente por sua fácil mensuração (peso e estatura). Segundo a tabela de classificação da OMS (Organização Mundial da Saúde), assinale a alternativa que apresenta valores de um indivíduo classificado com obesidade grau I.

(A) 43.
(B) 33,1.
(C) 36,9.
(D) 18,7.
(E) 25,5.

36

Um indivíduo chega na academia em que você trabalha para realizar uma avaliação física que estava previamente agendada. Você o recepciona e leva-o para a sala onde será realizada a avaliação. A partir desse momento você realiza os seguintes procedimentos:

1. **Testes cardiovasculares.**
2. **Anamnese.**
3. **Aferição da pressão arterial e frequência cardíaca de repouso.**

Qual alternativa apresenta a sequência correta para a realização dos procedimentos citados?

(A) 2 – 3 – 1.
(B) 1 – 2 – 3.
(C) 3 – 1 – 2.
(D) 3 – 2 – 1.
(E) 2 – 1 – 3.

37

O treinamento físico é um importante aliado no combate à propagação da obesidade. O exercício aeróbio, quando utilizado como ferramenta para o tratamento da obesidade, provoca uma série de alterações metabólicas que são benéficas ao organismo. Assinale a alternativa que apresenta as alterações metabólicas causadas por esse modelo de treinamento.

(A) Aumenta a utilização de ácidos graxos e a densidade mitocondrial, e diminui a capacidade oxidativa.
(B) Diminui a utilização de ácidos graxos e a capacidade oxidativa, e aumenta a densidade mitocondrial.
(C) Aumenta a utilização de ácidos graxos, a densidade mitocondrial e a capacidade oxidativa.
(D) Diminui a utilização de ácidos graxos e densidade mitocondrial, e aumenta a capacidade oxidativa.
(E) Mantém a mesma utilização de ácidos graxos, de densidade mitocrondrial e de capacidade oxidativa apresentada em repouso.

38

Chegando no cardiologista, um individuo após ser questionado pelo médico se já havia feito esse teste antes, responde: "Sim doutor, fiz na esteira da academia". Porém existem diferenças entre o teste de esforço físico e o teste ergométrico. Em relação a tais diferenças, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. O teste de esforço físico apresenta informações sobre a saúde do coração do individuo avaliado.
II. O teste ergométrico só pode ser realizado por um médico, de preferência um cardiologista.
III. O teste ergométrico tem como objetivo avaliar a saúde do coração, detectando possíveis alterações em suas funções.
IV. O teste de esforço deve ser realizado exclusivamente por profissional de educação física.

(A) Apenas II, III e IV.
(B) Apenas III e IV.
(C) Apenas II e III.
(D) Apenas I e II.
(E) Apenas I e IV.

39

Quando iniciamos uma sessão de treinamento físico pensando nas alterações metabólicas do sistema cardiovascular, duas principais alterações decorrem durante esse evento. Quais são elas?

(A) Diminuição da resistência vascular periférica e da força de contração.
(B) Aumento da pressão arterial e diminuição do volume sanguíneo.
(C) Aumento do volume sanguíneo e do volume cardíaco.
(D) Aumento de débito cardíaco e redistribuição de fluxo sanguíneo.
(E) Diminuição da pressão arterial e do volume cardíaco.

40

Considerando um individuo que inicia um exercício intenso, qual é a principal fonte energética para que ocorra a contração muscular durante os primeiros 10 segundos dessa atividade física?

(A) Triglicerídeo disponível na corrente sanguínea.
(B) ATP já existente na célula muscular e a fosfocreatina.
(C) Glicose disponível no tecido adiposo.
(D) ATP produzido na fase aeróbica do exercício físico.
(E) Glicogênio disponível no músculo.

41

Existem quatro tipos de classificação de atividade física que podem ser realizadas nos domínios da vida de uma pessoa. Essa classificação retrata os momentos diários em que um indivíduo pode realizar atividade física. Quanto a essa classificação, assinale a alternativa correta.

(A) No seu tempo livre; quando o indivíduo se desloca; nas atividades do trabalho ou dos estudos; e nas tarefas domésticas.
(B) Leve, moderada, intensa e vigorosa.
(C) No deslocamento diário; nas atividades recreativas do dia a dia; na intensidade laboral; e durante o sono.
(D) Durante o lazer; no trabalho; na ludicidade e nos estudos.
(E) Durante a alimentação; na hora do sono; nas atividades domésticas intensas; e no deslocamento diário moderado.

42

A utilização adequada de instrumentos de avaliação da atividade física favorece uma intervenção mais precisa junto aos diferentes grupos populacionais. O questionário internacional de atividade física (IPAQ), o pedômetro e o acelerômetro são exemplos de instrumentos de avaliação em atividade física. Posto isso, assinale a alternativa correta a respeito da avaliação do nível de atividade física.

(A) A versão curta do questionário internacional de atividade física (IPAQ) é fidedigno para a mensuração dos níveis de atividade física das populações.
(B) O pedômetro possui um sensor (mola) que capta a oscilação do quadril gerada durante a caminhada (aceleração vertical) e converte-a em número de passos.
(C) O pedômetro avalia a atividade física populacional por meio de cálculos que envolvem número de passos e amplitude da passada, correlacionando com a frequência cardíaca e o dispêndio energético.
(D) Os níveis de atividade física podem ser medidos por um acelerômetro, que converte o número de passos durante a caminhada em virtude da aceleração do quadril.
(E) O pedômetro, o acelerômetro e o IPAQ são instrumentos de avaliação direta e objetiva sobre os níveis de atividade física.

43

A hipertensão arterial sistêmica é uma síndrome multicausal e multifatorial. É prevenção primária, ao ser intermediada por profissionais de educação física e uma equipe multidisciplinar, quando

(A) existe manutenção do peso corporal (IMC até 24,9 kg/m²); redução do consumo de sódio (menor que 2 g/dia); consumo moderado de álcool; dieta equilibrada; e mínimo 30 minutos de atividade física por dia, pelo menos 5 dias na semana.
(B) ocorre mudanças parciais no estilo de vida, com realização de 30 minutos de atividade física 3 vezes por semana; existe manutenção do IMC entre 25 e 29,9 kg/m²); havendo ainda a necessidade de ajustes na dieta e redução dos usos exagerados de álcool e tabaco.
(C) se realiza controle da dieta, com 0,75g de proteína por peso corporal, ingestão de sódio menor que 4,2 g/dia; manutenção do IMC menor que 34,9 kg/m²); realização de atividade física 7 vezes na semana, predominantemente aeróbia por 60 minutos.
(D) existe controle da pressão arterial em níveis considerados normais, sustentados pela inserção de atividades físicas regulares, havendo pouca necessidade de outras mudanças no estilo de vida, no que se refere a outros profissionais.
(E) ocorre manutenção do peso corporal com o IMC em até 14,9 kg/m²); controle da pressão arterial por meio de medicamentos controlados e consumo moderado de alimentos, álcool e tabaco.

44

O estilo de vida populacional propicia aumento dos quadros diabéticos nas mais diferentes idades. Para ser considerado diabético (tipo 2), a glicemia de jejum do brasileiro precisa estar

(A) abaixo de 60 mg/dL.
(B) entre 60 e 90 mg/dL.
(C) entre 60 e 110 mg/dL.
(D) acima de 126 mg/dL.
(E) acima de 150 mg/dL.

45

O frequêncímetro é um equipamento que tem função de mensurar a frequência cardíaca individual. Assinale a alternativa correta sobre esse recurso de avaliação em atividade física, o qual apresenta inúmeras vantagens e desvantagens em sua utilização.

(A) É um aparelho pequeno, sensível e invasivo. Também apresenta grande desvantagem em relação à capacidade de armazenamento de dados.
(B) A frequência cardíaca pode ser alterada independentemente do tipo de atividade física realizada, sua maior vantagem é ser susceptível a interferências externas.
(C) É uma vantagem ser um equipamento pequeno e não invasivo, que possibilita a mensuração das oscilações cardíacas em diferentes situações de prática de atividades físicas.
(D) A variedade de modelos, preços e processamento de diversos dados que se relacionam à frequência cardíaca permite sua utilização apenas para atividades de rendimento esportivo.
(E) É utilizado no peito, na linha do processo xifóide do osso esterno, sendo uma desvantagem ao indíviduo que utiliza o frequencímetro a correlação da idade, massa corporal e batimentos cardíacos.

46

O ambiente tem grande responsabilidade sobre o estilo de vida das pessoas, proporcionando facilidades para o sedentarismo ou dificuldades para o estilo de vida das pessoas. Existem quatro tipos de ambientes relacionados à prática de atividade física: ambiente construído; natural; social e comunitário. Sobre a definição dos tipos de ambiente, assinale a alternativa correta.

(A) Ambiente comunitário são aqueles que envolvem todas as construções, espaços ou objetos criados ou modificados pelo homem, por exemplo, casas, escolas, locais de trabalho, áreas e parques de recreação, ciclovias, acessibilidade ao comércio e residências.
(B) Ambiente social são locais em que as pessoas podem ser fisicamente ativas, utilizando de espaços abertos. Nesse ambiente, diversos fatores podem modificar o padrão de atividade física como clima, vegetação, chuvas e topografia.
(C) O ambiente social inclui interação individual, familiar e de pequenos grupos. Contempla um conjunto de fatores que influenciam grandes comunidades e regiões, como cultura, normas, índices de desordem social, lixo, pichações nas ruas e criminalidade, bem como ações políticas que podem influenciar o ambiente ou os diferentes tipos de atividade física.
(D) O ambiente construído sofre modificações com o passar do tempo e suas mudanças influenciam diretamente a possibilidade de os indivíduos realizarem atividades físicas. Esse ambiente inclui, simultaneamente, a interação de três tipos de ambiente: social, natural e construído.
(E) Ambiente natural é aquele que oferece aos praticantes sustentabilidade, no qual é fundamental a inter-relação do ambiente social, construído e comunitário.

47

Assinale a alternativa INCORRETA sobre a Atenção Básica à Saúde (ABS) e as funções do profissional de educação física.

(A) Intervir ofertando práticas corporais que envolvam exercícios de alongamento e fortalecimento muscular. Promover caminhadas, exercícios de coordenação motora e equilíbrio.
(B) Desenvolver estudos que comprovem a efetividade das práticas de atividades corporais, o que pode auxiliar na prevenção e controle de doenças não transmissíveis.
(C) Orientar sobre aspectos nutricionais e prescrever cardápios contendo alimentos e quantidades a serem ingeridos pelo paciente.
(D) Capacitar os trabalhadores de saúde em conteúdos de promoção da saúde e práticas corporais/atividade física na lógica da educação permanente, incluindo a avaliação como parte do processo.
(E) Organizar os serviços de saúde de forma a aconselhar a população sobre os benefícios de estilos de vida saudáveis.

48

Em relação às barreiras relacionadas à prática da atividade física, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. São os diferentes obstáculos para o engajamento em comportamentos que podem ajudar na prevenção de doenças e melhoraria da saúde.
II. As barreiras menos prevalentes são: falta de tempo, falta de locais adequados, segurança, preguiça e não gostar de atividade física.
III. Pode ser real, como um obstáculo que realmente impede o indivíduo de praticar atividade física, por exemplo, uma doença.
IV. Pode ser percebida segundo o julgamento do indivíduo, dificultando em adotar um estilo de vida fisicamente ativo.

(A) Apenas I e IV.
(B) Apenas II, III e IV.
(C) Apenas I e II.
(D) Apenas II e III.
(E) Apenas I, III e IV.

49

Sobre a importância da Educação Física e sua amplitude em diferentes áreas de intervenção, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

( ) Desporto e esporte são atividades competitivas, as quais são aplicadas com o intuito específico de rendimento e não para a promoção da saúde.
( ) Atividade física é qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética que resulta em gasto energético acima dos níveis de repouso.
( ) Exercício físico é atividade sistematizada de movimentos de diferentes segmentos corporais, executados de forma planejada, segundo um determinado objetivo a atingir.
( ) Aptidão física pode estar relacionada à saúde ou às habilidades atléticas.
( ) Atividade física deve ser sistematizada para se atingir aumento do gasto calórico e se alcançar objetivos previamente estabelecidos.

(A) F – V – V – V – F.
(B) F – V – V – V – V.
(C) F – F – V – F – F.
(D) V – V – F – V – F.
(E) V – F – F – V – V.

50

Mulher com 28 anos, grávida de 16 semanas, procura recomendações para a realização de prática de atividade física em uma Unidade Básica de Saúde, a qual recomenda que as indicações sejam realizadas por um profissional de Educação Física. Considerando a gestante, quanto às recomendações iniciais que devem ser consideradas para se realizar ou não a prática de atividades ou exercícios físicos, analise as assertivas assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. Aumentar o tempo frente à tecnologia e reduzir a movimentação diária, promovendo aumento de fluxo de sangue e oxigênio para o bebê.
II. Suspender imediatamente a prática de atividades físicas em caso de sangramento, descolamento de placenta, doenças respiratórias ou cardíacas graves.
III. Para a redução de náuseas e tonturas é priorizada a realização de exercícios em pé ou sentada, evitando manter a cabeça baixa.
IV. A bicicleta pode ser uma excelente aliada durante os deslocamentos diários, mas sobretudo se deve aumentar a atenção para evitar possíveis quedas.

(A) Apenas I e III.
(B) Apenas II e IV.
(C) Apenas I, II e III.
(D) Apenas II, III e IV.
(E) I, II, III e IV.

51

Um indivíduo de 46 anos, hipertenso, com comportamento sedentário, utilização de álcool e tabaco em excesso, somado a uma alimentação ruim. Em casos como o apresentado e considerando a prevenção primária, secundária e terciária, assinale a alternativa correta.

(A) A cessação do tabaco e a diminuição de sódio alimentar são consideradas tipos de prevenção secundária.
(B) A inclusão de atividades físicas, redução da ingestão de sódio, tabaco e álcool e a melhora dos hábitos alimentares devem ocorrer durante a fase primária de prevenção e manutenção da saúde.
(C) A realização de práticas de atividades físicas aliada a um cardápio nutricional devem ser adotados na fase terciária da doença, para minimização dos danos ocorridos.
(D) Para impedir a progressão ao óbito e regredir a doença, deve se manter o estilo de vida adotado até o presente momento, para evitar alterações no organismo.
(E) Deve se iniciar, na fase de prevenção primária, exercícios de baixa intensidade, na fase de prevenção secundária, atividades moderadas, e, na fase prevenção terciária, atividades de alta intensidade.

52

Em epidemiologia, algumas medidas de morbidades podem ser traçadas, como é o caso da medida de prevalência que mostra a frequência de casos existentes de uma determinada doença ou condição, em uma determinada população e em um dado momento, e medidas de incidência que medem o número de casos novos de uma doença, episódios ou eventos na população dentro de um período definido de tempo (dia, semana, mês, ano).

Considerando prevalência e o seguinte quadro epidemiológico, assinale a alternativa correta.

Em um estudo, estimou-se a prevalência de inatividade física em adultos e idosos no sul do Brasil. Foi encontrado entre os 2000 sujeitos entrevistados, 750 que praticavam menos de 150 minutos semanais de atividades físicas. Portanto a prevalência de inatividade física abaixo da recomendação encontrada no estudo foi de

(A) 25% da população.
(B) 37,5% da população.
(C) 26,6% da população.
(D) 75% da população.
(E) 20,7% da população.

53

Em avaliações epidemiológicas, podem ser utilizadas medidas de tendência central, como moda, mediana e média, sendo essa última a mais conhecida. Uma turma de idosas serão atendidas por um profissional de educação física e as idades são: 60 – 61 – 62 – 60 – 63 – 60 – 61. A média de idade dessa turma é de

(A) 60 anos.
(B) 61 anos.
(C) 62 anos.
(D) 63 anos.
(E) 64 anos.

54

As doenças crônicas comumente apresentam desenvolvimento lento e são ocasionadas por diversos fatores, como avanço da idade, sedentarismo, hábitos alimentares, dentre outros. Sobre as doenças crônicas Acidente Vascular Encefálico (AVE) e Doença Arterial Coronária (DAC), analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. O AVE é uma doença conceituada pela perda de função neurológica resultante de lesão ou morte de células cerebrais depois de um insuficiente suprimento de sangue e pode gerar impedimento das funções corporais.

II. O AVE é uma das principais causas de mortes no mundo e pode ser isquêmico, ocasionado por um coágulo que bloqueia o fluxo de sangue, ou hemorrágico, originário de um sangramento dentro ou ao redor do encéfalo.

III. A DAC é uma patologia de ordem cardiovascular causada por aterosclerose da artéria coronária que provoca restrição e até obstrução da passagem de sangue para o coração.

IV. A DAC é uma patologia cardiovascular ocasionada pelo excesso de exercícios físicos, o que promove enrijecimento da artéria coronária, provocando redução do aporte de sangue para o coração.

(A) Apenas I e III.
(B) Apenas II e III.
(C) Apenas I e II.
(D) Apenas II, III e IV.
(E) Apenas I, II e III.

55

Considerando o sedentarismo como fator negativo para saúde e o profissional de educação física como agente de promoção de uma vida mais ativa, assinale a alternativa correta.

(A) No Brasil, independente do sexo, o sedentarismo é mais prevalente em crianças e adolescentes.
(B) Os níveis de atividade física são proporcionalmente mais baixos em adultos do que em idosos.
(C) O sedentarismo é responsável pelo desenvolvimento de doenças crônico degenerativas, como a diabetes tipo 1.
(D) Compete ao Profissional de Educação Física auxiliar na promoção de atividades e exercícios físicos para a população geral, por meio das atribuições profissionais previstas em lei.
(E) O profissional de saúde deve considerar o exercício físico simplesmente como uma abordagem terapêutica adicional que pode ser oferecida ao paciente.

56

A orientação do mínimo de esforço para um comportamento benéfico à saúde da população afirma que os benefícios dos exercícios, em qualquer idade, são bem maiores do que qualquer problema que ele possa provocar, para tanto, existem diretrizes a serem seguidas pela população em geral.

Em relação à recomendação das diretrizes adotadas atualmente, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. Para crianças e adolescentes (6 – 17 anos), recomenda-se 60 minutos de atividade física todos os dias da semana, em que a maior parte dessa atividade deve ser moderada ou intensa, mesma que dividida em blocos. Nessa faixa de idade, são sugeridas atividades vigorosas em grande parte aeróbia, bem como atividades de fortalecimento muscular e ósseo três vezes por semana.

II. Adultos (18 - 64 anos) devem realizar 2h30mim de atividade física moderada ou 1h15min de atividade aeróbia vigorosa por semana. Sugere-se realizar trabalhos de fortalecimento muscular geral em dois ou mais dias da semana.

III. Idosos (acima de 65 anos) devem realizar 2h30mim de atividade física moderada ou 1h15min de atividade aeróbia vigorosa por semana. Sugere-se ainda realizar trabalhos de fortalecimento muscular e exercícios que desenvolvam o equilíbrio caso apresentem riscos de queda.

IV. Crianças, adolescentes e adultos com incapacidades não devem realizar exercícios físicos, uma vez que estas podem ser prejudiciais ao seu tratamento assistido. Já mulheres grávidas e no período pós-parto podem realizar 2h30min por semana de atividade física aeróbia moderada, dividindo os minutos ao longo de vários dias.

(A) Apenas I, II e III.
(B) Apenas I, II e IV.
(C) Apenas II, III e IV.
(D) Apenas I e III.
(E) I, II, III e IV.

57

As últimas décadas evidenciaram uma maior preocupação com a prática de atividade física da população mundial, em que há inúmeras recomendações em busca de um consenso sobre o mínimo e o máximo de atividade física diária. Destacam-se sobre essa temática a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o *American College of Sports Medicine* (ACSM). O ministério da saúde, também determina diretrizes para à recomendação sobre o tempo de prática de atividade física para a população brasileira. Diante do exposto, assinale a alternativa correta sobre a recomendação de tempo de atividade física semanal para adultos.

(A) Adultos devem realizar 30 minutos ou mais de atividade física com intensidade moderada pelo menos 5 dias por semana, ou 20 minutos de atividades intensas e vigorosas pelo menos 3 dias por semana.
(B) Adultos devem realizar ao menos 150 minutos por semana de atividades moderadas ou 75 minutos semanais de atividades vigorosas, já, para benefícios adicionais à saúde, esse tempo pode ser aumentado progressivamente.
(C) Adultos devem realizar 300 minutos semanais de atividades vigoras ou 10 minutos diários de quaisquer atividades moderadas.
(D) Para adultos, o tempo de recomendação diária pode se distribuir em 20 minutos semanais de atividades vigorosas 3 dias na semana, 30 minutos de atividades moderadas 5 dias na semana ou 45 minutos de atividades leves 7 dias na semana.
(E) Adultos saudáveis devem realizar ao menos 25 minutos semanais de atividades vigorosas 3 dias na semana ou 120 minutos de atividades moderadas.

58

A inatividade física é um dos principais fatores de risco que mais mata no mundo, sendo que para cada 10 mortes no mundo, seis são atribuídas a doenças não transmissíveis. Soma-se a isso a maior probabilidade de cânceres de mama e colo do útero, elevação da diabetes e cardiopatias, além de morbidades também relacionadas à inatividade física. Diante do exposto, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas sobre os fatores de risco que matam mais pessoas no mundo.

I. A obesidade e o sobrepeso são fatores de risco que estão sob controle mundial, muito disso se deve ao crescimento da profissão Educação Física.
II. O consumo de tabaco pode ocasionar inúmeras complicações fisiológicas, mas sua utilização, mesmo que em excesso, apresenta baixo nível de letalidade.
III. A hipertensão é o fator de risco mais controlado na população mundial, sobretudo é o que menos gera mortes na população.
IV. O excesso de glicose no sangue e o aparecimento de quadros diabéticos têm crescido a números alarmantes, sendo sua identificação possível em adolescentes.

(A) Apenas I e II.
(B) Apenas II e III.
(C) Apenas III e IV.
(D) Apenas I e IV.
(E) Apenas I, II e III.

59

A intervenção do profissional de Educação Física deve seguir as diretrizes propostas pelo Conselho Federal de Educação Física – CONFEF –, as quais apresentam inúmeras regras fundamentadas em leis. Sobre as especificidades da intervenção profissional em Educação Física, assinale a alternativa correta.

(A) A intervenção deve considerar diversos fatores como identificar, organizar, planejar, dirigir, supervisionar, executar, dentre muitos outros, nas áreas da docência, treinamento desportivo, preparação física, avaliação física, recreação em atividade física, orientação de atividades física e gestão em educação física e desporto.
(B) A intervenção profissional e suas atribuições de especificidades são igualmente aplicadas nas sete ramificações de atuação profissional de regência ou docência em educação física, treinamento desportivo, preparação física, avaliação física, recreação em atividade física, orientação de atividades física e gestão em educação física e desporto.
(C) A intervenção do profissional de educação física deve priorizar a prática competitiva, bem como o desenvolvimento de habilidades técnicas para praticantes de atividade física independentemente do contexto de realização, além de organizar a aplicação, realizar diagnósticos ou a promoção da saúde.
(D) A intervenção profissional em educação física ocorre em três grandes áreas: na realização de atividade física, na promoção de exercícios físicos e no desporto ou esporte, dentro de instituição públicas e privadas, com exceção de clínicas e hospitais.
(E) A intervenção profissional por meio de técnicas, métodos e diagnóstico apresenta subjetividade em virtude da ausência de legislação específica, resultando em fiscalização precária e quase inexistente.

60

O Conselho Federal de Educação Física – CONFEF – em cumprimento ao que determina a Lei Federal nº 9696/1998, que regulamentou essa profissão, permite que graduados em nível superior atuem na prestação de serviços à população em todas as atividades relacionadas à Educação Física e nas suas diversas manifestações e objetivos. Referente à atuação do profissional de Educação Física, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

( ) Pode atuar em instituições e Órgãos Públicos e Privados de prestação de serviços em Atividade Física, Desportiva e/ou Recreativa e em quaisquer locais onde possam ser ministradas atividades físicas.

( ) Utiliza de técnicas e instrumentos de avaliação funcional, motora, biomecânica, composição corporal, dentre outras formas de análise.

( ) Pode atuar em parques, logradouros públicos, academias, grêmios desportivos, hotéis, condomínios, centros de treinamento de lutas e artes marciais, creches, asilos e outros.

( ) É vedada a atuação desse profissional em instituições e órgãos da saúde, "SPAs", clínicas, centros de saúde e hospitais.

( ) É vedada a atuação em segmentos administrativos de empresas que promovem prática desportiva e centros e laboratórios de pesquisa.

(A) V – V – V – F – F.
(B) V – F – V – F – F.
(C) F – V – V – V – F.
(D) F – F – F – V – V.
(E) V – F – F – F – F.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
EMPRESA BRASILEIRA DE SERVIÇOS HOSPITALARES
EXAME NACIONAL DE RESIDÊNCIA

T2089016N

EXAME NACIONAL DE RESIDÊNCIA
EDITAL Nº 2/2021 - RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL E EM ÁREA PROFISSIONAL DA SAÚDE UNIPROFISSIONAL E MULTIPROFISSIONAL 2021/2022

EDUCAÇÃO FÍSICA

NOME DO CANDIDATO

INSCRIÇÃO

Nível
SUPERIOR

PROVA

02

Lembre-se de marcar o número acima na folha de respostas!

EBSERH
HOSPITAIS UNIVERSITÁRIOS FEDERAIS

Fraudar ou tentar fraudar Concursos Públicos é Crime! Previsto no art. 311 - A do Código Penal

Sobre o material recebido pelo candidato

- ✓ Além deste Caderno de Questões, com **sessenta questões objetivas,** você receberá do fiscal de sala a Folha de Respostas.
- ✓ Confira seu nome, o número do seu documento e o número de sua inscrição em todos os documentos entregues pelo fiscal. Além disso, não se esqueça de conferir seu Caderno de Questões quanto a falhas de impressão e de numeração e se a profissão corresponde àquela para a qual você se inscreveu.
- ✓ O não cumprimento a qualquer uma das determinações constantes em Edital, no presente Caderno ou na Folha de Respostas incorrerá na eliminação do candidato.

Sobre o material a ser devolvido pelo candidato

- ✓ O único documento válido para avaliação é a Folha de Respostas.
- ✓ Na Folha de Respostas, preencha os campos destinados à assinatura e ao número de inscrição. As respostas às questões objetivas devem ser preenchidas da seguinte maneira: ●
- ✓ Na Folha de Respostas, só é permitido o uso de caneta esferográfica transparente de cor azul ou preta. Esse documento deve ser devolvido ao fiscal na saída, devidamente preenchido e assinado.

Sobre a duração do exame e a permanência na sala

- ✓ O prazo de realização do exame é de 4 horas, incluindo a marcação da Folha de Respostas.
- ✓ Após 60 (sessenta) minutos do início do exame, o candidato estará liberado para utilizar o sanitário ou deixar definitivamente o local de aplicação, não podendo, no entanto, levar o Caderno de Questões e nenhum tipo de anotação de suas respostas.
- ✓ O candidato poderá levar consigo o Caderno de Questões somente se aguardar em sala até o término do prazo de realização do exame estabelecido em edital.
- ✓ Os três últimos candidatos só poderão retirar-se da sala juntos, após assinatura do Termo de Fechamento do Envelope de Retorno.

Sobre a divulgação dos Cadernos de Questões e dos Gabaritos

- ✓ Os Cadernos de Questões e os Gabaritos Preliminares estarão disponíveis no site do **Enare** no endereço eletrônico **https://enare.ebserh.gov.br,** conforme previsto em Edital.

Competências (conhecimentos, habilidades, atitudes) Comuns

1

O termo "modelo assistencial" é utilizado com diversas variações terminológicas. Uma delas, utilizada por Merhy, é a denominação de "modelo tecnoassistencial" que por sua vez, designa um processo composto por "tecnologias do trabalho em saúde" e a assistência, como uma "tecnologia do cuidado", operada por três tipos de arranjos tecnológicos, sendo eles as tecnologias:

(A) leves, leve-duras e duras.
(B) compactas, estruturais e reclusas.
(C) construtivas, distributivas e analistas.
(D) primárias, secundárias e terciárias.
(E) rasas, intermediárias e terminais.

2

Maurício é residente em um hospital público e, na sua atuação profissional, sempre reconheceu seu dever em ajudar o outro, considerando que, maximizando o bem do outro, possivelmente reduziria o mal. Além disso, na sua atuação profissional, sempre foi comprometido a avaliar riscos e benefícios aos quais os seus clientes estão expostos ao se decidir por determinados procedimentos. Pode-se relacionar a atitude de Maurício ao que, em Bioética, se conhece por Princípio do(a)

(A) Indiligência.
(B) Autonomia.
(C) Equidade.
(D) Beneficência.
(E) Não maleficência.

3

Considerando o contexto da história das políticas de saúde no Brasil, assinale a alternativa que apresenta características pertinentes ao período que corresponde ao final do império e à primeira república.

(A) Foi um período baseado no autoritarismo e privatização dos recursos de saúde, visando principalmente fortalecer os moldes capitalistas.
(B) Teve como momento marcante a criação do INPS em 1946, para racionalização administrativa da assistência médica e cobertura previdenciária.
(C) Nesse período, havia privilegiamento da prática médica individual, assistencialista e especializada em detrimento às ações de saúde pública que ocorreram a partir de 1974.
(D) Foi um período apoiado no desenvolvimento de terceirização da prestação de serviços médicos devido à incapacidade da rede própria do Estado em fornecer assistência adequada à saúde.
(E) Nesse período, os serviços médicos hospitalares estavam nas mãos de entidades filantrópicas, como as Santas Casas, que tinham hospitais em diversas cidades.

4

Na composição originária do movimento sanitário no Brasil, podem ser identificadas três vertentes principais, sendo que a primeira vertente, caracterizada por difundir a teoria da medicina social, é constituída por

(A) médicos residentes e renovação estudantil.
(B) movimento estudantil e centro brasileiro de estudos de saúde.
(C) profissionais da área de saúde coletiva e academia.
(D) união nacional de estudantes e movimento Brasil livre.
(E) liga acadêmica de saúde e movimento liberal estudantil.

5

É possível afirmar que os principais desdobramentos da oitava Conferência Nacional de Saúde foram a constituição da Comissão Nacional da Reforma Sanitária (CNRS) e a conformação do(a)

(A) Plenária Nacional de Saúde.
(B) Pacto pela Saúde.
(C) Constituição Federal de 1986.
(D) Norma Operacional de Saúde.
(E) Aliança Democrática em Saúde.

6

O arranjo institucional do SUS prevê uma série de instâncias de negociação e estabelecimento de pactos, envolvendo diferentes níveis gestores do sistema e diversos segmentos da sociedade. Tal arranjo permite que vários atores – mesmo os não diretamente responsáveis pelo desempenho de funções típicas da gestão dos sistemas – participem do processo decisório sobre a política de saúde. Assim, é possível afirmar que, na estrutura decisória e institucional do SUS, a representação dos gestores na esfera MUNICIPAL se dá por meio do(a)

(A) Conass.
(B) Comissão Bipartite.
(C) Comam.
(D) Cosems.
(E) Comissão Tripartite.

7

As bases legais sobre a participação social no SUS foram promulgadas em 1990 na Lei Orgânica da Saúde (LOS). É importante registrar que a LOS foi editada após importantes vetos do governo em uma atmosfera muito nebulosa quanto à efetivação das conquistas constitucionais. A lei n° 8.080/90 reafirma, no seu artigo 7°, a participação social como um princípio para o SUS e a lei n° 8.142/90, no seu artigo 1°, define que

(A) o orçamento da seguridade social destinará ao Sistema Único de Saúde (SUS), de acordo com a receita estimada, os recursos necessários à realização de suas finalidades.
(B) as ações e serviços públicos de saúde e os serviços privados contratados ou conveniados que integram o Sistema Único de Saúde (SUS) sejam deliberados pelo conselho social de saúde.
(C) a formulação da política de medicamentos, equipamentos, imunobiológicos e outros insumos de interesse para a saúde e a participação na sua produção fique a cargo do conselho nacional de saúde.
(D) sem prejuízo das funções do poder legislativo, sejam criados os conselhos e as conferências de saúde como forma de instituição de participação da comunidade na gestão do SUS.
(E) a assistência às pessoas, por intermédio de ações de promoção, proteção e recuperação da saúde, seja realizada sob fiscalização dos respectivos conselhos de saúde.

8

Os gestores de uma região de saúde realizaram planejamento regional integrado para a elaboração do contrato organizativo da ação pública, que tem a função de definir entre os entes federativos as suas responsabilidades no SUS, sendo um instrumento

(A) jurídico que explicita os compromissos pactuados em cada região de saúde.
(B) de hierarquização dos prestadores de saúde conveniados ao SUS.
(C) de coleta de dados para o planejamento local de saúde.
(D) para capacitação dos entes federativos na organização da atenção básica.
(E) de alocação de recursos centralizado na esfera federal de Governo.

9

Os acadêmicos da residência multiprofissional realizaram, junto aos profissionais das regionais de saúde, um evento para capacitar secretários municipais de saúde sobre o processo de regionalização e explicaram que a regionalização em saúde tem como finalidade

(A) implantar políticas de saúde inclusivas e garantir ambiente acolhedor nas unidades de saúde.
(B) conduzir a implantação dos modelos de atenção em saúde mais adequados à realidade da população.
(C) organizar os serviços de saúde em cada região, para que as pessoas possam ter acesso a todos os tipos de atendimento ofertados.
(D) estratificar os níveis de atenção em saúde para garantir principalmente as ações de atenção primária em saúde em cada região.
(E) delimitar as regiões de saúde para garantir o acesso aos serviços de saúde à população com baixa renda.

10

Atravessamos uma crise sem precedentes na história do Sistema Único de Saúde. Para além dos tantos desafios enfrentados no cotidiano, com a pandemia da covid-19 a situação se agrava, acarretando sobrecarga ainda maior para o sistema de saúde, concretizando a urgência de uma organização do serviço em Redes de Atenção à Saúde (RAS). Assim, como uma das características das RAS, tem-se

(A) que o conhecimento e a ação clínica são concentrados nos profissionais, principalmente médicos.
(B) o aumenta à ênfase nas ações de saúde curativas e que visam à reabilitação.
(C) que os serviços especializados devem ser desconcentrados para garantir igualdade.
(D) que a forma de reação do sistema à demanda é reativa e episódica.
(E) que a coordenação da atenção se dá por meio da atenção primária em saúde.

11

A queda dos indicadores de incidência, mortalidade e ocupação de leitos de UTI, decorrentes da pandemia da Covid-19, vem configurando um cenário que pode ser resultado do avanço da campanha de vacinação que ocorre no país. Com base no exposto e considerando os conceitos da epidemiologia, qual alternativa refere-se à definição de incidência?

(A) Possibilidade de adoecimento por determinado agente, fator de risco ou conjunto de causas.
(B) Frequência com que surgem novos casos de uma doença em um intervalo de tempo.
(C) Número de casos existentes de uma doença em um dado momento.
(D) Taxa de portadores de determinada doença em relação à população susceptível.
(E) Relação entre frequências atribuídas de determinado evento, sendo que, no numerador, é registrada a frequência absoluta do evento.

12

Os anos de 2020/2021 foram marcados pela Emergência em Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) decorrente da pandemia de Coronavírus. Nesse contexto, para o enfrentamento das emergências em saúde pública nas diferentes esferas de gestão, o sistema de saúde conta com uma rede integrada de unidades de alerta e resposta, denominada rede

(A) Cievs.
(B) Sinan.
(C) Sia-SUS.
(D) Rename.
(E) Renases.

13

São competências da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), EXCETO

(A) coordenar o Sistema Nacional de Vigilância Sanitária.
(B) gerenciar as Operadoras de Planos de Saúde e a capacidade de qualificação da própria função reguladora em consonância com os preceitos do SUS.
(C) estabelecer normas e padrões sobre limites de contaminantes, resíduos tóxicos, desinfetantes, metais pesados e outros que envolvam risco à saúde.
(D) conceder registros de produtos, segundo as normas de sua área de atuação.
(E) estabelecer normas, propor, acompanhar e executar as políticas, as diretrizes e as ações de vigilância sanitária.

14

Um grupo de profissionais de saúde, que trabalha em uma Equipe de Saúde da Família e utiliza o modelo explicativo e as ações propostas por Leavell e Clark sobre o potencial das ações no ambiente e nos estilos de vida na prevenção de doenças, sabe que, ao realizar as atividades propostas pela equipe de promoção em saúde, estas ocorrem no período de

(A) prevenção secundária.
(B) proteção específica.
(C) reabilitação.
(D) diagnóstico precoce.
(E) pré-patogênese.

15

A Política Nacional de Atenção Básica tem na Saúde da Família sua estratégia prioritária para expansão e consolidação da Atenção Básica, sendo uma de suas diretrizes

(A) a indivisibilidade do cuidado.
(B) o apoio ambulatorial.
(C) as ações solidárias.
(D) a população adscrita.
(E) a gestão de apoio à infraestrutura.

16

Os residentes, juntamente com os profissionais do pronto atendimento de um hospital universitário, realizaram um cronograma de atividades para os profissionais do setor, com enfoque na Educação Permanente, a qual

(A) é uma estratégia descontínua de capacitação com rupturas no tempo: com cursos periódicos sem sequência constante.
(B) representa uma continuidade do modelo escolar ou acadêmico, centralizado na atualização de conhecimentos.
(C) incorpora o ensino e o aprendizado à vida cotidiana das organizações e às práticas sociais e laborais.
(D) tem enfoque disciplinar, em ambiente didático e baseado em técnicas de transmissão de conhecimento.
(E) conceitua tecnicamente a prática enquanto campo de aplicação de conhecimentos especializados.

17

Uma equipe de saúde interdisciplinar desenvolve, em espaços de atenção à saúde mental, uma atuação integrada da equipe, valorizando outros aspectos além do diagnóstico psiquiátrico e da medicação no tratamento dos usuários, que é definida, dentro da Política Nacional de Humanização, como

(A) projeto terapêutico singular.
(B) programa saúde para todos.
(C) ambiência.
(D) modelo de gestão em saúde mental.
(E) práticas integrativas de saúde coletiva.

18

A discriminação por orientação sexual e por identidade de gênero incide na determinação social da saúde, no processo de sofrimento e adoecimento decorrente do preconceito e do estigma social reservado às populações de lésbicas, gays, bissexuais, travestis e transexuais/outros. Assim, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), a Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais (Política Nacional de Saúde Integral LGBT) é instituída pela portaria n°

(A) 2.537/2003.
(B) 2.132/2006.
(C) 2.221/2008.
(D) 2.836/2011.
(E) 2.754/2015.

19

Ao realizar a avaliação normativa, ao verificarmos os recursos de uma intervenção, assim como sua organização para saber se os recursos serão suficientes para oferecer o leque completo de serviços prestados, faz-se uma apreciação de

(A) processo.
(B) resultado.
(C) satisfação.
(D) objetividade.
(E) estrutura.

20

A seguir, são citados alguns conceitos-chave da Classificação Internacional de Segurança do Paciente da Organização Mundial da Saúde. Assinale a alternativa que apresenta corretamente um desses conceitos.

(A) Dano – probabilidade de um incidente ocorrer.
(B) Incidente – comprometimento da estrutura ou função do corpo e/ou qualquer efeito dele oriundo.
(C) Circunstância Notificável – incidente que atingiu o paciente, mas não causou dano.
(D) Evento Adverso – incidente que resulta em dano ao paciente.
(E) Risco – evento ou circunstância que poderia ter resultado, ou resultou, em dano desnecessário ao paciente.

Competências (Conhecimentos, habilidades, atitudes) Específicas

21

Quando iniciamos uma sessão de treinamento físico pensando nas alterações metabólicas do sistema cardiovascular, duas principais alterações decorrem durante esse evento. Quais são elas?

(A) Diminuição da resistência vascular periférica e da força de contração.
(B) Aumento da pressão arterial e diminuição do volume sanguíneo.
(C) Aumento do volume sanguíneo e do volume cardíaco.
(D) Aumento de débito cardíaco e redistribuição de fluxo sanguíneo.
(E) Diminuição da pressão arterial e do volume cardíaco.

22

Considerando um individuo que inicia um exercício intenso, qual é a principal fonte energética para que ocorra a contração muscular durante os primeiros 10 segundos dessa atividade física?

(A) Triglicerídeo disponível na corrente sanguínea.
(B) ATP já existente na célula muscular e a fosfocreatina.
(C) Glicose disponível no tecido adiposo.
(D) ATP produzido na fase aeróbica do exercício físico.
(E) Glicogênio disponível no músculo.

23

O aprimoramento do condicionamento físico pode ser adquirido por meio de diferentes modelos de treinamento, de acordo com o objetivo do aluno. Dentre esses modelos, existe a calistenia, que é um método de treino com exercícios que

(A) utilizam somente o próprio peso.
(B) utilizam halteres.
(C) utilizam barras.
(D) utilizam anilhas.
(E) utilizam aparelhos de musculação.

24

O treinamento no formato de circuito é caracterizado por uma sequencia de exercícios conhecido por estações. Em aulas ao ar livre, como também na academia, é comum esse sistema envolvendo exercícios de musculação, ginástica ou ergonomia. Pensando em um circuito contendo apenas exercícios de alta intensidade, quais são os sistemas energéticos utilizados durante o treinamento?

(A) Anaeróbio lático e alático.
(B) Anaeróbio lático e aeróbio.
(C) Anaeróbio alático, anaeróbio lático e aeróbio.
(D) Anaeróbio e ATP-CP.
(E) ATP-CP e aeróbio.

25

A antropometria que estuda as medidas e dimensões do nosso corpo é muito utilizada na classificação de indivíduos de acordo com sua morfologia. As variáveis de peso e estatura são utilizadas na determinação do IMC (índice de massa corpórea), já as medidas de percentual de gordura corporal podem ser aferidas de diversas formas, entre elas, as dobras cutâneas. De acordo com a fórmula de Jackson e Pollock (1978), quais são as sete dobras cutâneas utilizadas nessa equação?

(A) Tríceps, bíceps, subescapular, peitoral, axilar média, coxa e panturrilha.
(B) Tríceps, bíceps, subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca e glúteo.
(C) Subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca, abdominal, coxa e panturrilha.
(D) Tríceps, subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca, abdominal e coxa.
(E) Tríceps, bíceps, peitoral, axilar média, abdominal, coxa e panturrilha.

26

Ao final de uma sessão de treino, um aluno apresentou um mal estar, sentindo fraqueza e cansaço, necessitando que o professor realizasse o primeiro atendimento. Após a verificação dos sinais vitais, o professor observou que a pulsação do aluno apresentava bradisfigmia que significa:

(A) pulso acelerado.
(B) pulso com impressão de dois batimentos.
(C) pulso normal.
(D) pulso normocardíaco.
(E) pulso lento.

27

Após sofrer um acidente grave, um paciente permaneceu de cama durante um longo período de tempo. Esse período acamado trouxe ao paciente um diagnóstico de atrofia muscular e, após a alta, foi recomendado pelo médico o início de um programa de exercício físico específico para reverter essa situação. Pensando nesse cenário, assinale a alternativa que apresenta o melhor tipo de exercício físico para reverter essa atrofia muscular.

(A) Exercício aeróbio de alta intensidade.
(B) Exercício de alongamento.
(C) Exercício de musculação.
(D) Intervalado de corrida.
(E) Caminhada orientada.

28

Pensando no objetivo de um aluno que tem intenção de ganhar massa muscular nos membros superiores, quais dos seguintes exercícios podem ser prescritos pelo profissional de educação física para o desenvolvimento dessa musculatura?

(A) Desenvolvimento com halter, abdução de quadril e remada articulada.
(B) Afundo, extensão do quadril e flexão de braço.
(C) Elevação em barra, puxada de grande dorsal e afundo.
(D) Agachamento, elevação em barra e extensão do quadril.
(E) Supino, tríceps pulley e remada articulada.

29

A saúde mental tem merecido uma maior atenção, especialmente agora em tempos de pandemia. A população idosa é uma das mais afetadas por esses transtornos. Assim, quais das seguintes patologias estão relacionadas com distúrbios na saúde mental?

(A) Depressão e aterosclerose.
(B) Diabetes do tipo II e cardiopatia.
(C) Déficit cognitivo e obesidade.
(D) Autismo e depressão.
(E) Depressão e agorafobia.

30

O envelhecimento acarreta uma série de alterações em diversas características de um indivíduo. Essas modificações acontecem de forma ampla em variáveis distintas e acabam por determinar o indivíduo idoso. Diante do exposto, quais alterações no organismo resultam do processo de envelhecimento?

(A) Aumento da flexibilidade.
(B) Diminuição na mobilidade articular e aumento do risco de lesões.
(C) Aumento da atividade cardíaca (Número de batimentos cardíacos por minuto).
(D) Ganho de massa muscular.
(E) Aumento da taxa metabólica basal (TMB).

31

A composição corporal, segundo o Colégio Americano de Medicina Esportiva (ACMS), é a representação do peso corporal dividido em quantidade de gordura corporal e tecido isento de gordura. Existe também outra definição mais detalhada dessa divisão. Qual alternativa apresenta esses componentes?

(A) Massa gorda, massa óssea, massa isenta de gordura e massa residual.
(B) Massa magra, massa gorda, líquidos e minerais.
(C) Massa gorda, massa óssea e massa isenta de gordura.
(D) Massa gorda, massa muscular, pele e órgãos.
(E) Massa corporal, líquido corporal e minerais.

32

Você recebe na academia um idoso que foi diagnosticado com uma perda excessiva de massa muscular e as recomendações médicas são para que ele inicie um programa de treinamento tendo como principal objetivo o combate a essa perda. Segundo as características apontadas, trata-se de um idoso com

(A) osteoporose.
(B) síndrome de Burnout.
(C) dinapenia.
(D) doença de Alzheimer.
(E) sarcopenia.

33

Para avaliar a composição corporal, existem diferentes métodos. Em um deles, a avaliação é realizada por meio de raios X de dupla energia, quantificando a composição corporal por regiões do corpo. O enunciado refere-se a qual teste para avaliação da composição corporal?

(A) Protocolo de Dobras Cutâneas.
(B) Pesagem Hidrostática.
(C) DEXA.
(D) Índice de Massa Corporal.
(E) Impedância Bioelétrica.

34

O acúmulo de placas de gordura obstruindo o fluxo sanguíneo nas paredes arteriais é chamado de aterosclerose. Quando esse acúmulo das placas de gordura causa uma obstrução total das artérias ocorrem dois grandes eventos na região do coração, quais são eles?

(A) Broncodilatação e hipertensão.
(B) Arritmias e hipotensão.
(C) Angina e infarto agudo do miocárdio.
(D) Broncoconstrição e infarto do miocárdio.
(E) Angina e hipotensão.

35

A frequência cardíaca mede a velocidade dos batimentos do coração por minuto (BPM). Mesmo com uma série de interferências que alteram seus valores, a frequência cardíaca é bastante utilizada como parâmetro para a prescrição de treinamento. Pensando em um indivíduo de 27 anos que possui sua frequência cardíaca máxima de 193 BPM e sua frequência cardíaca basal (repouso) de 67 BPM, qual será sua frequência cardíaca de reserva?

(A) 220 BPM.
(B) 66 BPM.
(C) 166 BPM.
(D) 94 BPM.
(E) 126 BPM.

36

Após a realização de uma anamnese por um idoso que se apresentou para uma avaliação física em uma clínica de reabilitação, alguns itens no questionário chamaram a atenção do profissional de Educação Física que resolve questioná-lo. Ao perguntar sobre seu histórico familiar para os fatores de risco associados a doenças crônicas, o idoso responde que é sedentário e fuma há 15 anos. Ao final, o profissional deve fazer a classificação de risco para doenças crônicas de caráter metabólico, pulmonar e cardiovascular. No caso desse idoso, a classificação é de

(A) alto risco.
(B) nenhum risco.
(C) baixo risco.
(D) risco moderado.
(E) risco excessivo.

37

O IMC é uma ferramenta importante na determinação de padrões de massa corporal dos indivíduos sendo uma medida antropométrica amplamente conhecida e utilizada mundialmente por sua fácil mensuração (peso e estatura). Segundo a tabela de classificação da OMS (Organização Mundial da Saúde), assinale a alternativa que apresenta valores de um indivíduo classificado com obesidade grau I.

(A) 43.
(B) 33,1.
(C) 36,9.
(D) 18,7.
(E) 25,5.

38

Um indivíduo chega na academia em que você trabalha para realizar uma avaliação física que estava previamente agendada. Você o recepciona e leva-o para a sala onde será realizada a avaliação. A partir desse momento você realiza os seguintes procedimentos:

1. **Testes cardiovasculares.**
2. **Anamnese.**
3. **Aferição da pressão arterial e frequência cardíaca de repouso.**

Qual alternativa apresenta a sequência correta para a realização dos procedimentos citados?

(A) 2 – 3 – 1.
(B) 1 – 2 – 3.
(C) 3 – 1 – 2.
(D) 3 – 2 – 1.
(E) 2 – 1 – 3.

39

O treinamento físico é um importante aliado no combate à propagação da obesidade. O exercício aeróbio, quando utilizado como ferramenta para o tratamento da obesidade, provoca uma série de alterações metabólicas que são benéficas ao organismo. Assinale a alternativa que apresenta as alterações metabólicas causadas por esse modelo de treinamento.

(A) Aumenta a utilização de ácidos graxos e a densidade mitocondrial, e diminui a capacidade oxidativa.
(B) Diminui a utilização de ácidos graxos e a capacidade oxidativa, e aumenta a densidade mitocondrial.
(C) Aumenta a utilização de ácidos graxos, a densidade mitocondrial e a capacidade oxidativa.
(D) Diminui a utilização de ácidos graxos e densidade mitocondrial, e aumenta a capacidade oxidativa.
(E) Mantém a mesma utilização de ácidos graxos, de densidade mitocrondrial e de capacidade oxidativa apresentada em repouso.

40

Chegando no cardiologista, um individuo após ser questionado pelo médico se já havia feito esse teste antes, responde: "Sim doutor, fiz na esteira da academia". Porém existem diferenças entre o teste de esforço físico e o teste ergométrico. Em relação a tais diferenças, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. O teste de esforço físico apresenta informações sobre a saúde do coração do individuo avaliado.
II. O teste ergométrico só pode ser realizado por um médico, de preferência um cardiologista.
III. O teste ergométrico tem como objetivo avaliar a saúde do coração, detectando possíveis alterações em suas funções.
IV. O teste de esforço deve ser realizado exclusivamente por profissional de educação física.

(A) Apenas II, III e IV.
(B) Apenas III e IV.
(C) Apenas II e III.
(D) Apenas I e II.
(E) Apenas I e IV.

41

A intervenção do profissional de Educação Física deve seguir as diretrizes propostas pelo Conselho Federal de Educação Física – CONFEF –, as quais apresentam inúmeras regras fundamentadas em leis. Sobre as especificidades da intervenção profissional em Educação Física, assinale a alternativa correta.

(A) A intervenção deve considerar diversos fatores como identificar, organizar, planejar, dirigir, supervisionar, executar, dentre muitos outros, nas áreas da docência, treinamento desportivo, preparação física, avaliação física, recreação em atividade física, orientação de atividades física e gestão em educação física e desporto.
(B) A intervenção profissional e suas atribuições de especificidades são igualmente aplicadas nas sete ramificações de atuação profissional de regência ou docência em educação física, treinamento desportivo, preparação física, avaliação física, recreação em atividade física, orientação de atividades física e gestão em educação física e desporto.
(C) A intervenção do profissional de educação física deve priorizar a prática competitiva, bem como o desenvolvimento de habilidades técnicas para praticantes de atividade física independentemente do contexto de realização, além de organizar a aplicação, realizar diagnósticos ou a promoção da saúde.
(D) A intervenção profissional em educação física ocorre em três grandes áreas: na realização de atividade física, na promoção de exercícios físicos e no desporto ou esporte, dentro de instituição públicas e privadas, com exceção de clínicas e hospitais.
(E) A intervenção profissional por meio de técnicas, métodos e diagnóstico apresenta subjetividade em virtude da ausência de legislação específica, resultando em fiscalização precária e quase inexistente.

42

O Conselho Federal de Educação Física – CONFEF – em cumprimento ao que determina a Lei Federal nº 9696/1998, que regulamentou essa profissão, permite que graduados em nível superior atuem na prestação de serviços à população em todas as atividades relacionadas à Educação Física e nas suas diversas manifestações e objetivos. Referente à atuação do profissional de Educação Física, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

( ) Pode atuar em instituições e Órgãos Públicos e Privados de prestação de serviços em Atividade Física, Desportiva e/ou Recreativa e em quaisquer locais onde possam ser ministradas atividades físicas.
( ) Utiliza de técnicas e instrumentos de avaliação funcional, motora, biomecânica, composição corporal, dentre outras formas de análise.
( ) Pode atuar em parques, logradouros públicos, academias, grêmios desportivos, hotéis, condomínios, centros de treinamento de lutas e artes marciais, creches, asilos e outros.
( ) É vedada a atuação desse profissional em instituições e órgãos da saúde, "SPAs", clínicas, centros de saúde e hospitais.
( ) É vedada a atuação em segmentos administrativos de empresas que promovem prática desportiva e centros e laboratórios de pesquisa.

(A) V – V – V – F – F.
(B) V – F – V – F – F.
(C) F – V – V – V – F.
(D) F – F – F – V – V.
(E) V – F – F – F – F.

43

Existem quatro tipos de classificação de atividade física que podem ser realizadas nos domínios da vida de uma pessoa. Essa classificação retrata os momentos diários em que um indivíduo pode realizar atividade física. Quanto a essa classificação, assinale a alternativa correta.

(A) No seu tempo livre; quando o indivíduo se desloca; nas atividades do trabalho ou dos estudos; e nas tarefas domésticas.
(B) Leve, moderada, intensa e vigorosa.
(C) No deslocamento diário; nas atividades recreativas do dia a dia; na intensidade laboral; e durante o sono.
(D) Durante o lazer; no trabalho; na ludicidade e nos estudos.
(E) Durante a alimentação; na hora do sono; nas atividades domésticas intensas; e no deslocamento diário moderado.

44

A utilização adequada de instrumentos de avaliação da atividade física favorece uma intervenção mais precisa junto aos diferentes grupos populacionais. O questionário internacional de atividade física (IPAQ), o pedômetro e o acelerômetro são exemplos de instrumentos de avaliação em atividade física. Posto isso, assinale a alternativa correta a respeito da avaliação do nível de atividade física.

(A) A versão curta do questionário internacional de atividade física (IPAQ) é fidedigno para a mensuração dos níveis de atividade física das populações.
(B) O pedômetro possui um sensor (mola) que capta a oscilação do quadril gerada durante a caminhada (aceleração vertical) e converte-a em número de passos.
(C) O pedômetro avalia a atividade física populacional por meio de cálculos que envolvem número de passos e amplitude da passada, correlacionando com a frequência cardíaca e o dispêndio energético.
(D) Os níveis de atividade física podem ser medidos por um acelerômetro, que converte o número de passos durante a caminhada em virtude da aceleração do quadril.
(E) O pedômetro, o acelerômetro e o IPAQ são instrumentos de avaliação direta e objetiva sobre os níveis de atividade física.

45

A hipertensão arterial sistêmica é uma síndrome multicausal e multifatorial. É prevenção primária, ao ser intermediada por profissionais de educação física e uma equipe multidisciplinar, quando

(A) existe manutenção do peso corporal (IMC até 24,9 kg/m²); redução do consumo de sódio (menor que 2 g/dia); consumo moderado de álcool; dieta equilibrada; e mínimo 30 minutos de atividade física por dia, pelo menos 5 dias na semana.
(B) ocorre mudanças parciais no estilo de vida, com realização de 30 minutos de atividade física 3 vezes por semana; existe manutenção do IMC entre 25 e 29,9 kg/m²); havendo ainda a necessidade de ajustes na dieta e redução dos usos exagerados de álcool e tabaco.
(C) se realiza controle da dieta, com 0,75g de proteína por peso corporal, ingestão de sódio menor que 4,2 g/dia; manutenção do IMC menor que 34,9 kg/m²); realização de atividade física 7 vezes na semana, predominantemente aeróbia por 60 minutos.
(D) existe controle da pressão arterial em níveis considerados normais, sustentados pela inserção de atividades físicas regulares, havendo pouca necessidade de outras mudanças no estilo de vida, no que se refere a outros profissionais.
(E) ocorre manutenção do peso corporal com o IMC em até 14,9 kg/m²); controle da pressão arterial por meio de medicamentos controlados e consumo moderado de alimentos, álcool e tabaco.

46

O estilo de vida populacional propicia aumento dos quadros diabéticos nas mais diferentes idades. Para ser considerado diabético (tipo 2), a glicemia de jejum do brasileiro precisa estar

(A) abaixo de 60 mg/dL.
(B) entre 60 e 90 mg/dL.
(C) entre 60 e 110 mg/dL.
(D) acima de 126 mg/dL.
(E) acima de 150 mg/dL.

47

O frequêncímetro é um equipamento que tem função de mensurar a frequência cardíaca individual. Assinale a alternativa correta sobre esse recurso de avaliação em atividade física, o qual apresenta inúmeras vantagens e desvantagens em sua utilização.

(A) É um aparelho pequeno, sensível e invasivo. Também apresenta grande desvantagem em relação à capacidade de armazenamento de dados.
(B) A frequência cardíaca pode ser alterada independentemente do tipo de atividade física realizada, sua maior vantagem é ser susceptível a interferências externas.
(C) É uma vantagem ser um equipamento pequeno e não invasivo, que possibilita a mensuração das oscilações cardíacas em diferentes situações de prática de atividades físicas.
(D) A variedade de modelos, preços e processamento de diversos dados que se relacionam à frequência cardíaca permite sua utilização apenas para atividades de rendimento esportivo.
(E) É utilizado no peito, na linha do processo xifóide do osso esterno, sendo uma desvantagem ao indíviduo que utiliza o frequencímetro a correlação da idade, massa corporal e batimentos cardíacos.

48

O ambiente tem grande responsabilidade sobre o estilo de vida das pessoas, proporcionando facilidades para o sedentarismo ou dificuldades para o estilo de vida das pessoas. Existem quatro tipos de ambientes relacionados à prática de atividade física: ambiente construído; natural; social e comunitário. Sobre a definição dos tipos de ambiente, assinale a alternativa correta.

(A) Ambiente comunitário são aqueles que envolvem todas as construções, espaços ou objetos criados ou modificados pelo homem, por exemplo, casas, escolas, locais de trabalho, áreas e parques de recreação, ciclovias, acessibilidade ao comércio e residências.
(B) Ambiente social são locais em que as pessoas podem ser fisicamente ativas, utilizando de espaços abertos. Nesse ambiente, diversos fatores podem modificar o padrão de atividade física como clima, vegetação, chuvas e topografia.
(C) O ambiente social inclui interação individual, familiar e de pequenos grupos. Contempla um conjunto de fatores que influenciam grandes comunidades e regiões, como cultura, normas, índices de desordem social, lixo, pichações nas ruas e criminalidade, bem como ações políticas que podem influenciar o ambiente ou os diferentes tipos de atividade física.
(D) O ambiente construído sofre modificações com o passar do tempo e suas mudanças influenciam diretamente a possibilidade de os indivíduos realizarem atividades físicas. Esse ambiente inclui, simultaneamente, a interação de três tipos de ambiente: social, natural e construído.
(E) Ambiente natural é aquele que oferece aos praticantes sustentabilidade, no qual é fundamental a inter-relação do ambiente social, construído e comunitário.

49

Assinale a alternativa INCORRETA sobre a Atenção Básica à Saúde (ABS) e as funções do profissional de educação física.

(A) Intervir ofertando práticas corporais que envolvam exercícios de alongamento e fortalecimento muscular. Promover caminhadas, exercícios de coordenação motora e equilíbrio.
(B) Desenvolver estudos que comprovem a efetividade das práticas de atividades corporais, o que pode auxiliar na prevenção e controle de doenças não transmissíveis.
(C) Orientar sobre aspectos nutricionais e prescrever cardápios contendo alimentos e quantidades a serem ingeridos pelo paciente.
(D) Capacitar os trabalhadores de saúde em conteúdos de promoção da saúde e práticas corporais/atividade física na lógica da educação permanente, incluindo a avaliação como parte do processo.
(E) Organizar os serviços de saúde de forma a aconselhar a população sobre os benefícios de estilos de vida saudáveis.

50

Em relação às barreiras relacionadas à prática da atividade física, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. São os diferentes obstáculos para o engajamento em comportamentos que podem ajudar na prevenção de doenças e melhoraria da saúde.
II. As barreiras menos prevalentes são: falta de tempo, falta de locais adequados, segurança, preguiça e não gostar de atividade física.
III. Pode ser real, como um obstáculo que realmente impede o indivíduo de praticar atividade física, por exemplo, uma doença.
IV. Pode ser percebida segundo o julgamento do indivíduo, dificultando em adotar um estilo de vida fisicamente ativo.

(A) Apenas I e IV.
(B) Apenas II, III e IV.
(C) Apenas I e II.
(D) Apenas II e III.
(E) Apenas I, III e IV.

51

Sobre a importância da Educação Física e sua amplitude em diferentes áreas de intervenção, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

( ) Desporto e esporte são atividades competitivas, as quais são aplicadas com o intuito específico de rendimento e não para a promoção da saúde.
( ) Atividade física é qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética que resulta em gasto energético acima dos níveis de repouso.
( ) Exercício físico é atividade sistematizada de movimentos de diferentes segmentos corporais, executados de forma planejada, segundo um determinado objetivo a atingir.
( ) Aptidão física pode estar relacionada à saúde ou às habilidades atléticas.
( ) Atividade física deve ser sistematizada para se atingir aumento do gasto calórico e se alcançar objetivos previamente estabelecidos.

(A) F – V – V – V – F.
(B) F – V – V – V – V.
(C) F – F – V – F – F.
(D) V – V – F – V – F.
(E) V – F – F – V – V.

52

Mulher com 28 anos, grávida de 16 semanas, procura recomendações para a realização de prática de atividade física em uma Unidade Básica de Saúde, a qual recomenda que as indicações sejam realizadas por um profissional de Educação Física. Considerando a gestante, quanto às recomendações iniciais que devem ser consideradas para se realizar ou não a prática de atividades ou exercícios físicos, analise as assertivas assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. Aumentar o tempo frente à tecnologia e reduzir a movimentação diária, promovendo aumento de fluxo de sangue e oxigênio para o bebê.
II. Suspender imediatamente a prática de atividades físicas em caso de sangramento, descolamento de placenta, doenças respiratórias ou cardíacas graves.
III. Para a redução de náuseas e tonturas é priorizada a realização de exercícios em pé ou sentada, evitando manter a cabeça baixa.
IV. A bicicleta pode ser uma excelente aliada durante os deslocamentos diários, mas sobretudo se deve aumentar a atenção para evitar possíveis quedas.

(A) Apenas I e III.
(B) Apenas II e IV.
(C) Apenas I, II e III.
(D) Apenas II, III e IV.
(E) I, II, III e IV.

53

Um indivíduo de 46 anos, hipertenso, com comportamento sedentário, utilização de álcool e tabaco em excesso, somado a uma alimentação ruim. Em casos como o apresentado e considerando a prevenção primária, secundária e terciária, assinale a alternativa correta.

(A) A cessação do tabaco e a diminuição de sódio alimentar são consideradas tipos de prevenção secundária.
(B) A inclusão de atividades físicas, redução da ingestão de sódio, tabaco e álcool e a melhora dos hábitos alimentares devem ocorrer durante a fase primária de prevenção e manutenção da saúde.
(C) A realização de práticas de atividades físicas aliada a um cardápio nutricional devem ser adotados na fase terciária da doença, para minimização dos danos ocorridos.
(D) Para impedir a progressão ao óbito e regredir a doença, deve se manter o estilo de vida adotado até o presente momento, para evitar alterações no organismo.
(E) Deve se iniciar, na fase de prevenção primária, exercícios de baixa intensidade, na fase de prevenção secundária, atividades moderadas, e, na fase prevenção terciária, atividades de alta intensidade.

54

Em epidemiologia, algumas medidas de morbidades podem ser traçadas, como é o caso da medida de prevalência que mostra a frequência de casos existentes de uma determinada doença ou condição, em uma determinada população e em um dado momento, e medidas de incidência que medem o número de casos novos de uma doença, episódios ou eventos na população dentro de um período definido de tempo (dia, semana, mês, ano).

Considerando prevalência e o seguinte quadro epidemiológico, assinale a alternativa correta.

Em um estudo, estimou-se a prevalência de inatividade física em adultos e idosos no sul do Brasil. Foi encontrado entre os 2000 sujeitos entrevistados, 750 que praticavam menos de 150 minutos semanais de atividades físicas. Portanto a prevalência de inatividade física abaixo da recomendação encontrada no estudo foi de

(A) 25% da população.
(B) 37,5% da população.
(C) 26,6% da população.
(D) 75% da população.
(E) 20,7% da população.

55

Em avaliações epidemiológicas, podem ser utilizadas medidas de tendência central, como moda, mediana e média, sendo essa última a mais conhecida. Uma turma de idosas serão atendidas por um profissional de educação física e as idades são: 60 – 61 – 62 – 60 – 63 – 60 – 61. A média de idade dessa turma é de

(A) 60 anos.
(B) 61 anos.
(C) 62 anos.
(D) 63 anos.
(E) 64 anos.

56

As doenças crônicas comumente apresentam desenvolvimento lento e são ocasionadas por diversos fatores, como avanço da idade, sedentarismo, hábitos alimentares, dentre outros. Sobre as doenças crônicas Acidente Vascular Encefálico (AVE) e Doença Arterial Coronária (DAC), analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. O AVE é uma doença conceituada pela perda de função neurológica resultante de lesão ou morte de células cerebrais depois de um insuficiente suprimento de sangue e pode gerar impedimento das funções corporais.

II. O AVE é uma das principais causas de mortes no mundo e pode ser isquêmico, ocasionado por um coágulo que bloqueia o fluxo de sangue, ou hemorrágico, originário de um sangramento dentro ou ao redor do encéfalo.

III. A DAC é uma patologia de ordem cardiovascular causada por aterosclerose da artéria coronária que provoca restrição e até obstrução da passagem de sangue para o coração.

IV. A DAC é uma patologia cardiovascular ocasionada pelo excesso de exercícios físicos, o que promove enrijecimento da artéria coronária, provocando redução do aporte de sangue para o coração.

(A) Apenas I e III.
(B) Apenas II e III.
(C) Apenas I e II.
(D) Apenas II, III e IV.
(E) Apenas I, II e III.

57

Considerando o sedentarismo como fator negativo para saúde e o profissional de educação física como agente de promoção de uma vida mais ativa, assinale a alternativa correta.

(A) No Brasil, independente do sexo, o sedentarismo é mais prevalente em crianças e adolescentes.
(B) Os níveis de atividade física são proporcionalmente mais baixos em adultos do que em idosos.
(C) O sedentarismo é responsável pelo desenvolvimento de doenças crônico degenerativas, como a diabetes tipo 1.
(D) Compete ao Profissional de Educação Física auxiliar na promoção de atividades e exercícios físicos para a população geral, por meio das atribuições profissionais previstas em lei.
(E) O profissional de saúde deve considerar o exercício físico simplesmente como uma abordagem terapêutica adicional que pode ser oferecida ao paciente.

58

A orientação do mínimo de esforço para um comportamento benéfico à saúde da população afirma que os benefícios dos exercícios, em qualquer idade, são bem maiores do que qualquer problema que ele possa provocar, para tanto, existem diretrizes a serem seguidas pela população em geral.

Em relação à recomendação das diretrizes adotadas atualmente, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. Para crianças e adolescentes (6 – 17 anos), recomenda-se 60 minutos de atividade física todos os dias da semana, em que a maior parte dessa atividade deve ser moderada ou intensa, mesma que dividida em blocos. Nessa faixa de idade, são sugeridas atividades vigorosas em grande parte aeróbia, bem como atividades de fortalecimento muscular e ósseo três vezes por semana.

II. Adultos (18 - 64 anos) devem realizar 2h30mim de atividade física moderada ou 1h15min de atividade aeróbia vigorosa por semana. Sugere-se realizar trabalhos de fortalecimento muscular geral em dois ou mais dias da semana.

III. Idosos (acima de 65 anos) devem realizar 2h30mim de atividade física moderada ou 1h15min de atividade aeróbia vigorosa por semana. Sugere-se ainda realizar trabalhos de fortalecimento muscular e exercícios que desenvolvam o equilíbrio caso apresentem riscos de queda.

IV. Crianças, adolescentes e adultos com incapacidades não devem realizar exercícios físicos, uma vez que estas podem ser prejudiciais ao seu tratamento assistido. Já mulheres grávidas e no período pós-parto podem realizar 2h30min por semana de atividade física aeróbia moderada, dividindo os minutos ao longo de vários dias.

(A) Apenas I, II e III.
(B) Apenas I, II e IV.
(C) Apenas II, III e IV.
(D) Apenas I e III.
(E) I, II, III e IV.

59

As últimas décadas evidenciaram uma maior preocupação com a prática de atividade física da população mundial, em que há inúmeras recomendações em busca de um consenso sobre o mínimo e o máximo de atividade física diária. Destacam-se sobre essa temática a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o *American College of Sports Medicine* (ACSM). O ministério da saúde, também determina diretrizes para à recomendação sobre o tempo de prática de atividade física para a população brasileira. Diante do exposto, assinale a alternativa correta sobre a recomendação de tempo de atividade física semanal para adultos.

(A) Adultos devem realizar 30 minutos ou mais de atividade física com intensidade moderada pelo menos 5 dias por semana, ou 20 minutos de atividades intensas e vigorosas pelo menos 3 dias por semana.
(B) Adultos devem realizar ao menos 150 minutos por semana de atividades moderadas ou 75 minutos semanais de atividades vigorosas, já, para benefícios adicionais à saúde, esse tempo pode ser aumentado progressivamente.
(C) Adultos devem realizar 300 minutos semanais de atividades vigoras ou 10 minutos diários de quaisquer atividades moderadas.
(D) Para adultos, o tempo de recomendação diária pode se distribuir em 20 minutos semanais de atividades vigorosas 3 dias na semana, 30 minutos de atividades moderadas 5 dias na semana ou 45 minutos de atividades leves 7 dias na semana.
(E) Adultos saudáveis devem realizar ao menos 25 minutos semanais de atividades vigorosas 3 dias na semana ou 120 minutos de atividades moderadas.

60

A inatividade física é um dos principais fatores de risco que mais mata no mundo, sendo que para cada 10 mortes no mundo, seis são atribuídas a doenças não transmissíveis. Soma-se a isso a maior probabilidade de cânceres de mama e colo do útero, elevação da diabetes e cardiopatias, além de morbidades também relacionadas à inatividade física. Diante do exposto, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas sobre os fatores de risco que matam mais pessoas no mundo.

I. A obesidade e o sobrepeso são fatores de risco que estão sob controle mundial, muito disso se deve ao crescimento da profissão Educação Física.

II. O consumo de tabaco pode ocasionar inúmeras complicações fisiológicas, mas sua utilização, mesmo que em excesso, apresenta baixo nível de letalidade.

III. A hipertensão é o fator de risco mais controlado na população mundial, sobretudo é o que menos gera mortes na população.

IV. O excesso de glicose no sangue e o aparecimento de quadros diabéticos têm crescido a números alarmantes, sendo sua identificação possível em adolescentes.

(A) Apenas I e II.
(B) Apenas II e III.
(C) Apenas III e IV.
(D) Apenas I e IV.
(E) Apenas I, II e III.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
EMPRESA BRASILEIRA DE SERVIÇOS HOSPITALARES
EXAME NACIONAL DE RESIDÊNCIA

T3089016N

EXAME NACIONAL DE RESIDÊNCIA
EDITAL Nº 2/2021 - RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL E EM ÁREA PROFISSIONAL DA SAÚDE UNIPROFISSIONAL E MULTIPROFISSIONAL 2021/2022

EDUCAÇÃO FÍSICA

NOME DO CANDIDATO

INSCRIÇÃO

Nível
SUPERIOR

PROVA
03
Lembre-se de marcar o número acima na folha de respostas!

EBSERH
HOSPITAIS UNIVERSITÁRIOS FEDERAIS

Fraudar ou tentar fraudar Concursos Públicos é Crime! Previsto no art. 311 - A do Código Penal

Sobre o material recebido pelo candidato

- ✓ Além deste Caderno de Questões, com **sessenta questões objetivas,** você receberá do fiscal de sala a Folha de Respostas.
- ✓ Confira seu nome, o número do seu documento e o número de sua inscrição em todos os documentos entregues pelo fiscal. Além disso, não se esqueça de conferir seu Caderno de Questões quanto a falhas de impressão e de numeração e se a profissão corresponde àquela para a qual você se inscreveu.
- ✓ O não cumprimento a qualquer uma das determinações constantes em Edital, no presente Caderno ou na Folha de Respostas incorrerá na eliminação do candidato.

Sobre o material a ser devolvido pelo candidato

- ✓ O único documento válido para avaliação é a Folha de Respostas.
- ✓ Na Folha de Respostas, preencha os campos destinados à assinatura e ao número de inscrição. As respostas às questões objetivas devem ser preenchidas da seguinte maneira: ●
- ✓ Na Folha de Respostas, só é permitido o uso de caneta esferográfica transparente de cor azul ou preta. Esse documento deve ser devolvido ao fiscal na saída, devidamente preenchido e assinado.

Sobre a duração do exame e a permanência na sala

- ✓ O prazo de realização do exame é de 4 horas, incluindo a marcação da Folha de Respostas.
- ✓ Após 60 (sessenta) minutos do início do exame, o candidato estará liberado para utilizar o sanitário ou deixar definitivamente o local de aplicação, não podendo, no entanto, levar o Caderno de Questões e nenhum tipo de anotação de suas respostas.
- ✓ O candidato poderá levar consigo o Caderno de Questões somente se aguardar em sala até o término do prazo de realização do exame estabelecido em edital.
- ✓ Os três últimos candidatos só poderão retirar-se da sala juntos, após assinatura do Termo de Fechamento do Envelope de Retorno.

Sobre a divulgação dos Cadernos de Questões e dos Gabaritos

- ✓ Os Cadernos de Questões e os Gabaritos Preliminares estarão disponíveis no site do **Enare** no endereço eletrônico **https://enare.ebserh.gov.br,** conforme previsto em Edital.

Competências (conhecimentos, habilidades, atitudes) Comuns

1

Ao realizar a avaliação normativa, ao verificarmos os recursos de uma intervenção, assim como sua organização para saber se os recursos serão suficientes para oferecer o leque completo de serviços prestados, faz-se uma apreciação de

(A) processo.
(B) resultado.
(C) satisfação.
(D) objetividade.
(E) estrutura.

2

A seguir, são citados alguns conceitos-chave da Classificação Internacional de Segurança do Paciente da Organização Mundial da Saúde. Assinale a alternativa que apresenta corretamente um desses conceitos.

(A) Dano – probabilidade de um incidente ocorrer.
(B) Incidente – comprometimento da estrutura ou função do corpo e/ou qualquer efeito dele oriundo.
(C) Circunstância Notificável – incidente que atingiu o paciente, mas não causou dano.
(D) Evento Adverso – incidente que resulta em dano ao paciente.
(E) Risco – evento ou circunstância que poderia ter resultado, ou resultou, em dano desnecessário ao paciente.

3

O termo "modelo assistencial" é utilizado com diversas variações terminológicas. Uma delas, utilizada por Merhy, é a denominação de "modelo tecnoassistencial" que por sua vez, designa um processo composto por "tecnologias do trabalho em saúde" e a assistência, como uma "tecnologia do cuidado", operada por três tipos de arranjos tecnológicos, sendo eles as tecnologias:

(A) leves, leve-duras e duras.
(B) compactas, estruturais e reclusas.
(C) construtivas, distributivas e analistas.
(D) primárias, secundárias e terciárias.
(E) rasas, intermediárias e terminais.

4

Maurício é residente em um hospital público e, na sua atuação profissional, sempre reconheceu seu dever em ajudar o outro, considerando que, maximizando o bem do outro, possivelmente reduziria o mal. Além disso, na sua atuação profissional, sempre foi comprometido a avaliar riscos e benefícios aos quais os seus clientes estão expostos ao se decidir por determinados procedimentos. Pode-se relacionar a atitude de Maurício ao que, em Bioética, se conhece por Princípio do(a)

(A) Indiligência.
(B) Autonomia.
(C) Equidade.
(D) Beneficência.
(E) Não maleficência.

5

Considerando o contexto da história das políticas de saúde no Brasil, assinale a alternativa que apresenta características pertinentes ao período que corresponde ao final do império e à primeira república.

(A) Foi um período baseado no autoritarismo e privatização dos recursos de saúde, visando principalmente fortalecer os moldes capitalistas.
(B) Teve como momento marcante a criação do INPS em 1946, para racionalização administrativa da assistência médica e cobertura previdenciária.
(C) Nesse período, havia privilegiamento da prática médica individual, assistencialista e especializada em detrimento às ações de saúde pública que ocorreram a partir de 1974.
(D) Foi um período apoiado no desenvolvimento de terceirização da prestação de serviços médicos devido à incapacidade da rede própria do Estado em fornecer assistência adequada à saúde.
(E) Nesse período, os serviços médicos hospitalares estavam nas mãos de entidades filantrópicas, como as Santas Casas, que tinham hospitais em diversas cidades.

6

Na composição originária do movimento sanitário no Brasil, podem ser identificadas três vertentes principais, sendo que a primeira vertente, caracterizada por difundir a teoria da medicina social, é constituída por

(A) médicos residentes e renovação estudantil.
(B) movimento estudantil e centro brasileiro de estudos de saúde.
(C) profissionais da área de saúde coletiva e academia.
(D) união nacional de estudantes e movimento Brasil livre.
(E) liga acadêmica de saúde e movimento liberal estudantil.

7

É possível afirmar que os principais desdobramentos da oitava Conferência Nacional de Saúde foram a constituição da Comissão Nacional da Reforma Sanitária (CNRS) e a conformação do(a)

(A) Plenária Nacional de Saúde.
(B) Pacto pela Saúde.
(C) Constituição Federal de 1986.
(D) Norma Operacional de Saúde.
(E) Aliança Democrática em Saúde.

8

O arranjo institucional do SUS prevê uma série de instâncias de negociação e estabelecimento de pactos, envolvendo diferentes níveis gestores do sistema e diversos segmentos da sociedade. Tal arranjo permite que vários atores – mesmo os não diretamente responsáveis pelo desempenho de funções típicas da gestão dos sistemas – participem do processo decisório sobre a política de saúde. Assim, é possível afirmar que, na estrutura decisória e institucional do SUS, a representação dos gestores na esfera MUNICIPAL se dá por meio do(a)

(A) Conass.
(B) Comissão Bipartite.
(C) Comam.
(D) Cosems.
(E) Comissão Tripartite.

9

As bases legais sobre a participação social no SUS foram promulgadas em 1990 na Lei Orgânica da Saúde (LOS). É importante registrar que a LOS foi editada após importantes vetos do governo em uma atmosfera muito nebulosa quanto à efetivação das conquistas constitucionais. A lei n° 8.080/90 reafirma, no seu artigo 7°, a participação social como um princípio para o SUS e a lei n° 8.142/90, no seu artigo 1°, define que

(A) o orçamento da seguridade social destinará ao Sistema Único de Saúde (SUS), de acordo com a receita estimada, os recursos necessários à realização de suas finalidades.
(B) as ações e serviços públicos de saúde e os serviços privados contratados ou conveniados que integram o Sistema Único de Saúde (SUS) sejam deliberados pelo conselho social de saúde.
(C) a formulação da política de medicamentos, equipamentos, imunobiológicos e outros insumos de interesse para a saúde e a participação na sua produção fique a cargo do conselho nacional de saúde.
(D) sem prejuízo das funções do poder legislativo, sejam criados os conselhos e as conferências de saúde como forma de instituição de participação da comunidade na gestão do SUS.
(E) a assistência às pessoas, por intermédio de ações de promoção, proteção e recuperação da saúde, seja realizada sob fiscalização dos respectivos conselhos de saúde.

10

Os gestores de uma região de saúde realizaram planejamento regional integrado para a elaboração do contrato organizativo da ação pública, que tem a função de definir entre os entes federativos as suas responsabilidades no SUS, sendo um instrumento

(A) jurídico que explicita os compromissos pactuados em cada região de saúde.
(B) de hierarquização dos prestadores de saúde conveniados ao SUS.
(C) de coleta de dados para o planejamento local de saúde.
(D) para capacitação dos entes federativos na organização da atenção básica.
(E) de alocação de recursos centralizado na esfera federal de Governo.

11

Os acadêmicos da residência multiprofissional realizaram, junto aos profissionais das regionais de saúde, um evento para capacitar secretários municipais de saúde sobre o processo de regionalização e explicaram que a regionalização em saúde tem como finalidade

(A) implantar políticas de saúde inclusivas e garantir ambiente acolhedor nas unidades de saúde.
(B) conduzir a implantação dos modelos de atenção em saúde mais adequados à realidade da população.
(C) organizar os serviços de saúde em cada região, para que as pessoas possam ter acesso a todos os tipos de atendimento ofertados.
(D) estratificar os níveis de atenção em saúde para garantir principalmente as ações de atenção primária em saúde em cada região.
(E) delimitar as regiões de saúde para garantir o acesso aos serviços de saúde à população com baixa renda.

12

Atravessamos uma crise sem precedentes na história do Sistema Único de Saúde. Para além dos tantos desafios enfrentados no cotidiano, com a pandemia da covid-19 a situação se agrava, acarretando sobrecarga ainda maior para o sistema de saúde, concretizando a urgência de uma organização do serviço em Redes de Atenção à Saúde (RAS). Assim, como uma das características das RAS, tem-se

(A) que o conhecimento e a ação clínica são concentrados nos profissionais, principalmente médicos.
(B) o aumenta à ênfase nas ações de saúde curativas e que visam à reabilitação.
(C) que os serviços especializados devem ser desconcentrados para garantir igualdade.
(D) que a forma de reação do sistema à demanda é reativa e episódica.
(E) que a coordenação da atenção se dá por meio da atenção primária em saúde.

13

A queda dos indicadores de incidência, mortalidade e ocupação de leitos de UTI, decorrentes da pandemia da Covid-19, vem configurando um cenário que pode ser resultado do avanço da campanha de vacinação que ocorre no país. Com base no exposto e considerando os conceitos da epidemiologia, qual alternativa refere-se à definição de incidência?

(A) Possibilidade de adoecimento por determinado agente, fator de risco ou conjunto de causas.
(B) Frequência com que surgem novos casos de uma doença em um intervalo de tempo.
(C) Número de casos existentes de uma doença em um dado momento.
(D) Taxa de portadores de determinada doença em relação à população susceptível.
(E) Relação entre frequências atribuídas de determinado evento, sendo que, no numerador, é registrada a frequência absoluta do evento.

14

Os anos de 2020/2021 foram marcados pela Emergência em Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) decorrente da pandemia de Coronavírus. Nesse contexto, para o enfrentamento das emergências em saúde pública nas diferentes esferas de gestão, o sistema de saúde conta com uma rede integrada de unidades de alerta e resposta, denominada rede

(A) Cievs.
(B) Sinan.
(C) Sia-SUS.
(D) Rename.
(E) Renases.

15

São competências da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), EXCETO

(A) coordenar o Sistema Nacional de Vigilância Sanitária.
(B) gerenciar as Operadoras de Planos de Saúde e a capacidade de qualificação da própria função reguladora em consonância com os preceitos do SUS.
(C) estabelecer normas e padrões sobre limites de contaminantes, resíduos tóxicos, desinfetantes, metais pesados e outros que envolvam risco à saúde.
(D) conceder registros de produtos, segundo as normas de sua área de atuação.
(E) estabelecer normas, propor, acompanhar e executar as políticas, as diretrizes e as ações de vigilância sanitária.

16

Um grupo de profissionais de saúde, que trabalha em uma Equipe de Saúde da Família e utiliza o modelo explicativo e as ações propostas por Leavell e Clark sobre o potencial das ações no ambiente e nos estilos de vida na prevenção de doenças, sabe que, ao realizar as atividades propostas pela equipe de promoção em saúde, estas ocorrem no período de

(A) prevenção secundária.
(B) proteção específica.
(C) reabilitação.
(D) diagnóstico precoce.
(E) pré-patogênese.

17

A Política Nacional de Atenção Básica tem na Saúde da Família sua estratégia prioritária para expansão e consolidação da Atenção Básica, sendo uma de suas diretrizes

(A) a indivisibilidade do cuidado.
(B) o apoio ambulatorial.
(C) as ações solidárias.
(D) a população adscrita.
(E) a gestão de apoio à infraestrutura.

18

Os residentes, juntamente com os profissionais do pronto atendimento de um hospital universitário, realizaram um cronograma de atividades para os profissionais do setor, com enfoque na Educação Permanente, a qual

(A) é uma estratégia descontínua de capacitação com rupturas no tempo: com cursos periódicos sem sequência constante.
(B) representa uma continuidade do modelo escolar ou acadêmico, centralizado na atualização de conhecimentos.
(C) incorpora o ensino e o aprendizado à vida cotidiana das organizações e às práticas sociais e laborais.
(D) tem enfoque disciplinar, em ambiente didático e baseado em técnicas de transmissão de conhecimento.
(E) conceitua tecnicamente a prática enquanto campo de aplicação de conhecimentos especializados.

19

Uma equipe de saúde interdisciplinar desenvolve, em espaços de atenção à saúde mental, uma atuação integrada da equipe, valorizando outros aspectos além do diagnóstico psiquiátrico e da medicação no tratamento dos usuários, que é definida, dentro da Política Nacional de Humanização, como

(A) projeto terapêutico singular.
(B) programa saúde para todos.
(C) ambiência.
(D) modelo de gestão em saúde mental.
(E) práticas integrativas de saúde coletiva.

20

A discriminação por orientação sexual e por identidade de gênero incide na determinação social da saúde, no processo de sofrimento e adoecimento decorrente do preconceito e do estigma social reservado às populações de lésbicas, gays, bissexuais, travestis e transexuais/outros. Assim, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), a Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais (Política Nacional de Saúde Integral LGBT) é instituída pela portaria n°

(A) 2.537/2003.
(B) 2.132/2006.
(C) 2.221/2008.
(D) 2.836/2011.
(E) 2.754/2015.

Competências (Conhecimentos, habilidades, atitudes) Específicas

21

O treinamento físico é um importante aliado no combate à propagação da obesidade. O exercício aeróbio, quando utilizado como ferramenta para o tratamento da obesidade, provoca uma série de alterações metabólicas que são benéficas ao organismo. Assinale a alternativa que apresenta as alterações metabólicas causadas por esse modelo de treinamento.

(A) Aumenta a utilização de ácidos graxos e a densidade mitocondrial, e diminui a capacidade oxidativa.
(B) Diminui a utilização de ácidos graxos e a capacidade oxidativa, e aumenta a densidade mitocondrial.
(C) Aumenta a utilização de ácidos graxos, a densidade mitocondrial e a capacidade oxidativa.
(D) Diminui a utilização de ácidos graxos e densidade mitocondrial, e aumenta a capacidade oxidativa.
(E) Mantém a mesma utilização de ácidos graxos, de densidade mitocrondrial e de capacidade oxidativa apresentada em repouso.

22

Chegando no cardiologista, um individuo após ser questionado pelo médico se já havia feito esse teste antes, responde: "Sim doutor, fiz na esteira da academia". Porém existem diferenças entre o teste de esforço físico e o teste ergométrico. Em relação a tais diferenças, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. O teste de esforço físico apresenta informações sobre a saúde do coração do individuo avaliado.
II. O teste ergométrico só pode ser realizado por um médico, de preferência um cardiologista.
III. O teste ergométrico tem como objetivo avaliar a saúde do coração, detectando possíveis alterações em suas funções.
IV. O teste de esforço deve ser realizado exclusivamente por profissional de educação física.

(A) Apenas II, III e IV.
(B) Apenas III e IV.
(C) Apenas II e III.
(D) Apenas I e II.
(E) Apenas I e IV.

23

Quando iniciamos uma sessão de treinamento físico pensando nas alterações metabólicas do sistema cardiovascular, duas principais alterações decorrem durante esse evento. Quais são elas?

(A) Diminuição da resistência vascular periférica e da força de contração.
(B) Aumento da pressão arterial e diminuição do volume sanguíneo.
(C) Aumento do volume sanguíneo e do volume cardíaco.
(D) Aumento de débito cardíaco e redistribuição de fluxo sanguíneo.
(E) Diminuição da pressão arterial e do volume cardíaco.

24

Considerando um individuo que inicia um exercício intenso, qual é a principal fonte energética para que ocorra a contração muscular durante os primeiros 10 segundos dessa atividade física?

(A) Triglicerídeo disponível na corrente sanguínea.
(B) ATP já existente na célula muscular e a fosfocreatina.
(C) Glicose disponível no tecido adiposo.
(D) ATP produzido na fase aeróbica do exercício físico.
(E) Glicogênio disponível no músculo.

25

O aprimoramento do condicionamento físico pode ser adquirido por meio de diferentes modelos de treinamento, de acordo com o objetivo do aluno. Dentre esses modelos, existe a calistenia, que é um método de treino com exercícios que

(A) utilizam somente o próprio peso.
(B) utilizam halteres.
(C) utilizam barras.
(D) utilizam anilhas.
(E) utilizam aparelhos de musculação.

26

O treinamento no formato de circuito é caracterizado por uma sequencia de exercícios conhecido por estações. Em aulas ao ar livre, como também na academia, é comum esse sistema envolvendo exercícios de musculação, ginástica ou ergonomia. Pensando em um circuito contendo apenas exercícios de alta intensidade, quais são os sistemas energéticos utilizados durante o treinamento?

(A) Anaeróbio lático e alático.
(B) Anaeróbio lático e aeróbio.
(C) Anaeróbio alático, anaeróbio lático e aeróbio.
(D) Anaeróbio e ATP-CP.
(E) ATP-CP e aeróbio.

27

A antropometria que estuda as medidas e dimensões do nosso corpo é muito utilizada na classificação de indivíduos de acordo com sua morfologia. As variáveis de peso e estatura são utilizadas na determinação do IMC (índice de massa corpórea), já as medidas de percentual de gordura corporal podem ser aferidas de diversas formas, entre elas, as dobras cutâneas. De acordo com a fórmula de Jackson e Pollock (1978), quais são as sete dobras cutâneas utilizadas nessa equação?

(A) Tríceps, bíceps, subescapular, peitoral, axilar média, coxa e panturrilha.
(B) Tríceps, bíceps, subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca e glúteo.
(C) Subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca, abdominal, coxa e panturrilha.
(D) Tríceps, subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca, abdominal e coxa.
(E) Tríceps, bíceps, peitoral, axilar média, abdominal, coxa e panturrilha.

28

Ao final de uma sessão de treino, um aluno apresentou um mal estar, sentindo fraqueza e cansaço, necessitando que o professor realizasse o primeiro atendimento. Após a verificação dos sinais vitais, o professor observou que a pulsação do aluno apresentava bradisfigmia que significa:

(A) pulso acelerado.
(B) pulso com impressão de dois batimentos.
(C) pulso normal.
(D) pulso normocardíaco.
(E) pulso lento.

29

Após sofrer um acidente grave, um paciente permaneceu de cama durante um longo período de tempo. Esse período acamado trouxe ao paciente um diagnóstico de atrofia muscular e, após a alta, foi recomendado pelo médico o início de um programa de exercício físico específico para reverter essa situação. Pensando nesse cenário, assinale a alternativa que apresenta o melhor tipo de exercício físico para reverter essa atrofia muscular.

(A) Exercício aeróbio de alta intensidade.
(B) Exercício de alongamento.
(C) Exercício de musculação.
(D) Intervalado de corrida.
(E) Caminhada orientada.

30

Pensando no objetivo de um aluno que tem intenção de ganhar massa muscular nos membros superiores, quais dos seguintes exercícios podem ser prescritos pelo profissional de educação física para o desenvolvimento dessa musculatura?

(A) Desenvolvimento com halter, abdução de quadril e remada articulada.
(B) Afundo, extensão do quadril e flexão de braço.
(C) Elevação em barra, puxada de grande dorsal e afundo.
(D) Agachamento, elevação em barra e extensão do quadril.
(E) Supino, tríceps pulley e remada articulada.

31

A saúde mental tem merecido uma maior atenção, especialmente agora em tempos de pandemia. A população idosa é uma das mais afetadas por esses transtornos. Assim, quais das seguintes patologias estão relacionadas com distúrbios na saúde mental?

(A) Depressão e aterosclerose.
(B) Diabetes do tipo II e cardiopatia.
(C) Déficit cognitivo e obesidade.
(D) Autismo e depressão.
(E) Depressão e agorafobia.

32

O envelhecimento acarreta uma série de alterações em diversas características de um indivíduo. Essas modificações acontecem de forma ampla em variáveis distintas e acabam por determinar o indivíduo idoso. Diante do exposto, quais alterações no organismo resultam do processo de envelhecimento?

(A) Aumento da flexibilidade.
(B) Diminuição na mobilidade articular e aumento do risco de lesões.
(C) Aumento da atividade cardíaca (Número de batimentos cardíacos por minuto).
(D) Ganho de massa muscular.
(E) Aumento da taxa metabólica basal (TMB).

33

A composição corporal, segundo o Colégio Americano de Medicina Esportiva (ACMS), é a representação do peso corporal dividido em quantidade de gordura corporal e tecido isento de gordura. Existe também outra definição mais detalhada dessa divisão. Qual alternativa apresenta esses componentes?

(A) Massa gorda, massa óssea, massa isenta de gordura e massa residual.
(B) Massa magra, massa gorda, líquidos e minerais.
(C) Massa gorda, massa óssea e massa isenta de gordura.
(D) Massa gorda, massa muscular, pele e órgãos.
(E) Massa corporal, líquido corporal e minerais.

34

Você recebe na academia um idoso que foi diagnosticado com uma perda excessiva de massa muscular e as recomendações médicas são para que ele inicie um programa de treinamento tendo como principal objetivo o combate a essa perda. Segundo as características apontadas, trata-se de um idoso com

(A) osteoporose.
(B) síndrome de Burnout.
(C) dinapenia.
(D) doença de Alzheimer.
(E) sarcopenia.

35

Para avaliar a composição corporal, existem diferentes métodos. Em um deles, a avaliação é realizada por meio de raios X de dupla energia, quantificando a composição corporal por regiões do corpo. O enunciado refere-se a qual teste para avaliação da composição corporal?

(A) Protocolo de Dobras Cutâneas.
(B) Pesagem Hidrostática.
(C) DEXA.
(D) Índice de Massa Corporal.
(E) Impedância Bioelétrica.

36

O acúmulo de placas de gordura obstruindo o fluxo sanguíneo nas paredes arteriais é chamado de aterosclerose. Quando esse acúmulo das placas de gordura causa uma obstrução total das artérias ocorrem dois grandes eventos na região do coração, quais são eles?

(A) Broncodilatação e hipertensão.
(B) Arritmias e hipotensão.
(C) Angina e infarto agudo do miocárdio.
(D) Broncoconstrição e infarto do miocárdio.
(E) Angina e hipotensão.

37

A frequência cardíaca mede a velocidade dos batimentos do coração por minuto (BPM). Mesmo com uma série de interferências que alteram seus valores, a frequência cardíaca é bastante utilizada como parâmetro para a prescrição de treinamento. Pensando em um indivíduo de 27 anos que possui sua frequência cardíaca máxima de 193 BPM e sua frequência cardíaca basal (repouso) de 67 BPM, qual será sua frequência cardíaca de reserva?

(A) 220 BPM.
(B) 66 BPM.
(C) 166 BPM.
(D) 94 BPM.
(E) 126 BPM.

38

Após a realização de uma anamnese por um idoso que se apresentou para uma avaliação física em uma clínica de reabilitação, alguns itens no questionário chamaram a atenção do profissional de Educação Física que resolve questioná-lo. Ao perguntar sobre seu histórico familiar para os fatores de risco associados a doenças crônicas, o idoso responde que é sedentário e fuma há 15 anos. Ao final, o profissional deve fazer a classificação de risco para doenças crônicas de caráter metabólico, pulmonar e cardiovascular. No caso desse idoso, a classificação é de

(A) alto risco.
(B) nenhum risco.
(C) baixo risco.
(D) risco moderado.
(E) risco excessivo.

39

O IMC é uma ferramenta importante na determinação de padrões de massa corporal dos indivíduos sendo uma medida antropométrica amplamente conhecida e utilizada mundialmente por sua fácil mensuração (peso e estatura). Segundo a tabela de classificação da OMS (Organização Mundial da Saúde), assinale a alternativa que apresenta valores de um indivíduo classificado com obesidade grau I.

(A) 43.
(B) 33,1.
(C) 36,9.
(D) 18,7.
(E) 25,5.

40

Um indivíduo chega na academia em que você trabalha para realizar uma avaliação física que estava previamente agendada. Você o recepciona e leva-o para a sala onde será realizada a avaliação. A partir desse momento você realiza os seguintes procedimentos:

1. **Testes cardiovasculares.**
2. **Anamnese.**
3. **Aferição da pressão arterial e frequência cardíaca de repouso.**

Qual alternativa apresenta a sequência correta para a realização dos procedimentos citados?

(A) 2 – 3 – 1.
(B) 1 – 2 – 3.
(C) 3 – 1 – 2.
(D) 3 – 2 – 1.
(E) 2 – 1 – 3.

41

As últimas décadas evidenciaram uma maior preocupação com a prática de atividade física da população mundial, em que há inúmeras recomendações em busca de um consenso sobre o mínimo e o máximo de atividade física diária. Destacam-se sobre essa temática a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o *American College of Sports Medicine* (ACSM). O ministério da saúde, também determina diretrizes para à recomendação sobre o tempo de prática de atividade física para a população brasileira. Diante do exposto, assinale a alternativa correta sobre a recomendação de tempo de atividade física semanal para adultos.

(A) Adultos devem realizar 30 minutos ou mais de atividade física com intensidade moderada pelo menos 5 dias por semana, ou 20 minutos de atividades intensas e vigorosas pelo menos 3 dias por semana.
(B) Adultos devem realizar ao menos 150 minutos por semana de atividades moderadas ou 75 minutos semanais de atividades vigorosas, já, para benefícios adicionais à saúde, esse tempo pode ser aumentado progressivamente.
(C) Adultos devem realizar 300 minutos semanais de atividades vigoras ou 10 minutos diários de quaisquer atividades moderadas.
(D) Para adultos, o tempo de recomendação diária pode se distribuir em 20 minutos semanais de atividades vigorosas 3 dias na semana, 30 minutos de atividades moderadas 5 dias na semana ou 45 minutos de atividades leves 7 dias na semana.
(E) Adultos saudáveis devem realizar ao menos 25 minutos semanais de atividades vigorosas 3 dias na semana ou 120 minutos de atividades moderadas.

42

A inatividade física é um dos principais fatores de risco que mais mata no mundo, sendo que para cada 10 mortes no mundo, seis são atribuídas a doenças não transmissíveis. Soma-se a isso a maior probabilidade de cânceres de mama e colo do útero, elevação da diabetes e cardiopatias, além de morbidades também relacionadas à inatividade física. Diante do exposto, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas sobre os fatores de risco que matam mais pessoas no mundo.

I. A obesidade e o sobrepeso são fatores de risco que estão sob controle mundial, muito disso se deve ao crescimento da profissão Educação Física.
II. O consumo de tabaco pode ocasionar inúmeras complicações fisiológicas, mas sua utilização, mesmo que em excesso, apresenta baixo nível de letalidade.
III. A hipertensão é o fator de risco mais controlado na população mundial, sobretudo é o que menos gera mortes na população.
IV. O excesso de glicose no sangue e o aparecimento de quadros diabéticos têm crescido a números alarmantes, sendo sua identificação possível em adolescentes.

(A) Apenas I e II.
(B) Apenas II e III.
(C) Apenas III e IV.
(D) Apenas I e IV.
(E) Apenas I, II e III.

43

A intervenção do profissional de Educação Física deve seguir as diretrizes propostas pelo Conselho Federal de Educação Física – CONFEF –, as quais apresentam inúmeras regras fundamentadas em leis. Sobre as especificidades da intervenção profissional em Educação Física, assinale a alternativa correta.

(A) A intervenção deve considerar diversos fatores como identificar, organizar, planejar, dirigir, supervisionar, executar, dentre muitos outros, nas áreas da docência, treinamento desportivo, preparação física, avaliação física, recreação em atividade física, orientação de atividades física e gestão em educação física e desporto.
(B) A intervenção profissional e suas atribuições de especificidades são igualmente aplicadas nas sete ramificações de atuação profissional de regência ou docência em educação física, treinamento desportivo, preparação física, avaliação física, recreação em atividade física, orientação de atividades física e gestão em educação física e desporto.
(C) A intervenção do profissional de educação física deve priorizar a prática competitiva, bem como o desenvolvimento de habilidades técnicas para praticantes de atividade física independentemente do contexto de realização, além de organizar a aplicação, realizar diagnósticos ou a promoção da saúde.
(D) A intervenção profissional em educação física ocorre em três grandes áreas: na realização de atividade física, na promoção de exercícios físicos e no desporto ou esporte, dentro de instituição públicas e privadas, com exceção de clínicas e hospitais.
(E) A intervenção profissional por meio de técnicas, métodos e diagnóstico apresenta subjetividade em virtude da ausência de legislação específica, resultando em fiscalização precária e quase inexistente.

44

O Conselho Federal de Educação Física – CONFEF – em cumprimento ao que determina a Lei Federal nº 9696/1998, que regulamentou essa profissão, permite que graduados em nível superior atuem na prestação de serviços à população em todas as atividades relacionadas à Educação Física e nas suas diversas manifestações e objetivos. Referente à atuação do profissional de Educação Física, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

( ) Pode atuar em instituições e Órgãos Públicos e Privados de prestação de serviços em Atividade Física, Desportiva e/ou Recreativa e em quaisquer locais onde possam ser ministradas atividades físicas.
( ) Utiliza de técnicas e instrumentos de avaliação funcional, motora, biomecânica, composição corporal, dentre outras formas de análise.
( ) Pode atuar em parques, logradouros públicos, academias, grêmios desportivos, hotéis, condomínios, centros de treinamento de lutas e artes marciais, creches, asilos e outros.
( ) É vedada a atuação desse profissional em instituições e órgãos da saúde, "SPAs", clínicas, centros de saúde e hospitais.
( ) É vedada a atuação em segmentos administrativos de empresas que promovem prática desportiva e centros e laboratórios de pesquisa.

(A) V – V – V – F – F.
(B) V – F – V – F – F.
(C) F – V – V – V – F.
(D) F – F – F – V – V.
(E) V – F – F – F – F.

45

Existem quatro tipos de classificação de atividade física que podem ser realizadas nos domínios da vida de uma pessoa. Essa classificação retrata os momentos diários em que um indivíduo pode realizar atividade física. Quanto a essa classificação, assinale a alternativa correta.

(A) No seu tempo livre; quando o indivíduo se desloca; nas atividades do trabalho ou dos estudos; e nas tarefas domésticas.
(B) Leve, moderada, intensa e vigorosa.
(C) No deslocamento diário; nas atividades recreativas do dia a dia; na intensidade laboral; e durante o sono.
(D) Durante o lazer; no trabalho; na ludicidade e nos estudos.
(E) Durante a alimentação; na hora do sono; nas atividades domésticas intensas; e no deslocamento diário moderado.

46

A utilização adequada de instrumentos de avaliação da atividade física favorece uma intervenção mais precisa junto aos diferentes grupos populacionais. O questionário internacional de atividade física (IPAQ), o pedômetro e o acelerômetro são exemplos de instrumentos de avaliação em atividade física. Posto isso, assinale a alternativa correta a respeito da avaliação do nível de atividade física.

(A) A versão curta do questionário internacional de atividade física (IPAQ) é fidedigno para a mensuração dos níveis de atividade física das populações.
(B) O pedômetro possui um sensor (mola) que capta a oscilação do quadril gerada durante a caminhada (aceleração vertical) e converte-a em número de passos.
(C) O pedômetro avalia a atividade física populacional por meio de cálculos que envolvem número de passos e amplitude da passada, correlacionando com a frequência cardíaca e o dispêndio energético.
(D) Os níveis de atividade física podem ser medidos por um acelerômetro, que converte o número de passos durante a caminhada em virtude da aceleração do quadril.
(E) O pedômetro, o acelerômetro e o IPAQ são instrumentos de avaliação direta e objetiva sobre os níveis de atividade física.

47

A hipertensão arterial sistêmica é uma síndrome multicausal e multifatorial. É prevenção primária, ao ser intermediada por profissionais de educação física e uma equipe multidisciplinar, quando

(A) existe manutenção do peso corporal (IMC até 24,9 kg/m²); redução do consumo de sódio (menor que 2 g/dia); consumo moderado de álcool; dieta equilibrada; e mínimo 30 minutos de atividade física por dia, pelo menos 5 dias na semana.
(B) ocorre mudanças parciais no estilo de vida, com realização de 30 minutos de atividade física 3 vezes por semana; existe manutenção do IMC entre 25 e 29,9 kg/m²); havendo ainda a necessidade de ajustes na dieta e redução dos usos exagerados de álcool e tabaco.
(C) se realiza controle da dieta, com 0,75g de proteína por peso corporal, ingestão de sódio menor que 4,2 g/dia; manutenção do IMC menor que 34,9 kg/m²); realização de atividade física 7 vezes na semana, predominantemente aeróbia por 60 minutos.
(D) existe controle da pressão arterial em níveis considerados normais, sustentados pela inserção de atividades físicas regulares, havendo pouca necessidade de outras mudanças no estilo de vida, no que se refere a outros profissionais.
(E) ocorre manutenção do peso corporal com o IMC em até 14,9 kg/m²); controle da pressão arterial por meio de medicamentos controlados e consumo moderado de alimentos, álcool e tabaco.

48

O estilo de vida populacional propicia aumento dos quadros diabéticos nas mais diferentes idades. Para ser considerado diabético (tipo 2), a glicemia de jejum do brasileiro precisa estar

(A) abaixo de 60 mg/dL.
(B) entre 60 e 90 mg/dL.
(C) entre 60 e 110 mg/dL.
(D) acima de 126 mg/dL.
(E) acima de 150 mg/dL.

49

O frequêncímetro é um equipamento que tem função de mensurar a frequência cardíaca individual. Assinale a alternativa correta sobre esse recurso de avaliação em atividade física, o qual apresenta inúmeras vantagens e desvantagens em sua utilização.

(A) É um aparelho pequeno, sensível e invasivo. Também apresenta grande desvantagem em relação à capacidade de armazenamento de dados.
(B) A frequência cardíaca pode ser alterada independentemente do tipo de atividade física realizada, sua maior vantagem é ser susceptível a interferências externas.
(C) É uma vantagem ser um equipamento pequeno e não invasivo, que possibilita a mensuração das oscilações cardíacas em diferentes situações de prática de atividades físicas.
(D) A variedade de modelos, preços e processamento de diversos dados que se relacionam à frequência cardíaca permite sua utilização apenas para atividades de rendimento esportivo.
(E) É utilizado no peito, na linha do processo xifóide do osso esterno, sendo uma desvantagem ao indívíduo que utiliza o frequencímetro a correlação da idade, massa corporal e batimentos cardíacos.

50

O ambiente tem grande responsabilidade sobre o estilo de vida das pessoas, proporcionando facilidades para o sedentarismo ou dificuldades para o estilo de vida das pessoas. Existem quatro tipos de ambientes relacionados à prática de atividade física: ambiente construído; natural; social e comunitário. Sobre a definição dos tipos de ambiente, assinale a alternativa correta.

(A) Ambiente comunitário são aqueles que envolvem todas as construções, espaços ou objetos criados ou modificados pelo homem, por exemplo, casas, escolas, locais de trabalho, áreas e parques de recreação, ciclovias, acessibilidade ao comércio e residências.
(B) Ambiente social são locais em que as pessoas podem ser fisicamente ativas, utilizando de espaços abertos. Nesse ambiente, diversos fatores podem modificar o padrão de atividade física como clima, vegetação, chuvas e topografia.
(C) O ambiente social inclui interação individual, familiar e de pequenos grupos. Contempla um conjunto de fatores que influenciam grandes comunidades e regiões, como cultura, normas, índices de desordem social, lixo, pichações nas ruas e criminalidade, bem como ações políticas que podem influenciar o ambiente ou os diferentes tipos de atividade física.
(D) O ambiente construído sofre modificações com o passar do tempo e suas mudanças influenciam diretamente a possibilidade de os indivíduos realizarem atividades físicas. Esse ambiente inclui, simultaneamente, a interação de três tipos de ambiente: social, natural e construído.
(E) Ambiente natural é aquele que oferece aos praticantes sustentabilidade, no qual é fundamental a inter-relação do ambiente social, construído e comunitário.

51

Assinale a alternativa INCORRETA sobre a Atenção Básica à Saúde (ABS) e as funções do profissional de educação física.

(A) Intervir ofertando práticas corporais que envolvam exercícios de alongamento e fortalecimento muscular. Promover caminhadas, exercícios de coordenação motora e equilíbrio.
(B) Desenvolver estudos que comprovem a efetividade das práticas de atividades corporais, o que pode auxiliar na prevenção e controle de doenças não transmissíveis.
(C) Orientar sobre aspectos nutricionais e prescrever cardápios contendo alimentos e quantidades a serem ingeridos pelo paciente.
(D) Capacitar os trabalhadores de saúde em conteúdos de promoção da saúde e práticas corporais/atividade física na lógica da educação permanente, incluindo a avaliação como parte do processo.
(E) Organizar os serviços de saúde de forma a aconselhar a população sobre os benefícios de estilos de vida saudáveis.

52

Em relação às barreiras relacionadas à prática da atividade física, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. São os diferentes obstáculos para o engajamento em comportamentos que podem ajudar na prevenção de doenças e melhoraria da saúde.
II. As barreiras menos prevalentes são: falta de tempo, falta de locais adequados, segurança, preguiça e não gostar de atividade física.
III. Pode ser real, como um obstáculo que realmente impede o indivíduo de praticar atividade física, por exemplo, uma doença.
IV. Pode ser percebida segundo o julgamento do indivíduo, dificultando em adotar um estilo de vida fisicamente ativo.

(A) Apenas I e IV.
(B) Apenas II, III e IV.
(C) Apenas I e II.
(D) Apenas II e III.
(E) Apenas I, III e IV.

53

Sobre a importância da Educação Física e sua amplitude em diferentes áreas de intervenção, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

( ) Desporto e esporte são atividades competitivas, as quais são aplicadas com o intuito específico de rendimento e não para a promoção da saúde.
( ) Atividade física é qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética que resulta em gasto energético acima dos níveis de repouso.
( ) Exercício físico é atividade sistematizada de movimentos de diferentes segmentos corporais, executados de forma planejada, segundo um determinado objetivo a atingir.
( ) Aptidão física pode estar relacionada à saúde ou às habilidades atléticas.
( ) Atividade física deve ser sistematizada para se atingir aumento do gasto calórico e se alcançar objetivos previamente estabelecidos.

(A) F – V – V – V – F.
(B) F – V – V – V – V.
(C) F – F – V – F – F.
(D) V – V – F – V – F.
(E) V – F – F – V – V.

54

Mulher com 28 anos, grávida de 16 semanas, procura recomendações para a realização de prática de atividade física em uma Unidade Básica de Saúde, a qual recomenda que as indicações sejam realizadas por um profissional de Educação Física. Considerando a gestante, quanto às recomendações iniciais que devem ser consideradas para se realizar ou não a prática de atividades ou exercícios físicos, analise as assertivas assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. Aumentar o tempo frente à tecnologia e reduzir a movimentação diária, promovendo aumento de fluxo de sangue e oxigênio para o bebê.
II. Suspender imediatamente a prática de atividades físicas em caso de sangramento, descolamento de placenta, doenças respiratórias ou cardíacas graves.
III. Para a redução de náuseas e tonturas é priorizada a realização de exercícios em pé ou sentada, evitando manter a cabeça baixa.
IV. A bicicleta pode ser uma excelente aliada durante os deslocamentos diários, mas sobretudo se deve aumentar a atenção para evitar possíveis quedas.

(A) Apenas I e III.
(B) Apenas II e IV.
(C) Apenas I, II e III.
(D) Apenas II, III e IV.
(E) I, II, III e IV.

55

Um indivíduo de 46 anos, hipertenso, com comportamento sedentário, utilização de álcool e tabaco em excesso, somado a uma alimentação ruim. Em casos como o apresentado e considerando a prevenção primária, secundária e terciária, assinale a alternativa correta.

(A) A cessação do tabaco e a diminuição de sódio alimentar são consideradas tipos de prevenção secundária.
(B) A inclusão de atividades físicas, redução da ingestão de sódio, tabaco e álcool e a melhora dos hábitos alimentares devem ocorrer durante a fase primária de prevenção e manutenção da saúde.
(C) A realização de práticas de atividades físicas aliada a um cardápio nutricional devem ser adotados na fase terciária da doença, para minimização dos danos ocorridos.
(D) Para impedir a progressão ao óbito e regredir a doença, deve se manter o estilo de vida adotado até o presente momento, para evitar alterações no organismo.
(E) Deve se iniciar, na fase de prevenção primária, exercícios de baixa intensidade, na fase de prevenção secundária, atividades moderadas, e, na fase prevenção terciária, atividades de alta intensidade.

56

Em epidemiologia, algumas medidas de morbidades podem ser traçadas, como é o caso da medida de prevalência que mostra a frequência de casos existentes de uma determinada doença ou condição, em uma determinada população e em um dado momento, e medidas de incidência que medem o número de casos novos de uma doença, episódios ou eventos na população dentro de um período definido de tempo (dia, semana, mês, ano).

Considerando prevalência e o seguinte quadro epidemiológico, assinale a alternativa correta.

Em um estudo, estimou-se a prevalência de inatividade física em adultos e idosos no sul do Brasil. Foi encontrado entre os 2000 sujeitos entrevistados, 750 que praticavam menos de 150 minutos semanais de atividades físicas. Portanto a prevalência de inatividade física abaixo da recomendação encontrada no estudo foi de

(A) 25% da população.
(B) 37,5% da população.
(C) 26,6% da população.
(D) 75% da população.
(E) 20,7% da população.

57

Em avaliações epidemiológicas, podem ser utilizadas medidas de tendência central, como moda, mediana e média, sendo essa última a mais conhecida. Uma turma de idosas serão atendidas por um profissional de educação física e as idades são: 60 – 61 – 62 – 60 – 63 – 60 – 61. A média de idade dessa turma é de

(A) 60 anos.
(B) 61 anos.
(C) 62 anos.
(D) 63 anos.
(E) 64 anos.

58

As doenças crônicas comumente apresentam desenvolvimento lento e são ocasionadas por diversos fatores, como avanço da idade, sedentarismo, hábitos alimentares, dentre outros. Sobre as doenças crônicas Acidente Vascular Encefálico (AVE) e Doença Arterial Coronária (DAC), analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. O AVE é uma doença conceituada pela perda de função neurológica resultante de lesão ou morte de células cerebrais depois de um insuficiente suprimento de sangue e pode gerar impedimento das funções corporais.

II. O AVE é uma das principais causas de mortes no mundo e pode ser isquêmico, ocasionado por um coágulo que bloqueia o fluxo de sangue, ou hemorrágico, originário de um sangramento dentro ou ao redor do encéfalo.

III. A DAC é uma patologia de ordem cardiovascular causada por aterosclerose da artéria coronária que provoca restrição e até obstrução da passagem de sangue para o coração.

IV. A DAC é uma patologia cardiovascular ocasionada pelo excesso de exercícios físicos, o que promove enrijecimento da artéria coronária, provocando redução do aporte de sangue para o coração.

(A) Apenas I e III.
(B) Apenas II e III.
(C) Apenas I e II.
(D) Apenas II, III e IV.
(E) Apenas I, II e III.

59

Considerando o sedentarismo como fator negativo para saúde e o profissional de educação física como agente de promoção de uma vida mais ativa, assinale a alternativa correta.

(A) No Brasil, independente do sexo, o sedentarismo é mais prevalente em crianças e adolescentes.
(B) Os níveis de atividade física são proporcionalmente mais baixos em adultos do que em idosos.
(C) O sedentarismo é responsável pelo desenvolvimento de doenças crônico degenerativas, como a diabetes tipo 1.
(D) Compete ao Profissional de Educação Física auxiliar na promoção de atividades e exercícios físicos para a população geral, por meio das atribuições profissionais previstas em lei.
(E) O profissional de saúde deve considerar o exercício físico simplesmente como uma abordagem terapêutica adicional que pode ser oferecida ao paciente.

60

A orientação do mínimo de esforço para um comportamento benéfico à saúde da população afirma que os benefícios dos exercícios, em qualquer idade, são bem maiores do que qualquer problema que ele possa provocar, para tanto, existem diretrizes a serem seguidas pela população em geral.

Em relação à recomendação das diretrizes adotadas atualmente, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. Para crianças e adolescentes (6 – 17 anos), recomenda-se 60 minutos de atividade física todos os dias da semana, em que a maior parte dessa atividade deve ser moderada ou intensa, mesma que dividida em blocos. Nessa faixa de idade, são sugeridas atividades vigorosas em grande parte aeróbia, bem como atividades de fortalecimento muscular e ósseo três vezes por semana.

II. Adultos (18 - 64 anos) devem realizar 2h30mim de atividade física moderada ou 1h15min de atividade aeróbia vigorosa por semana. Sugere-se realizar trabalhos de fortalecimento muscular geral em dois ou mais dias da semana.

III. Idosos (acima de 65 anos) devem realizar 2h30mim de atividade física moderada ou 1h15min de atividade aeróbia vigorosa por semana. Sugere-se ainda realizar trabalhos de fortalecimento muscular e exercícios que desenvolvam o equilíbrio caso apresentem riscos de queda.

IV. Crianças, adolescentes e adultos com incapacidades não devem realizar exercícios físicos, uma vez que estas podem ser prejudiciais ao seu tratamento assistido. Já mulheres grávidas e no período pós-parto podem realizar 2h30min por semana de atividade física aeróbia moderada, dividindo os minutos ao longo de vários dias.

(A) Apenas I, II e III.
(B) Apenas I, II e IV.
(C) Apenas II, III e IV.
(D) Apenas I e III.
(E) I, II, III e IV.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
EMPRESA BRASILEIRA DE SERVIÇOS HOSPITALARES
EXAME NACIONAL DE RESIDÊNCIA

T4089016N

EXAME NACIONAL DE RESIDÊNCIA
EDITAL Nº 2/2021 - RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL E EM ÁREA PROFISSIONAL DA SAÚDE UNIPROFISSIONAL E MULTIPROFISSIONAL 2021/2022

EDUCAÇÃO FÍSICA

NOME DO CANDIDATO

INSCRIÇÃO

Nível
SUPERIOR

PROVA

04

Lembre-se de marcar o número acima na folha de respostas!

EBSERH
HOSPITAIS UNIVERSITÁRIOS FEDERAIS

Fraudar ou tentar fraudar Concursos Públicos é Crime! Previsto no art. 311 - A do Código Penal

Sobre o material recebido pelo candidato

- ✓ Além deste Caderno de Questões, com **sessenta questões objetivas,** você receberá do fiscal de sala a Folha de Respostas.
- ✓ Confira seu nome, o número do seu documento e o número de sua inscrição em todos os documentos entregues pelo fiscal. Além disso, não se esqueça de conferir seu Caderno de Questões quanto a falhas de impressão e de numeração e se a profissão corresponde àquela para a qual você se inscreveu.
- ✓ O não cumprimento a qualquer uma das determinações constantes em Edital, no presente Caderno ou na Folha de Respostas incorrerá na eliminação do candidato.

Sobre o material a ser devolvido pelo candidato

- ✓ O único documento válido para avaliação é a Folha de Respostas.
- ✓ Na Folha de Respostas, preencha os campos destinados à assinatura e ao número de inscrição. As respostas às questões objetivas devem ser preenchidas da seguinte maneira: ●
- ✓ Na Folha de Respostas, só é permitido o uso de caneta esferográfica transparente de cor azul ou preta. Esse documento deve ser devolvido ao fiscal na saída, devidamente preenchido e assinado.

Sobre a duração do exame e a permanência na sala

- ✓ O prazo de realização do exame é de 4 horas, incluindo a marcação da Folha de Respostas.
- ✓ Após 60 (sessenta) minutos do início do exame, o candidato estará liberado para utilizar o sanitário ou deixar definitivamente o local de aplicação, não podendo, no entanto, levar o Caderno de Questões e nenhum tipo de anotação de suas respostas.
- ✓ O candidato poderá levar consigo o Caderno de Questões somente se aguardar em sala até o término do prazo de realização do exame estabelecido em edital.
- ✓ Os três últimos candidatos só poderão retirar-se da sala juntos, após assinatura do Termo de Fechamento do Envelope de Retorno.

Sobre a divulgação dos Cadernos de Questões e dos Gabaritos

- ✓ Os Cadernos de Questões e os Gabaritos Preliminares estarão disponíveis no site do **Enare** no endereço eletrônico **https://enare.ebserh.gov.br,** conforme previsto em Edital.

Competências (conhecimentos, habilidades, atitudes) Comuns

1

Uma equipe de saúde interdisciplinar desenvolve, em espaços de atenção à saúde mental, uma atuação integrada da equipe, valorizando outros aspectos além do diagnóstico psiquiátrico e da medicação no tratamento dos usuários, que é definida, dentro da Política Nacional de Humanização, como

(A) projeto terapêutico singular.
(B) programa saúde para todos.
(C) ambiência.
(D) modelo de gestão em saúde mental.
(E) práticas integrativas de saúde coletiva.

2

A discriminação por orientação sexual e por identidade de gênero incide na determinação social da saúde, no processo de sofrimento e adoecimento decorrente do preconceito e do estigma social reservado às populações de lésbicas, gays, bissexuais, travestis e transexuais/outros. Assim, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), a Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais (Política Nacional de Saúde Integral LGBT) é instituída pela portaria n°

(A) 2.537/2003.
(B) 2.132/2006.
(C) 2.221/2008.
(D) 2.836/2011.
(E) 2.754/2015.

3

Ao realizar a avaliação normativa, ao verificarmos os recursos de uma intervenção, assim como sua organização para saber se os recursos serão suficientes para oferecer o leque completo de serviços prestados, faz-se uma apreciação de

(A) processo.
(B) resultado.
(C) satisfação.
(D) objetividade.
(E) estrutura.

4

A seguir, são citados alguns conceitos-chave da Classificação Internacional de Segurança do Paciente da Organização Mundial da Saúde. Assinale a alternativa que apresenta corretamente um desses conceitos.

(A) Dano – probabilidade de um incidente ocorrer.
(B) Incidente – comprometimento da estrutura ou função do corpo e/ou qualquer efeito dele oriundo.
(C) Circunstância Notificável – incidente que atingiu o paciente, mas não causou dano.
(D) Evento Adverso – incidente que resulta em dano ao paciente.
(E) Risco – evento ou circunstância que poderia ter resultado, ou resultou, em dano desnecessário ao paciente.

5

O termo "modelo assistencial" é utilizado com diversas variações terminológicas. Uma delas, utilizada por Merhy, é a denominação de "modelo tecnoassistencial" que por sua vez, designa um processo composto por "tecnologias do trabalho em saúde" e a assistência, como uma "tecnologia do cuidado", operada por três tipos de arranjos tecnológicos, sendo eles as tecnologias:

(A) leves, leve-duras e duras.
(B) compactas, estruturais e reclusas.
(C) construtivas, distributivas e analistas.
(D) primárias, secundárias e terciárias.
(E) rasas, intermediárias e terminais.

6

Maurício é residente em um hospital público e, na sua atuação profissional, sempre reconheceu seu dever em ajudar o outro, considerando que, maximizando o bem do outro, possivelmente reduziria o mal. Além disso, na sua atuação profissional, sempre foi comprometido a avaliar riscos e benefícios aos quais os seus clientes estão expostos ao se decidir por determinados procedimentos. Pode-se relacionar a atitude de Maurício ao que, em Bioética, se conhece por Princípio do(a)

(A) Indiligência.
(B) Autonomia.
(C) Equidade.
(D) Beneficência.
(E) Não maleficência.

7

Considerando o contexto da história das políticas de saúde no Brasil, assinale a alternativa que apresenta características pertinentes ao período que corresponde ao final do império e à primeira república.

(A) Foi um período baseado no autoritarismo e privatização dos recursos de saúde, visando principalmente fortalecer os moldes capitalistas.
(B) Teve como momento marcante a criação do INPS em 1946, para racionalização administrativa da assistência médica e cobertura previdenciária.
(C) Nesse período, havia privilegiamento da prática médica individual, assistencialista e especializada em detrimento às ações de saúde pública que ocorreram a partir de 1974.
(D) Foi um período apoiado no desenvolvimento de terceirização da prestação de serviços médicos devido à incapacidade da rede própria do Estado em fornecer assistência adequada à saúde.
(E) Nesse período, os serviços médicos hospitalares estavam nas mãos de entidades filantrópicas, como as Santas Casas, que tinham hospitais em diversas cidades.

8

Na composição originária do movimento sanitário no Brasil, podem ser identificadas três vertentes principais, sendo que a primeira vertente, caracterizada por difundir a teoria da medicina social, é constituída por

(A) médicos residentes e renovação estudantil.
(B) movimento estudantil e centro brasileiro de estudos de saúde.
(C) profissionais da área de saúde coletiva e academia.
(D) união nacional de estudantes e movimento Brasil livre.
(E) liga acadêmica de saúde e movimento liberal estudantil.

9

É possível afirmar que os principais desdobramentos da oitava Conferência Nacional de Saúde foram a constituição da Comissão Nacional da Reforma Sanitária (CNRS) e a conformação do(a)

(A) Plenária Nacional de Saúde.
(B) Pacto pela Saúde.
(C) Constituição Federal de 1986.
(D) Norma Operacional de Saúde.
(E) Aliança Democrática em Saúde.

10

O arranjo institucional do SUS prevê uma série de instâncias de negociação e estabelecimento de pactos, envolvendo diferentes níveis gestores do sistema e diversos segmentos da sociedade. Tal arranjo permite que vários atores – mesmo os não diretamente responsáveis pelo desempenho de funções típicas da gestão dos sistemas – participem do processo decisório sobre a política de saúde. Assim, é possível afirmar que, na estrutura decisória e institucional do SUS, a representação dos gestores na esfera MUNICIPAL se dá por meio do(a)

(A) Conass.
(B) Comissão Bipartite.
(C) Comam.
(D) Cosems.
(E) Comissão Tripartite.

11

As bases legais sobre a participação social no SUS foram promulgadas em 1990 na Lei Orgânica da Saúde (LOS). É importante registrar que a LOS foi editada após importantes vetos do governo em uma atmosfera muito nebulosa quanto à efetivação das conquistas constitucionais. A lei n° 8.080/90 reafirma, no seu artigo 7°, a participação social como um princípio para o SUS e a lei n° 8.142/90, no seu artigo 1°, define que

(A) o orçamento da seguridade social destinará ao Sistema Único de Saúde (SUS), de acordo com a receita estimada, os recursos necessários à realização de suas finalidades.
(B) as ações e serviços públicos de saúde e os serviços privados contratados ou conveniados que integram o Sistema Único de Saúde (SUS) sejam deliberados pelo conselho social de saúde.
(C) a formulação da política de medicamentos, equipamentos, imunobiológicos e outros insumos de interesse para a saúde e a participação na sua produção fique a cargo do conselho nacional de saúde.
(D) sem prejuízo das funções do poder legislativo, sejam criados os conselhos e as conferências de saúde como forma de instituição de participação da comunidade na gestão do SUS.
(E) a assistência às pessoas, por intermédio de ações de promoção, proteção e recuperação da saúde, seja realizada sob fiscalização dos respectivos conselhos de saúde.

12

Os gestores de uma região de saúde realizaram planejamento regional integrado para a elaboração do contrato organizativo da ação pública, que tem a função de definir entre os entes federativos as suas responsabilidades no SUS, sendo um instrumento

(A) jurídico que explicita os compromissos pactuados em cada região de saúde.
(B) de hierarquização dos prestadores de saúde conveniados ao SUS.
(C) de coleta de dados para o planejamento local de saúde.
(D) para capacitação dos entes federativos na organização da atenção básica.
(E) de alocação de recursos centralizado na esfera federal de Governo.

13

Os acadêmicos da residência multiprofissional realizaram, junto aos profissionais das regionais de saúde, um evento para capacitar secretários municipais de saúde sobre o processo de regionalização e explicaram que a regionalização em saúde tem como finalidade

(A) implantar políticas de saúde inclusivas e garantir ambiente acolhedor nas unidades de saúde.
(B) conduzir a implantação dos modelos de atenção em saúde mais adequados à realidade da população.
(C) organizar os serviços de saúde em cada região, para que as pessoas possam ter acesso a todos os tipos de atendimento ofertados.
(D) estratificar os níveis de atenção em saúde para garantir principalmente as ações de atenção primária em saúde em cada região.
(E) delimitar as regiões de saúde para garantir o acesso aos serviços de saúde à população com baixa renda.

14

Atravessamos uma crise sem precedentes na história do Sistema Único de Saúde. Para além dos tantos desafios enfrentados no cotidiano, com a pandemia da covid-19 a situação se agrava, acarretando sobrecarga ainda maior para o sistema de saúde, concretizando a urgência de uma organização do serviço em Redes de Atenção à Saúde (RAS). Assim, como uma das características das RAS, tem-se

(A) que o conhecimento e a ação clínica são concentrados nos profissionais, principalmente médicos.
(B) o aumenta à ênfase nas ações de saúde curativas e que visam à reabilitação.
(C) que os serviços especializados devem ser desconcentrados para garantir igualdade.
(D) que a forma de reação do sistema à demanda é reativa e episódica.
(E) que a coordenação da atenção se dá por meio da atenção primária em saúde.

15

A queda dos indicadores de incidência, mortalidade e ocupação de leitos de UTI, decorrentes da pandemia da Covid-19, vem configurando um cenário que pode ser resultado do avanço da campanha de vacinação que ocorre no país. Com base no exposto e considerando os conceitos da epidemiologia, qual alternativa refere-se à definição de incidência?

(A) Possibilidade de adoecimento por determinado agente, fator de risco ou conjunto de causas.
(B) Frequência com que surgem novos casos de uma doença em um intervalo de tempo.
(C) Número de casos existentes de uma doença em um dado momento.
(D) Taxa de portadores de determinada doença em relação à população susceptível.
(E) Relação entre frequências atribuídas de determinado evento, sendo que, no numerador, é registrada a frequência absoluta do evento.

16

Os anos de 2020/2021 foram marcados pela Emergência em Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) decorrente da pandemia de Coronavírus. Nesse contexto, para o enfrentamento das emergências em saúde pública nas diferentes esferas de gestão, o sistema de saúde conta com uma rede integrada de unidades de alerta e resposta, denominada rede

(A) Cievs.
(B) Sinan.
(C) Sia-SUS.
(D) Rename.
(E) Renases.

17

São competências da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), EXCETO

(A) coordenar o Sistema Nacional de Vigilância Sanitária.
(B) gerenciar as Operadoras de Planos de Saúde e a capacidade de qualificação da própria função reguladora em consonância com os preceitos do SUS.
(C) estabelecer normas e padrões sobre limites de contaminantes, resíduos tóxicos, desinfetantes, metais pesados e outros que envolvam risco à saúde.
(D) conceder registros de produtos, segundo as normas de sua área de atuação.
(E) estabelecer normas, propor, acompanhar e executar as políticas, as diretrizes e as ações de vigilância sanitária.

18

Um grupo de profissionais de saúde, que trabalha em uma Equipe de Saúde da Família e utiliza o modelo explicativo e as ações propostas por Leavell e Clark sobre o potencial das ações no ambiente e nos estilos de vida na prevenção de doenças, sabe que, ao realizar as atividades propostas pela equipe de promoção em saúde, estas ocorrem no período de

(A) prevenção secundária.
(B) proteção específica.
(C) reabilitação.
(D) diagnóstico precoce.
(E) pré-patogênese.

19

A Política Nacional de Atenção Básica tem na Saúde da Família sua estratégia prioritária para expansão e consolidação da Atenção Básica, sendo uma de suas diretrizes

(A) a indivisibilidade do cuidado.
(B) o apoio ambulatorial.
(C) as ações solidárias.
(D) a população adscrita.
(E) a gestão de apoio à infraestrutura.

20

Os residentes, juntamente com os profissionais do pronto atendimento de um hospital universitário, realizaram um cronograma de atividades para os profissionais do setor, com enfoque na Educação Permanente, a qual

(A) é uma estratégia descontínua de capacitação com rupturas no tempo: com cursos periódicos sem sequência constante.
(B) representa uma continuidade do modelo escolar ou acadêmico, centralizado na atualização de conhecimentos.
(C) incorpora o ensino e o aprendizado à vida cotidiana das organizações e às práticas sociais e laborais.
(D) tem enfoque disciplinar, em ambiente didático e baseado em técnicas de transmissão de conhecimento.
(E) conceitua tecnicamente a prática enquanto campo de aplicação de conhecimentos especializados.

Competências (Conhecimentos, habilidades, atitudes) Específicas

21

O IMC é uma ferramenta importante na determinação de padrões de massa corporal dos indivíduos sendo uma medida antropométrica amplamente conhecida e utilizada mundialmente por sua fácil mensuração (peso e estatura). Segundo a tabela de classificação da OMS (Organização Mundial da Saúde), assinale a alternativa que apresenta valores de um indivíduo classificado com obesidade grau I.

(A) 43.
(B) 33,1.
(C) 36,9.
(D) 18,7.
(E) 25,5.

22

Um indivíduo chega na academia em que você trabalha para realizar uma avaliação física que estava previamente agendada. Você o recepciona e leva-o para a sala onde será realizada a avaliação. A partir desse momento você realiza os seguintes procedimentos:

1. **Testes cardiovasculares.**
2. **Anamnese.**
3. **Aferição da pressão arterial e frequência cardíaca de repouso.**

Qual alternativa apresenta a sequência correta para a realização dos procedimentos citados?

(A) 2 – 3 – 1.
(B) 1 – 2 – 3.
(C) 3 – 1 – 2.
(D) 3 – 2 – 1.
(E) 2 – 1 – 3.

23

O treinamento físico é um importante aliado no combate à propagação da obesidade. O exercício aeróbio, quando utilizado como ferramenta para o tratamento da obesidade, provoca uma série de alterações metabólicas que são benéficas ao organismo. Assinale a alternativa que apresenta as alterações metabólicas causadas por esse modelo de treinamento.

(A) Aumenta a utilização de ácidos graxos e a densidade mitocondrial, e diminui a capacidade oxidativa.
(B) Diminui a utilização de ácidos graxos e a capacidade oxidativa, e aumenta a densidade mitocondrial.
(C) Aumenta a utilização de ácidos graxos, a densidade mitocondrial e a capacidade oxidativa.
(D) Diminui a utilização de ácidos graxos e densidade mitocondrial, e aumenta a capacidade oxidativa.
(E) Mantém a mesma utilização de ácidos graxos, de densidade mitocrondrial e de capacidade oxidativa apresentada em repouso.

24

Chegando no cardiologista, um individuo após ser questionado pelo médico se já havia feito esse teste antes, responde: "Sim doutor, fiz na esteira da academia". Porém existem diferenças entre o teste de esforço físico e o teste ergométrico. Em relação a tais diferenças, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. O teste de esforço físico apresenta informações sobre a saúde do coração do individuo avaliado.
II. O teste ergométrico só pode ser realizado por um médico, de preferência um cardiologista.
III. O teste ergométrico tem como objetivo avaliar a saúde do coração, detectando possíveis alterações em suas funções.
IV. O teste de esforço deve ser realizado exclusivamente por profissional de educação física.

(A) Apenas II, III e IV.
(B) Apenas III e IV.
(C) Apenas II e III.
(D) Apenas I e II.
(E) Apenas I e IV.

25

Quando iniciamos uma sessão de treinamento físico pensando nas alterações metabólicas do sistema cardiovascular, duas principais alterações decorrem durante esse evento. Quais são elas?

(A) Diminuição da resistência vascular periférica e da força de contração.
(B) Aumento da pressão arterial e diminuição do volume sanguíneo.
(C) Aumento do volume sanguíneo e do volume cardíaco.
(D) Aumento de débito cardíaco e redistribuição de fluxo sanguíneo.
(E) Diminuição da pressão arterial e do volume cardíaco.

26

Considerando um individuo que inicia um exercício intenso, qual é a principal fonte energética para que ocorra a contração muscular durante os primeiros 10 segundos dessa atividade física?

(A) Triglicerídeo disponível na corrente sanguínea.
(B) ATP já existente na célula muscular e a fosfocreatina.
(C) Glicose disponível no tecido adiposo.
(D) ATP produzido na fase aeróbica do exercício físico.
(E) Glicogênio disponível no músculo.

27

O aprimoramento do condicionamento físico pode ser adquirido por meio de diferentes modelos de treinamento, de acordo com o objetivo do aluno. Dentre esses modelos, existe a calistenia, que é um método de treino com exercícios que

(A) utilizam somente o próprio peso.
(B) utilizam halteres.
(C) utilizam barras.
(D) utilizam anilhas.
(E) utilizam aparelhos de musculação.

28

O treinamento no formato de circuito é caracterizado por uma sequencia de exercícios conhecido por estações. Em aulas ao ar livre, como também na academia, é comum esse sistema envolvendo exercícios de musculação, ginástica ou ergonomia. Pensando em um circuito contendo apenas exercícios de alta intensidade, quais são os sistemas energéticos utilizados durante o treinamento?

(A) Anaeróbio lático e alático.
(B) Anaeróbio lático e aeróbio.
(C) Anaeróbio alático, anaeróbio lático e aeróbio.
(D) Anaeróbio e ATP-CP.
(E) ATP-CP e aeróbio.

29

A antropometria que estuda as medidas e dimensões do nosso corpo é muito utilizada na classificação de indivíduos de acordo com sua morfologia. As variáveis de peso e estatura são utilizadas na determinação do IMC (índice de massa corpórea), já as medidas de percentual de gordura corporal podem ser aferidas de diversas formas, entre elas, as dobras cutâneas. De acordo com a fórmula de Jackson e Pollock (1978), quais são as sete dobras cutâneas utilizadas nessa equação?

(A) Tríceps, bíceps, subescapular, peitoral, axilar média, coxa e panturrilha.
(B) Tríceps, bíceps, subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca e glúteo.
(C) Subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca, abdominal, coxa e panturrilha.
(D) Tríceps, subescapular, peitoral, axilar média, suprailíaca, abdominal e coxa.
(E) Tríceps, bíceps, peitoral, axilar média, abdominal, coxa e panturrilha.

30

Ao final de uma sessão de treino, um aluno apresentou um mal estar, sentindo fraqueza e cansaço, necessitando que o professor realizasse o primeiro atendimento. Após a verificação dos sinais vitais, o professor observou que a pulsação do aluno apresentava bradisfigmia que significa:

(A) pulso acelerado.
(B) pulso com impressão de dois batimentos.
(C) pulso normal.
(D) pulso normocardíaco.
(E) pulso lento.

31

Após sofrer um acidente grave, um paciente permaneceu de cama durante um longo período de tempo. Esse período acamado trouxe ao paciente um diagnóstico de atrofia muscular e, após a alta, foi recomendado pelo médico o início de um programa de exercício físico específico para reverter essa situação. Pensando nesse cenário, assinale a alternativa que apresenta o melhor tipo de exercício físico para reverter essa atrofia muscular.

(A) Exercício aeróbio de alta intensidade.
(B) Exercício de alongamento.
(C) Exercício de musculação.
(D) Intervalado de corrida.
(E) Caminhada orientada.

32

Pensando no objetivo de um aluno que tem intenção de ganhar massa muscular nos membros superiores, quais dos seguintes exercícios podem ser prescritos pelo profissional de educação física para o desenvolvimento dessa musculatura?

(A) Desenvolvimento com halter, abdução de quadril e remada articulada.
(B) Afundo, extensão do quadril e flexão de braço.
(C) Elevação em barra, puxada de grande dorsal e afundo.
(D) Agachamento, elevação em barra e extensão do quadril.
(E) Supino, tríceps pulley e remada articulada.

33

A saúde mental tem merecido uma maior atenção, especialmente agora em tempos de pandemia. A população idosa é uma das mais afetadas por esses transtornos. Assim, quais das seguintes patologias estão relacionadas com distúrbios na saúde mental?

(A) Depressão e aterosclerose.
(B) Diabetes do tipo II e cardiopatia.
(C) Déficit cognitivo e obesidade.
(D) Autismo e depressão.
(E) Depressão e agorafobia.

34

O envelhecimento acarreta uma série de alterações em diversas características de um indivíduo. Essas modificações acontecem de forma ampla em variáveis distintas e acabam por determinar o indivíduo idoso. Diante do exposto, quais alterações no organismo resultam do processo de envelhecimento?

(A) Aumento da flexibilidade.
(B) Diminuição na mobilidade articular e aumento do risco de lesões.
(C) Aumento da atividade cardíaca (Número de batimentos cardíacos por minuto).
(D) Ganho de massa muscular.
(E) Aumento da taxa metabólica basal (TMB).

35

A composição corporal, segundo o Colégio Americano de Medicina Esportiva (ACMS), é a representação do peso corporal dividido em quantidade de gordura corporal e tecido isento de gordura. Existe também outra definição mais detalhada dessa divisão. Qual alternativa apresenta esses componentes?

(A) Massa gorda, massa óssea, massa isenta de gordura e massa residual.
(B) Massa magra, massa gorda, líquidos e minerais.
(C) Massa gorda, massa óssea e massa isenta de gordura.
(D) Massa gorda, massa muscular, pele e órgãos.
(E) Massa corporal, líquido corporal e minerais.

36

Você recebe na academia um idoso que foi diagnosticado com uma perda excessiva de massa muscular e as recomendações médicas são para que ele inicie um programa de treinamento tendo como principal objetivo o combate a essa perda. Segundo as características apontadas, trata-se de um idoso com

(A) osteoporose.
(B) síndrome de Burnout.
(C) dinapenia.
(D) doença de Alzheimer.
(E) sarcopenia.

37

Para avaliar a composição corporal, existem diferentes métodos. Em um deles, a avaliação é realizada por meio de raios X de dupla energia, quantificando a composição corporal por regiões do corpo. O enunciado refere-se a qual teste para avaliação da composição corporal?

(A) Protocolo de Dobras Cutâneas.
(B) Pesagem Hidrostática.
(C) DEXA.
(D) Índice de Massa Corporal.
(E) Impedância Bioelétrica.

38

O acúmulo de placas de gordura obstruindo o fluxo sanguíneo nas paredes arteriais é chamado de aterosclerose. Quando esse acúmulo das placas de gordura causa uma obstrução total das artérias ocorrem dois grandes eventos na região do coração, quais são eles?

(A) Broncodilatação e hipertensão.
(B) Arritmias e hipotensão.
(C) Angina e infarto agudo do miocárdio.
(D) Broncoconstrição e infarto do miocárdio.
(E) Angina e hipotensão.

39

A frequência cardíaca mede a velocidade dos batimentos do coração por minuto (BPM). Mesmo com uma série de interferências que alteram seus valores, a frequência cardíaca é bastante utilizada como parâmetro para a prescrição de treinamento. Pensando em um indivíduo de 27 anos que possui sua frequência cardíaca máxima de 193 BPM e sua frequência cardíaca basal (repouso) de 67 BPM, qual será sua frequência cardíaca de reserva?

(A) 220 BPM.
(B) 66 BPM.
(C) 166 BPM.
(D) 94 BPM.
(E) 126 BPM.

40

Após a realização de uma anamnese por um idoso que se apresentou para uma avaliação física em uma clínica de reabilitação, alguns itens no questionário chamaram a atenção do profissional de Educação Física que resolve questioná-lo. Ao perguntar sobre seu histórico familiar para os fatores de risco associados a doenças crônicas, o idoso responde que é sedentário e fuma há 15 anos. Ao final, o profissional deve fazer a classificação de risco para doenças crônicas de caráter metabólico, pulmonar e cardiovascular. No caso desse idoso, a classificação é de

(A) alto risco.
(B) nenhum risco.
(C) baixo risco.
(D) risco moderado.
(E) risco excessivo.

41

Considerando o sedentarismo como fator negativo para saúde e o profissional de educação física como agente de promoção de uma vida mais ativa, assinale a alternativa correta.

(A) No Brasil, independente do sexo, o sedentarismo é mais prevalente em crianças e adolescentes.
(B) Os níveis de atividade física são proporcionalmente mais baixos em adultos do que em idosos.
(C) O sedentarismo é responsável pelo desenvolvimento de doenças crônico degenerativas, como a diabetes tipo 1.
(D) Compete ao Profissional de Educação Física auxiliar na promoção de atividades e exercícios físicos para a população geral, por meio das atribuições profissionais previstas em lei.
(E) O profissional de saúde deve considerar o exercício físico simplesmente como uma abordagem terapêutica adicional que pode ser oferecida ao paciente.

42

A orientação do mínimo de esforço para um comportamento benéfico à saúde da população afirma que os benefícios dos exercícios, em qualquer idade, são bem maiores do que qualquer problema que ele possa provocar, para tanto, existem diretrizes a serem seguidas pela população em geral.

Em relação à recomendação das diretrizes adotadas atualmente, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. Para crianças e adolescentes (6 – 17 anos), recomenda-se 60 minutos de atividade física todos os dias da semana, em que a maior parte dessa atividade deve ser moderada ou intensa, mesma que dividida em blocos. Nessa faixa de idade, são sugeridas atividades vigorosas em grande parte aeróbia, bem como atividades de fortalecimento muscular e ósseo três vezes por semana.

II. Adultos (18 - 64 anos) devem realizar 2h30mim de atividade física moderada ou 1h15min de atividade aeróbia vigorosa por semana. Sugere-se realizar trabalhos de fortalecimento muscular geral em dois ou mais dias da semana.

III. Idosos (acima de 65 anos) devem realizar 2h30mim de atividade física moderada ou 1h15min de atividade aeróbia vigorosa por semana. Sugere-se ainda realizar trabalhos de fortalecimento muscular e exercícios que desenvolvam o equilíbrio caso apresentem riscos de queda.

IV. Crianças, adolescentes e adultos com incapacidades não devem realizar exercícios físicos, uma vez que estas podem ser prejudiciais ao seu tratamento assistido. Já mulheres grávidas e no período pós-parto podem realizar 2h30min por semana de atividade física aeróbia moderada, dividindo os minutos ao longo de vários dias.

(A) Apenas I, II e III.
(B) Apenas I, II e IV.
(C) Apenas II, III e IV.
(D) Apenas I e III.
(E) I, II, III e IV.

43

As últimas décadas evidenciaram uma maior preocupação com a prática de atividade física da população mundial, em que há inúmeras recomendações em busca de um consenso sobre o mínimo e o máximo de atividade física diária. Destacam-se sobre essa temática a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o *American College of Sports Medicine* (ACSM). O ministério da saúde, também determina diretrizes para à recomendação sobre o tempo de prática de atividade física para a população brasileira. Diante do exposto, assinale a alternativa correta sobre a recomendação de tempo de atividade física semanal para adultos.

(A) Adultos devem realizar 30 minutos ou mais de atividade física com intensidade moderada pelo menos 5 dias por semana, ou 20 minutos de atividades intensas e vigorosas pelo menos 3 dias por semana.
(B) Adultos devem realizar ao menos 150 minutos por semana de atividades moderadas ou 75 minutos semanais de atividades vigorosas, já, para benefícios adicionais à saúde, esse tempo pode ser aumentado progressivamente.
(C) Adultos devem realizar 300 minutos semanais de atividades vigoras ou 10 minutos diários de quaisquer atividades moderadas.
(D) Para adultos, o tempo de recomendação diária pode se distribuir em 20 minutos semanais de atividades vigorosas 3 dias na semana, 30 minutos de atividades moderadas 5 dias na semana ou 45 minutos de atividades leves 7 dias na semana.
(E) Adultos saudáveis devem realizar ao menos 25 minutos semanais de atividades vigorosas 3 dias na semana ou 120 minutos de atividades moderadas.

44

A inatividade física é um dos principais fatores de risco que mais mata no mundo, sendo que para cada 10 mortes no mundo, seis são atribuídas a doenças não transmissíveis. Soma-se a isso a maior probabilidade de cânceres de mama e colo do útero, elevação da diabetes e cardiopatias, além de morbidades também relacionadas à inatividade física. Diante do exposto, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas sobre os fatores de risco que matam mais pessoas no mundo.

I. A obesidade e o sobrepeso são fatores de risco que estão sob controle mundial, muito disso se deve ao crescimento da profissão Educação Física.
II. O consumo de tabaco pode ocasionar inúmeras complicações fisiológicas, mas sua utilização, mesmo que em excesso, apresenta baixo nível de letalidade.
III. A hipertensão é o fator de risco mais controlado na população mundial, sobretudo é o que menos gera mortes na população.
IV. O excesso de glicose no sangue e o aparecimento de quadros diabéticos têm crescido a números alarmantes, sendo sua identificação possível em adolescentes.

(A) Apenas I e II.
(B) Apenas II e III.
(C) Apenas III e IV.
(D) Apenas I e IV.
(E) Apenas I, II e III.

45

A intervenção do profissional de Educação Física deve seguir as diretrizes propostas pelo Conselho Federal de Educação Física – CONFEF –, as quais apresentam inúmeras regras fundamentadas em leis. Sobre as especificidades da intervenção profissional em Educação Física, assinale a alternativa correta.

(A) A intervenção deve considerar diversos fatores como identificar, organizar, planejar, dirigir, supervisionar, executar, dentre muitos outros, nas áreas da docência, treinamento desportivo, preparação física, avaliação física, recreação em atividade física, orientação de atividades física e gestão em educação física e desporto.
(B) A intervenção profissional e suas atribuições de especificidades são igualmente aplicadas nas sete ramificações de atuação profissional de regência ou docência em educação física, treinamento desportivo, preparação física, avaliação física, recreação em atividade física, orientação de atividades física e gestão em educação física e desporto.
(C) A intervenção do profissional de educação física deve priorizar a prática competitiva, bem como o desenvolvimento de habilidades técnicas para praticantes de atividade física independentemente do contexto de realização, além de organizar a aplicação, realizar diagnósticos ou a promoção da saúde.
(D) A intervenção profissional em educação física ocorre em três grandes áreas: na realização de atividade física, na promoção de exercícios físicos e no desporto ou esporte, dentro de instituição públicas e privadas, com exceção de clínicas e hospitais.
(E) A intervenção profissional por meio de técnicas, métodos e diagnóstico apresenta subjetividade em virtude da ausência de legislação específica, resultando em fiscalização precária e quase inexistente.

46

O Conselho Federal de Educação Física – CONFEF – em cumprimento ao que determina a Lei Federal nº 9696/1998, que regulamentou essa profissão, permite que graduados em nível superior atuem na prestação de serviços à população em todas as atividades relacionadas à Educação Física e nas suas diversas manifestações e objetivos. Referente à atuação do profissional de Educação Física, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

( ) Pode atuar em instituições e Órgãos Públicos e Privados de prestação de serviços em Atividade Física, Desportiva e/ou Recreativa e em quaisquer locais onde possam ser ministradas atividades físicas.
( ) Utiliza de técnicas e instrumentos de avaliação funcional, motora, biomecânica, composição corporal, dentre outras formas de análise.
( ) Pode atuar em parques, logradouros públicos, academias, grêmios desportivos, hotéis, condomínios, centros de treinamento de lutas e artes marciais, creches, asilos e outros.
( ) É vedada a atuação desse profissional em instituições e órgãos da saúde, "SPAs", clínicas, centros de saúde e hospitais.
( ) É vedada a atuação em segmentos administrativos de empresas que promovem prática desportiva e centros e laboratórios de pesquisa.

(A) V – V – V – F – F.
(B) V – F – V – F – F.
(C) F – V – V – V – F.
(D) F – F – F – V – V.
(E) V – F – F – F – F.

47

Existem quatro tipos de classificação de atividade física que podem ser realizadas nos domínios da vida de uma pessoa. Essa classificação retrata os momentos diários em que um indivíduo pode realizar atividade física. Quanto a essa classificação, assinale a alternativa correta.

(A) No seu tempo livre; quando o indivíduo se desloca; nas atividades do trabalho ou dos estudos; e nas tarefas domésticas.
(B) Leve, moderada, intensa e vigorosa.
(C) No deslocamento diário; nas atividades recreativas do dia a dia; na intensidade laboral; e durante o sono.
(D) Durante o lazer; no trabalho; na ludicidade e nos estudos.
(E) Durante a alimentação; na hora do sono; nas atividades domésticas intensas; e no deslocamento diário moderado.

48

A utilização adequada de instrumentos de avaliação da atividade física favorece uma intervenção mais precisa junto aos diferentes grupos populacionais. O questionário internacional de atividade física (IPAQ), o pedômetro e o acelerômetro são exemplos de instrumentos de avaliação em atividade física. Posto isso, assinale a alternativa correta a respeito da avaliação do nível de atividade física.

(A) A versão curta do questionário internacional de atividade física (IPAQ) é fidedigno para a mensuração dos níveis de atividade física das populações.
(B) O pedômetro possui um sensor (mola) que capta a oscilação do quadril gerada durante a caminhada (aceleração vertical) e converte-a em número de passos.
(C) O pedômetro avalia a atividade física populacional por meio de cálculos que envolvem número de passos e amplitude da passada, correlacionando com a frequência cardíaca e o dispêndio energético.
(D) Os níveis de atividade física podem ser medidos por um acelerômetro, que converte o número de passos durante a caminhada em virtude da aceleração do quadril.
(E) O pedômetro, o acelerômetro e o IPAQ são instrumentos de avaliação direta e objetiva sobre os níveis de atividade física.

49

A hipertensão arterial sistêmica é uma síndrome multicausal e multifatorial. É prevenção primária, ao ser intermediada por profissionais de educação física e uma equipe multidisciplinar, quando

(A) existe manutenção do peso corporal (IMC até 24,9 kg/m²); redução do consumo de sódio (menor que 2 g/dia); consumo moderado de álcool; dieta equilibrada; e mínimo 30 minutos de atividade física por dia, pelo menos 5 dias na semana.
(B) ocorre mudanças parciais no estilo de vida, com realização de 30 minutos de atividade física 3 vezes por semana; existe manutenção do IMC entre 25 e 29,9 kg/m²); havendo ainda a necessidade de ajustes na dieta e redução dos usos exagerados de álcool e tabaco.
(C) se realiza controle da dieta, com 0,75g de proteína por peso corporal, ingestão de sódio menor que 4,2 g/dia; manutenção do IMC menor que 34,9 kg/m²); realização de atividade física 7 vezes na semana, predominantemente aeróbia por 60 minutos.
(D) existe controle da pressão arterial em níveis considerados normais, sustentados pela inserção de atividades físicas regulares, havendo pouca necessidade de outras mudanças no estilo de vida, no que se refere a outros profissionais.
(E) ocorre manutenção do peso corporal com o IMC em até 14,9 kg/m²); controle da pressão arterial por meio de medicamentos controlados e consumo moderado de alimentos, álcool e tabaco.

50

O estilo de vida populacional propicia aumento dos quadros diabéticos nas mais diferentes idades. Para ser considerado diabético (tipo 2), a glicemia de jejum do brasileiro precisa estar

(A) abaixo de 60 mg/dL.
(B) entre 60 e 90 mg/dL.
(C) entre 60 e 110 mg/dL.
(D) acima de 126 mg/dL.
(E) acima de 150 mg/dL.

51

O frequêncímetro é um equipamento que tem função de mensurar a frequência cardíaca individual. Assinale a alternativa correta sobre esse recurso de avaliação em atividade física, o qual apresenta inúmeras vantagens e desvantagens em sua utilização.

(A) É um aparelho pequeno, sensível e invasivo. Também apresenta grande desvantagem em relação à capacidade de armazenamento de dados.
(B) A frequência cardíaca pode ser alterada independentemente do tipo de atividade física realizada, sua maior vantagem é ser susceptível a interferências externas.
(C) É uma vantagem ser um equipamento pequeno e não invasivo, que possibilita a mensuração das oscilações cardíacas em diferentes situações de prática de atividades físicas.
(D) A variedade de modelos, preços e processamento de diversos dados que se relacionam à frequência cardíaca permite sua utilização apenas para atividades de rendimento esportivo.
(E) É utilizado no peito, na linha do processo xifóide do osso esterno, sendo uma desvantagem ao indíviduo que utiliza o frequencímetro a correlação da idade, massa corporal e batimentos cardíacos.

52

O ambiente tem grande responsabilidade sobre o estilo de vida das pessoas, proporcionando facilidades para o sedentarismo ou dificuldades para o estilo de vida das pessoas. Existem quatro tipos de ambientes relacionados à prática de atividade física: ambiente construído; natural; social e comunitário. Sobre a definição dos tipos de ambiente, assinale a alternativa correta.

(A) Ambiente comunitário são aqueles que envolvem todas as construções, espaços ou objetos criados ou modificados pelo homem, por exemplo, casas, escolas, locais de trabalho, áreas e parques de recreação, ciclovias, acessibilidade ao comércio e residências.
(B) Ambiente social são locais em que as pessoas podem ser fisicamente ativas, utilizando de espaços abertos. Nesse ambiente, diversos fatores podem modificar o padrão de atividade física como clima, vegetação, chuvas e topografia.
(C) O ambiente social inclui interação individual, familiar e de pequenos grupos. Contempla um conjunto de fatores que influenciam grandes comunidades e regiões, como cultura, normas, índices de desordem social, lixo, pichações nas ruas e criminalidade, bem como ações políticas que podem influenciar o ambiente ou os diferentes tipos de atividade física.
(D) O ambiente construído sofre modificações com o passar do tempo e suas mudanças influenciam diretamente a possibilidade de os indivíduos realizarem atividades físicas. Esse ambiente inclui, simultaneamente, a interação de três tipos de ambiente: social, natural e construído.
(E) Ambiente natural é aquele que oferece aos praticantes sustentabilidade, no qual é fundamental a inter-relação do ambiente social, construído e comunitário.

53

Assinale a alternativa INCORRETA sobre a Atenção Básica à Saúde (ABS) e as funções do profissional de educação física.

(A) Intervir ofertando práticas corporais que envolvam exercícios de alongamento e fortalecimento muscular. Promover caminhadas, exercícios de coordenação motora e equilíbrio.
(B) Desenvolver estudos que comprovem a efetividade das práticas de atividades corporais, o que pode auxiliar na prevenção e controle de doenças não transmissíveis.
(C) Orientar sobre aspectos nutricionais e prescrever cardápios contendo alimentos e quantidades a serem ingeridos pelo paciente.
(D) Capacitar os trabalhadores de saúde em conteúdos de promoção da saúde e práticas corporais/atividade física na lógica da educação permanente, incluindo a avaliação como parte do processo.
(E) Organizar os serviços de saúde de forma a aconselhar a população sobre os benefícios de estilos de vida saudáveis.

54

Em relação às barreiras relacionadas à prática da atividade física, analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. São os diferentes obstáculos para o engajamento em comportamentos que podem ajudar na prevenção de doenças e melhoraria da saúde.
II. As barreiras menos prevalentes são: falta de tempo, falta de locais adequados, segurança, preguiça e não gostar de atividade física.
III. Pode ser real, como um obstáculo que realmente impede o indivíduo de praticar atividade física, por exemplo, uma doença.
IV. Pode ser percebida segundo o julgamento do indivíduo, dificultando em adotar um estilo de vida fisicamente ativo.

(A) Apenas I e IV.
(B) Apenas II, III e IV.
(C) Apenas I e II.
(D) Apenas II e III.
(E) Apenas I, III e IV.

55

Sobre a importância da Educação Física e sua amplitude em diferentes áreas de intervenção, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) o que se afirma a seguir e assinale a alternativa com a sequência correta.

( ) Desporto e esporte são atividades competitivas, as quais são aplicadas com o intuito específico de rendimento e não para a promoção da saúde.
( ) Atividade física é qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética que resulta em gasto energético acima dos níveis de repouso.
( ) Exercício físico é atividade sistematizada de movimentos de diferentes segmentos corporais, executados de forma planejada, segundo um determinado objetivo a atingir.
( ) Aptidão física pode estar relacionada à saúde ou às habilidades atléticas.
( ) Atividade física deve ser sistematizada para se atingir aumento do gasto calórico e se alcançar objetivos previamente estabelecidos.

(A) F – V – V – V – F.
(B) F – V – V – V – V.
(C) F – F – V – F – F.
(D) V – V – F – V – F.
(E) V – F – F – V – V.

56

Mulher com 28 anos, grávida de 16 semanas, procura recomendações para a realização de prática de atividade física em uma Unidade Básica de Saúde, a qual recomenda que as indicações sejam realizadas por um profissional de Educação Física. Considerando a gestante, quanto às recomendações iniciais que devem ser consideradas para se realizar ou não a prática de atividades ou exercícios físicos, analise as assertivas assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. Aumentar o tempo frente à tecnologia e reduzir a movimentação diária, promovendo aumento de fluxo de sangue e oxigênio para o bebê.
II. Suspender imediatamente a prática de atividades físicas em caso de sangramento, descolamento de placenta, doenças respiratórias ou cardíacas graves.
III. Para a redução de náuseas e tonturas é priorizada a realização de exercícios em pé ou sentada, evitando manter a cabeça baixa.
IV. A bicicleta pode ser uma excelente aliada durante os deslocamentos diários, mas sobretudo se deve aumentar a atenção para evitar possíveis quedas.

(A) Apenas I e III.
(B) Apenas II e IV.
(C) Apenas I, II e III.
(D) Apenas II, III e IV.
(E) I, II, III e IV.

57

Um indivíduo de 46 anos, hipertenso, com comportamento sedentário, utilização de álcool e tabaco em excesso, somado a uma alimentação ruim. Em casos como o apresentado e considerando a prevenção primária, secundária e terciária, assinale a alternativa correta.

(A) A cessação do tabaco e a diminuição de sódio alimentar são consideradas tipos de prevenção secundária.
(B) A inclusão de atividades físicas, redução da ingestão de sódio, tabaco e álcool e a melhora dos hábitos alimentares devem ocorrer durante a fase primária de prevenção e manutenção da saúde.
(C) A realização de práticas de atividades físicas aliada a um cardápio nutricional devem ser adotados na fase terciária da doença, para minimização dos danos ocorridos.
(D) Para impedir a progressão ao óbito e regredir a doença, deve se manter o estilo de vida adotado até o presente momento, para evitar alterações no organismo.
(E) Deve se iniciar, na fase de prevenção primária, exercícios de baixa intensidade, na fase de prevenção secundária, atividades moderadas, e, na fase prevenção terciária, atividades de alta intensidade.

58

Em epidemiologia, algumas medidas de morbidades podem ser traçadas, como é o caso da medida de prevalência que mostra a frequência de casos existentes de uma determinada doença ou condição, em uma determinada população e em um dado momento, e medidas de incidência que medem o número de casos novos de uma doença, episódios ou eventos na população dentro de um período definido de tempo (dia, semana, mês, ano).

Considerando prevalência e o seguinte quadro epidemiológico, assinale a alternativa correta.

Em um estudo, estimou-se a prevalência de inatividade física em adultos e idosos no sul do Brasil. Foi encontrado entre os 2000 sujeitos entrevistados, 750 que praticavam menos de 150 minutos semanais de atividades físicas. Portanto a prevalência de inatividade física abaixo da recomendação encontrada no estudo foi de

(A) 25% da população.
(B) 37,5% da população.
(C) 26,6% da população.
(D) 75% da população.
(E) 20,7% da população.

59

Em avaliações epidemiológicas, podem ser utilizadas medidas de tendência central, como moda, mediana e média, sendo essa última a mais conhecida. Uma turma de idosas serão atendidas por um profissional de educação física e as idades são: 60 – 61 – 62 – 60 – 63 – 60 – 61. A média de idade dessa turma é de

(A) 60 anos.
(B) 61 anos.
(C) 62 anos.
(D) 63 anos.
(E) 64 anos.

60

As doenças crônicas comumente apresentam desenvolvimento lento e são ocasionadas por diversos fatores, como avanço da idade, sedentarismo, hábitos alimentares, dentre outros. Sobre as doenças crônicas Acidente Vascular Encefálico (AVE) e Doença Arterial Coronária (DAC), analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas.

I. O AVE é uma doença conceituada pela perda de função neurológica resultante de lesão ou morte de células cerebrais depois de um insuficiente suprimento de sangue e pode gerar impedimento das funções corporais.
II. O AVE é uma das principais causas de mortes no mundo e pode ser isquêmico, ocasionado por um coágulo que bloqueia o fluxo de sangue, ou hemorrágico, originário de um sangramento dentro ou ao redor do encéfalo.
III. A DAC é uma patologia de ordem cardiovascular causada por aterosclerose da artéria coronária que provoca restrição e até obstrução da passagem de sangue para o coração.
IV. A DAC é uma patologia cardiovascular ocasionada pelo excesso de exercícios físicos, o que promove enrijecimento da artéria coronária, provocando redução do aporte de sangue para o coração.

(A) Apenas I e III.
(B) Apenas II e III.
(C) Apenas I e II.
(D) Apenas II, III e IV.
(E) Apenas I, II e III.