



NUTRICIONISTA – 26 A 50

26. (PMA/URCA 2026) A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) estabelece diretrizes para a organização da atenção nutricional no SUS. Sobre a diretriz de “Vigilância Alimentar e Nutricional” (VAN), é correto afirmar que:

- A) Deve ser realizada exclusivamente em indivíduos que apresentam algum grau de desnutrição ou obesidade.
- B) Consiste na coleta de dados antropométricos, sendo o SISVAN o único instrumento de registro permitido por lei.
- C) Visa o monitoramento contínuo do estado nutricional e do consumo alimentar da população para subsidiar políticas públicas.
- D) Isenta o nutricionista da responsabilidade técnica, delegando a coleta de dados apenas aos agentes comunitários de saúde.
- E) Restringe-se à avaliação do ganho de peso gestacional e crescimento de crianças menores de dois anos.

27. (PMA/URCA 2026) A Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN - Lei nº 11.346/2006) define o conceito de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN). Diferenciando-o da “Soberania Alimentar”, pode-se afirmar que esta última se refere ao:

- A) Direito dos povos de decidir suas próprias políticas agrícolas e alimentares que sejam social e economicamente adequadas.
- B) Processo de importação subsidiada de alimentos ultraprocessados para garantir calorias à população.
- C) Controle estatal rigoroso sobre o valor calórico ingerido por cidadãos em situação de insegurança grave.
- D) Monitoramento internacional das metas de redução de sódio na indústria alimentícia brasileira.
- E) Exclusivo direito de propriedade de sementes transgênicas por agricultores familiares.

28. (PMA/URCA 2026) No âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), a Lei nº 11.947/2009 estabelece que no mínimo 30% do total dos recursos financeiros repassados pelo FNDE devem ser utilizados na aquisição de gêneros alimentícios diretamente da:

- A) Indústria de alimentos processados com selo de qualidade nacional.
- B) Agricultura familiar e do empreendedor familiar rural ou suas organizações.

- C) Cooperativas internacionais que fornecem suplementos para necessidades especiais.
- D) Centrais de Abastecimento (CEASAs) de capitais estaduais exclusivamente.
- E) Rede varejista local que ofereça o menor preço em pregão eletrônico.

29. (PMA/URCA 2026) De acordo com a Resolução CD/FNDE nº 06/2020, o planejamento dos cardápios escolares deve seguir critérios rigorosos. Qual das alternativas abaixo apresenta uma proibição correta para a alimentação em creches (crianças de 0 a 3 anos)?

- A) Oferta de carnes vermelhas mais de duas vezes por semana.
- B) Utilização de temperos naturais como cebola e alho.
- C) Uso de frutas in natura como sobremesa.
- D) Adição de açúcar e oferta de alimentos ultraprocessados.
- E) Oferta de arroz integral em substituição ao arroz polido.

30. (PMA/URCA 2026) Na gestão de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) escolar, o nutricionista Responsável Técnico (RT) deve garantir o fluxo unidirecional na produção. O principal objetivo dessa estratégia de layout é:

- A) Reduzir o tempo de deslocamento dos funcionários para aumentar a produtividade.
- B) Facilitar a limpeza do piso através do uso de ralos sifonados.
- C) Prevenir a contaminação cruzada entre as áreas de recepção/limpeza e a área de preparo final/distribuição.
- D) Garantir que o estoque de produtos químicos fique visível para a fiscalização sanitária.
- E) Permitir que o lixo seja retirado pela mesma porta de entrada dos alimentos.

31. (PMA/URCA 2026) Sobre a digestão e absorção de macronutrientes, a digestão dos carboidratos complexos (amido) inicia-se na boca pela ação da enzima:

- A) Pepsina, em meio ácido.
- B) Lipase, ativada pela mastigação.
- C) Sacarase, responsável pela hidrólise da maltose.
- D) Lactase intestinal presente na saliva de lactentes.
- E) Alfa-amilase (ptialina).



32. (PMA/URCA 2026) Na avaliação do estado nutricional de crianças (0 a 10 anos) no SISVAN, utiliza-se o escore-z para classificação nos gráficos da OMS. Uma criança que apresenta o indicador Estatura para a Idade (E/I) entre o escore-z < -2 e ≥ -3 deve ser diagnosticada como:

- A) Estatura adequada para a idade.
- B) Baixa estatura para a idade.
- C) Muito baixa estatura para a idade.
- D) Déficit estatural grave com indicação de internação imediata.
- E) Estatura em risco de comprometimento nutricional.

33. (PMA/URCA 2026) O Guia Alimentar para a População Brasileira (2ª Edição) utiliza a classificação nova de alimentos. Qual das opções abaixo exemplifica um alimento “minimamente processado”?

- A) Arroz empacotado, feijão seco e leite pasteurizado.
- B) Extrato de tomate com adição de conservantes e sal.
- C) Iogurte com sabor, corantes e edulcorantes.
- D) Queijos, pães artesanais e frutas em calda.
- E) Macarrão instantâneo e refrigerante zero açúcar.

34. (PMA/URCA 2026) Em relação ao aleitamento materno, o “colostro” é o leite produzido nos primeiros dias após o parto. Sua principal característica funcional para o recém-nascido é:

- A) O alto teor de lactose para garantir ganho de peso rápido.
- B) A baixa densidade calórica, visando a adaptação renal.
- C) A ausência de proteínas, facilitando a digestão imatura.
- D) A elevada concentração de imunoglobulinas, especialmente IgA secretora, para proteção imunológica.
- E) O teor elevado de gordura saturada para o desenvolvimento do sistema nervoso central.

35. (PMA/URCA 2026) Estudantes diagnosticados com Doença Celíaca necessitam de adaptações no cardápio escolar. Segundo a legislação, o nutricionista deve excluir rigorosamente alimentos que contenham:

- A) Lactose e proteínas do soro do leite.
- B) Fenilalanina e corantes artificiais.
- C) Glúten (trigo, centeio, cevada e aveia).
- D) Frutose e sacarose refinada.

E) Fibras insolúveis e leguminosas cruas.

36. (PMA/URCA 2026) Na avaliação da composição corporal, a medida da Circunferência da Cintura (CC) em adultos é utilizada como indicador de:

- A) Massa muscular total.
- B) Crescimento linear em adolescentes em fase de estirão.
- C) Densidade mineral óssea.
- D) Hidratação intracelular.
- E) Risco de complicações metabólicas associadas à gordura abdominal (visceral).

37. (PMA/URCA 2026) O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) estabelece que o teste de aceitabilidade deve ser aplicado sempre que:

- A) O preço do alimento sofrer reajuste superior a 10%.
- B) Houver a introdução de alimento atípico ao hábito alimentar local ou modificações em receitas.
- C) O fornecedor da agricultura familiar for trocado.
- D) Ocorrer sobra limpa superior a 3% do volume total produzido.
- E) O nutricionista RT entrar em licença médica.

38. (PMA/URCA 2026) Sobre o metabolismo de micronutrientes, a deficiência de qual vitamina está associada à ocorrência de anemia megaloblástica e defeitos no fechamento do tubo neural em fetos?

- A) Ácido Fólico.
- B) Ácido Ascórbico.
- C) Retinol.
- D) Filoquinona.
- E) Tiamina.

39. (PMA/URCA 2026) De acordo com a RDC nº 216/2004 da ANVISA, os alimentos preparados mantidos a quente devem ser conservados a uma temperatura superior a:

- A) 40°C por no máximo 8 horas.
- B) 50°C por no máximo 10 horas.
- C) 60°C por tempo determinado pela unidade, desde que não comprometa a qualidade.
- D) 70°C por no máximo 1 hora.
- E) 100°C até o momento da distribuição.



40. (PMA/URCA 2026) O conceito de “Educação Alimentar e Nutricional” (EAN) no Marco de Referência destaca que as ações devem ser:

- A) Unidirecionais, do nutricionista para o aluno, focando no erro alimentar.
- B) Baseadas no medo de doenças para estimular a mudança de comportamento.
- C) Focadas exclusivamente no cálculo de calorias e gramaturas.
- D) Dialógicas, lúdicas, respeitando a cultura local e promovendo a autonomia.
- E) Restritas ao ambiente de consultório individual dentro da escola.

41. (PMA/URCA 2026) Na técnica dietética, o “Fator de Correção” (FC) de um alimento é calculado pela razão entre:

- A) Peso Cozido / Peso Bruto.
- B) Peso Líquido / Peso Cozido.
- C) Peso das Sobras / Peso Produzido.
- D) Peso Bruto / Peso Líquido.
- E) Custo Total / Número de Refeições.

42. (PMA/URCA 2026) Qual a recomendação da OMS para a introdução da “Alimentação Complementar” em lactentes?

- A) Aos 4 meses, para evitar o risco de alergias.
- B) Aos 6 meses, mantendo o aleitamento materno até os 2 anos ou mais.
- C) Assim que a criança dobrar o peso de nascimento, independente da idade.
- D) Aos 12 meses, iniciando diretamente com a dieta da família.
- E) Somente quando houver o nascimento dos primeiros molares.

43. (PMA/URCA 2026) Em pacientes escolares com Diabetes Mellitus Tipo 1, a conduta nutricional básica no planejamento do cardápio deve focar em:

- A) Substituir todos os carboidratos por gorduras insaturadas.
- B) Oferecer dieta isenta de glúten e lactose para evitar picos glicêmicos.
- C) Distribuição fracionada de carboidratos complexos e fibras, evitando açúcares livres.

- D) Jejum intermitente para reduzir a necessidade de insulina.
- E) Eliminação total de frutas do cardápio devido à frutose.

44. (PMA/URCA 2026) A Lei nº 11.947/2009 define que a execução do PNAE deve ser acompanhada e fiscalizada diretamente pelo:

- A) Conselho de Alimentação Escolar (CAE).
- B) Ministério da Agricultura exclusivamente.
- C) Sindicato dos Produtores Rurais.
- D) Tribunal de Contas da União apenas.
- E) Conselho Federal de Nutricionistas (CFN).

45. (PMA/URCA 2026) No Código de Ética do Nutricionista, em relação à interação com a indústria de alimentos, é vedado ao profissional:

- A) Realizar pesquisas científicas financiadas por empresas privadas.
- B) Participar de congressos onde haja patrocínio industrial.
- C) Trabalhar no controle de qualidade de indústrias de laticínios.
- D) Orientar pacientes sobre como ler rótulos de alimentos processados.
- E) Fazer publicidade de produtos alimentícios utilizando sua imagem profissional para induzir o consumo.

46. (PMA/URCA 2026) A Doença de Crohn e a Retocolite Ulcerativa (RCU) são Doenças Inflamatórias Intestinais (DII) que podem acometer estudantes. Sobre a dietoterapia e as características dessas patologias, é correto afirmar que:

- A) A Retocolite Ulcerativa caracteriza-se por inflamação transmural (todas as camadas da parede intestinal) e pode afetar qualquer segmento do trato gastrointestinal.
- B) Na fase aguda de ambas as doenças, a dieta deve ser rica em fibras insolúveis para estimular o peristaltismo e a recuperação da mucosa.
- C) A Doença de Crohn geralmente apresenta lesões “salteadas” e o manejo nutricional deve focar no controle da má absorção, especialmente se houver acometimento do íleo terminal.
- D) O glúten deve ser retirado preventivamente de todos os pacientes com DII, independente do diagnóstico de Doença Celíaca.
- E) A suplementação de Vitamina B12 é contraindicada na Doença de Crohn devido ao risco de supercrescimento bacteriano.



47. (PMA/URCA 2026) No planejamento de cardápios para gestantes na rede pública, deve-se dar atenção especial ao aporte de ferro. Qual estratégia aumenta a biodisponibilidade do ferro não-heme presente nas leguminosas?

- A) Consumo concomitante de fontes de cálcio (queijos).
- B) Consumo concomitante de fontes de vitamina C (laranja, limão).
- C) Aumento da ingestão de fitatos presentes no farelo de trigo.
- D) Ingestão de chá preto ou café imediatamente após a refeição.
- E) Cozimento prolongado em recipientes de alumínio.

48. (PMA/URCA 2026) O sistema APPCC (Análise de Perigos e Pontos Críticos de Controle) na produção de refeições escolares visa:

- A) Reduzir o custo da mão de obra através da automação.
- B) Garantir que todos os funcionários tenham curso superior.
- C) Aumentar o teor proteico das preparações sem elevar o custo.
- D) Identificar, avaliar e controlar perigos significativos para a segurança dos alimentos.
- E) Substituir as Boas Práticas de Fabricação (BPF).

49. (PMA/URCA 2026) A avaliação dietética através do “Recordatório de 24 horas” apresenta como principal limitação:

- A) Não representar o consumo habitual se aplicado apenas uma vez (variabilidade intraindividual).
- B) Exigir que o paciente saiba ler e escrever.
- C) Ser um método caro e de difícil aplicação em grandes grupos.
- D) Superestimar o consumo de alimentos ultraprocessados sistematicamente.
- E) Depender apenas do peso atual do paciente para ser calculado.

50. (PMA/URCA 2026) Segundo as DRIs (Dietary Reference Intakes), o valor de ingestão diária de um nutriente estimado para atender às necessidades de 97% a 98% dos indivíduos saudáveis em um grupo de vida e gênero é a:

- A) EAR (Necessidade Média Estimada).

B) AMDR (Faixa de Distribuição Aceitável de Macronutrientes).

C) AI (Ingestão Adequada).

D) UL (Nível Máximo de Ingestão Tolerável).

E) RDA (Recomendação de Ingestão Diética).