



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CIÊNCIAS DA SAÚDE DE ALAGOAS

CONCURSO PÚBLICO

PROVA TIPO

2

Cargo (Nível Superior – NS):


Códigos: 25 e 72

**GESTOR EM PLANEJAMENTO DE SAÚDE:
25. Educação Física / 72. Educação Física Fisiologia do Exercício**

**Prova de Português, Raciocínio Lógico,
Legislação Aplicada à UNCISAL e Conhecimentos Específicos**

CADERNO DE QUESTÕES

INSTRUÇÕES GERAIS

1. Este **Caderno de Questões** somente deverá ser aberto quando for autorizado pelo Fiscal.
2. Antes de iniciar a prova, confira se o tipo da prova do Caderno de Questões é o mesmo da etiqueta da banca e da **Folha de Respostas** de questões objetivas.
3. Ao ser autorizado o início da prova, verifique se a numeração das questões e a paginação estão corretas. Verifique também se contém **40 (quarenta)** questões objetivas com 5 (cinco) alternativas cada. Caso contrário, comunique imediatamente ao Fiscal.
4. O tempo disponível para esta prova é de **3 horas**. Faça-a com tranquilidade, mas **controle seu tempo**. Esse **tempo** inclui a marcação da **Folha de Respostas** de questões objetivas.
5. Você somente poderá sair em definitivo do Local de Prova depois de decorridas **2 horas e 30 minutos** do início da aplicação.
6. Na **Folha de Respostas** de questões objetivas, confira seu nome, número do seu documento de identificação, tipo de prova e cargo escolhido.
7. Em hipótese alguma lhe será concedida outra **Folha de Respostas** de questões objetivas.
8. Preencha a **Folha de Respostas** de questões objetivas utilizando caneta esferográfica de tinta azul ou preta. Na **Folha de Respostas** de questões objetivas, preencha completamente o círculo correspondente à alternativa escolhida, conforme modelo:

9. Será atribuído o valor ZERO à questão que contenha na **Folha de Respostas** de questões objetivas: dupla marcação, marcação rasurada, emendada ou com "X", não preenchida totalmente ou que não tenha sido transcrita.
10. A correção da prova objetiva será efetuada de forma eletrônica, considerando-se apenas o conteúdo da **Folha de Respostas** de questões objetivas.
11. Caso a Comissão julgue uma questão como sendo nula, os pontos serão atribuídos a todos os candidatos.
12. Não será permitida qualquer espécie de consulta.
13. Ao terminar a prova, **devolva** ao **Fiscal** de Sala este **Caderno de Questões**, juntamente com a **Folha de Respostas** de questões objetivas, e **assine a Lista de Presença**.
14. Na sala que apresentar apenas 1 (um) Fiscal, os 3 (três) últimos candidatos somente poderão ausentar-se da sala juntos, após a **assinatura** da **Ata de Encerramento** de provas.
15. **Assine** neste Caderno de Questões e **coloque** o número do seu documento de identificação (RG, CNH etc.).

Boa Prova!

N. do doc. de identificação (RG, CNH etc.):

Assinatura do(a) candidato(a):



PORTUGUÊS

QUESTÃO 01

ANESTESIA APAGA MEMÓRIAS RUINS

O gás xenônio, **que é usado em faróis de carro (pois gera luz quando recebe eletricidade) e também como anestésico**, tem uma terceira utilidade: eliminar memórias traumáticas. Pelo menos em cobaias de laboratório. A descoberta é de cientistas americanos, que submeteram um grupo de ratos a uma situação desagradável – quando tocava um determinado som, eles levavam um choque. As cobaias que inalaram xenônio se esqueceram desse fato e passaram a ignorar o alerta sonoro. O efeito acontece porque o gás bloqueia a ação de um aminoácido chamado NMDA, que é necessário para a preservação das memórias.

NOGUEIRA, Salvador. *Super Interessante*. p. 10. nov. 2014.

A oração destacada no texto classifica-se como

- A) coordenada explicativa.
- B) subordinada adjetiva restritiva.
- C) subordinada adjetiva explicativa.
- D) subordinada substantiva apositiva.
- E) subordinada adverbial concessiva.

QUESTÃO 02

“ANOREXIA EMOCIONAL” E VÍNCULOS AFETIVOS

As formas mais conhecidas de compulsão emocional são a sexual e a codependência. Na primeira, os portadores praticam sexo de maneira incontrolável (e, às vezes, sem critérios na escolha dos parceiros), e, na codependência, as pessoas se afogam em relacionamentos problemáticos, pouco saudáveis e o veem como base e o objetivo da sua existência.

A “anorexia emocional” também se enquadra como compulsão emocional, mas se afasta das demais compulsões que geralmente estão associadas à falta de controle e ao exagero. A “anorexia emocional” trata das dificuldades de envolvimento e de se estabelecer vínculos afetivos, sendo considerada compulsão pelo fato de existir uma força que conduz o portador a repetir um ato deliberado, ou até mesmo contrário à vontade.

Disponível em: <<http://mulher.uol.com.br/comportamento>>. Acesso em: 01 dez 2014.

O uso reiterado das aspas na expressão “anorexia emocional” se justifica para

- A) apontar a citação de um neologismo.
- B) provocar surpresa, dúvida ou hesitação.
- C) realçar ironicamente a expressão destacada.
- D) ressaltar a ocorrência de empréstimos linguísticos.
- E) acentuar valor significativo à expressão destacada.

QUESTÃO 03

Robert Louis Stevenson saiu de casa e fez a longa caminhada até a praia no momento exato em que o sol se punha. Por causa das árvores, da varanda não se avistava o mar, que, duzentos metros abaixo, penetrava as extremidades de dois vales cobertos de mata; para apreciar o mergulho final do sol antes de ter início a escuridão límpida, o melhor era postar-se em meio às raízes dos mangues, apesar (disse ele a si próprio, enchendo-se de coragem) dos mosquitos e dos flebótomos. Stevenson levou algum tempo para se dar conta da presença de um outro vulto humano, porque este parecia ser apenas mais uma sombra em meio a sombras; porém a figura virou-se e por um momento deu a impressão de que estava olhando para ele. O homem usava um chapéu de aba larga semelhante ao que o próprio Stevenson tinha na cabeça; e este, embora visse que a pele do outro era branca, não conseguia distinguir suas feições.

MANGUEL, Alberto. *Stevenson sob as palmeiras*. Trad. Paulo Henriques Brito. São Paulo: Companhia das Letras, 2000. p. 11.

Considerando o emprego dos tempos e modos verbais, predominam no texto

- A) o pretérito perfeito e o imperfeito do indicativo.
- B) o presente e o pretérito imperfeito do indicativo.
- C) o futuro do pretérito e o futuro simples do subjuntivo.
- D) o pretérito imperfeito e o futuro simples do indicativo.
- E) o pretérito perfeito e o mais-que-perfeito do subjuntivo.

QUESTÃO 04

Analise as frases seguintes.

- I. Eu estou indo para o banco.
- II. Eu não posso falar de chocolate.
- III. Todos os alunos comeram seis sanduíches.
- IV. Homens e mulheres competentes têm os melhores empregos.

Observando a organização sintática dos elementos na sentença e as interpretações semânticas, essas frases geram que fenômeno semântico?

- A) Anáfora.
- B) Sinonímia.
- C) Antonímia.
- D) Conotação.
- E) Ambiguidade.

QUESTÃO 05

Os pronomes demonstrativos estabelecem referências espaciais e temporais em relação às pessoas do discurso. Qual alternativa apresenta o uso correto desses pronomes?

- A) Nesse ano estou estudando mais.
- B) Sombra e água fresca; é disto que preciso.
- C) Essa cicatriz no meu braço eu ganhei na infância.
- D) Estas são as frutas de que gosto: banana, maçã e melancia.
- E) Gosto muito de teatro e música: este porque encanta; aquela porque instrui.

QUESTÃO 06

São velhas e persistentes as teorias que atribuem capacidades específicas inatas a “raças” ou a outros grupos humanos. Muita gente ainda acredita que os nórdicos são mais inteligentes do que os negros; que os alemães têm mais habilidade para a mecânica; que os judeus são avarentos e negociantes; que os norte-americanos são empreendedores e interesseiros; que os portugueses são muito trabalhadores e pouco inteligentes; que os japoneses são trabalhadores, traiçoeiros e cruéis; que os ciganos são nômades por instinto, e, finalmente, que os brasileiros herdaram a preguiça dos negros, a imprevidência dos índios e a luxúria dos portugueses.

Os antropólogos estão totalmente convencidos de que as diferenças genéticas não são determinantes das diferenças culturais. Segundo Félix Keesing, “não existe correlação significativa entre a distribuição dos caracteres genéticos e a distribuição dos comportamentos culturais. Qualquer criança humana normal pode ser educada em qualquer cultura, se for colocada desde o início em situação conveniente de aprendizado”. Em outras palavras, se transportarmos para o Brasil, logo após o seu nascimento, uma criança sueca e a colocarmos sob os cuidados de uma família sertaneja, ela crescerá como tal e não se diferenciara mentalmente em nada de seus irmãos de criação. Ou ainda, se retirarmos uma criança xinguanã de seu meio e a educarmos como filha de uma família de alta classe média de Ipanema, o mesmo acontecerá: ela terá as mesmas oportunidades de desenvolvimento que os seus novos irmãos.

LARAIÁ, Roque de Barros. *Cultura: um conceito antropológico*. 24 ed. Rio de Janeiro: J. Zahar, 2009. p. 17-18.

Em um texto, dependendo dos objetivos do autor, muitas vezes diferentes podem dialogar. Do trecho transcrito, infere-se que o autor

- A) apresenta argumentos que reforçam a ideia de que há, nos grupos humanos, um determinismo biológico, uma vez que povos de diferentes partes do planeta apresentam habilidades e costumes culturais diferentes.
- B) apresenta dois modos de conceber as diferenças entre os seres humanos: a “visão” de algumas pessoas, para quem somos todos iguais, e a visão dos antropólogos, que afirmam que a genética determina a cultura.
- C) orienta sua argumentação para a conclusão de que as diferenças biológicas influenciam os traços culturais e vice-versa; para tanto, lança mão do argumento de autoridade, apresentando a fala de um antropólogo.
- D) faz distinção entre duas maneiras de pensar os costumes humanos, concluindo que uma criança indígena, mesmo criada por uma família civilizada, continuaria apresentando traços comportamentais de um indígena.
- E) contrapõe uma opinião costumeira, segundo a qual existe um determinismo biológico nos grupos humanos, à convicção dos antropólogos, que veem as diferenças entre esses grupos como derivadas antes da cultura que da biologia.

QUESTÃO 07



Disponível em: <<http://www.wordsofleisure.com>>. Acesso em: 01 dez 2014.

Na fala da personagem Mafalda do último quadrinho, o termo **assim** exerce a função sintática de

- A) aposto.
- B) objeto direto.
- C) adjunto adverbial.
- D) adjunto adnominal.
- E) predicativo do sujeito.

QUESTÃO 08

Nos enunciados seguintes,

- I. Como a chuva não dá trégua, os clubes desportivos são sempre uma ótima opção.
- II. Acredito que os estudantes teriam melhor desempenho nas avaliações se lessem com mais frequência.
- III. As últimas pesquisas apontam para o aumento da AIDS entre jovens de 15 a 24 anos. Revelam ainda alta incidência entre homossexuais.
- IV. A atividade humana solicitou tanto da natureza que não há mais garantias de que os ecossistemas do planeta sustentem as futuras gerações.

a relação semântica de *causa* ocorre apenas em

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

QUESTÃO 09

Escrevo-te
Estas mal traçadas linhas
Meu amor!
Porque veio a saudade
Visitar meu coração
Espero que desculpes
Os meus errinhos por favor
Nas frases desta carta
Que é uma prova de afeição...

Talvez tu não a leias
Mas quem sabe até darás
Resposta imediata
Me chamando de "Meu Bem"
Porém o que me importa
É confessar-te uma vez mais
Não sei amar na vida
Mais ninguém...

Tanto tempo faz
Que li no teu olhar
A vida cor-de-rosa
Que eu sonhava
E guardo a impressão
De que já vi passar
Um ano sem te ver
Um ano sem te amar...

Ao me apaixonar
Por ti não reparei
Que tu tiveste
Só entusiasmo
E para terminar
Amor assinarei
Do sempre, sempre teu...

Disponível em: <<http://letras.mus.br/erasmo-carlos/45771/>>. Acesso em: 20 nov. 2014.

Conforme as necessidades expressivas de seus autores, podemos encontrar textos híbridos que aproximam traços de gêneros textuais e literários diversos. Tendo isso em vista, a letra da canção apresenta características dos gêneros

- A) carta e poesia.
- B) carta e memorando.
- C) carta e diário pessoal.
- D) poesia e diário pessoal.
- E) poesia e artigo de opinião.

QUESTÃO 10

Bares abarrotados
Esbarram em amarrotados
Que arrotam a bancarrota
E seguem a rota dos derrotados
Envolvidos na vida indevida
Que endivida e leva a extremos trêmulos
Delírios de lírios e similares
Mentes centrífugas em fuga alucinógena
E noites alucinantes
[...]

Matéria Prima. Paraísos Artificiais.

Áudio disponível em: <<http://canhotagem.blogspot.com.br/2011/05/o-paraiso-artificial-da-materia-prima.html>>. Acesso em: 20 nov. 2014.

Quanto aos recursos estilísticos empregados no texto, predomina

- A) a prosopopeia, evidente no trecho "Mentes centrífugas em fuga alucinógena".
- B) a antítese, visto que "lírios" e "derrotados" configuram palavras de sentidos opostos.
- C) a elipse, visto que há, sem prejuízo da compreensão do texto, a supressão do sujeito "homens".
- D) o pleonismo, uma vez que há, ao longo do texto, a repetição de sons consonantais e vocálicos.
- E) a paronomásia, evidente na aproximação entre palavras de sentido diferente e sonoridade semelhante.

RACIOCÍNIO LÓGICO

QUESTÃO 11

Em uma clínica existem as funções de médico, técnico de laboratório, recepcionista e expedidor de exames. Suponhamos que: alguns médicos assumem também a função de técnico de laboratório; os recepcionistas não são médicos, mas alguns também são técnicos de laboratório; todos os expedidores de exames são também recepcionistas. Desse contexto, infere-se que

- A) existem técnicos de laboratório que não são médicos.
- B) os recepcionistas são também expedidores de exames.
- C) alguns técnicos de laboratório são expedidores de exames.
- D) os expedidores de exames não são técnicos de laboratório.
- E) os recepcionistas e médicos, juntos, formam o grupo dos técnicos de laboratório.

QUESTÃO 12

Em um posto de saúde emergencialmente improvisado, três médicos (A, B e C) fazem o plantão e trabalham ao mesmo tempo, em uma mesma sala, atendendo a qualquer paciente. Existem 25 pessoas aguardando o atendimento em uma fila ordenada de espera. A cada período de tempo, uma recepcionista chama 3 pacientes, que entram e saem juntos. Esses pacientes podem ter sido atendidos por qualquer médico. De quantas formas diferentes os médicos podem ter atendido naquele dia a todos os pacientes, considerando que as consultas têm a mesma duração e que os médicos trabalharam ininterruptamente?

- A) 49
- B) 51
- C) 54
- D) 2 027
- E) 2 300

QUESTÃO 13

Se os símbolos lógicos \sim , \wedge , \vee , \rightarrow e \leftrightarrow representam negação, conjunção, disjunção, implicação e bi-implicação, respectivamente, e os valores lógicos das proposições atômicas A, B, C e D são, respectivamente, Falso, Falso, Verdadeiro e Falso, qual das fórmulas tem valor lógico verdadeiro?

- A) $(A \vee C) \leftrightarrow (B \vee D)$
- B) $((A \wedge \sim B) \vee C) \rightarrow D$
- C) $(\sim A \wedge \sim B \wedge \sim C) \vee D$
- D) $\sim(A \wedge B) \leftrightarrow (C \vee D)$
- E) $\sim A \rightarrow (B \vee \sim(C \vee D))$

QUESTÃO 14

Das informações "Ana e José gostam de Fisiologia", "Se Maria gosta de Biologia Celular, então José não gosta de Fisiologia", e "Maria gosta de Biologia Celular se e somente se Cléo gosta de Química", infere-se que

- A) José gosta de Fisiologia e Cléo gosta de Química.
- B) Ana gosta de Fisiologia e Cléo não gosta de Química.
- C) Ana não gosta de Fisiologia e Cléo não gosta de Química.
- D) Maria gosta de Biologia Celular e José gosta de Fisiologia.
- E) Maria gosta de Biologia Celular ou José não gosta de Fisiologia.

QUESTÃO 15

Se a afirmação "Todo mundo é saudável ou doente" é falsa, então é verdadeira a assertiva

- A) "Alguém é saudável e não é doente".
- B) "Alguém não é saudável e é doente".
- C) "Alguém não é saudável e não é doente".
- D) "Todo mundo é saudável e não é doente".
- E) "Todo mundo não é saudável ou não é doente".

LEGISLAÇÃO APLICADA À UNCISAL

QUESTÃO 16

De acordo com o seu Regimento Geral, integram a Estrutura Básica da UNCISAL os(as)

- A) Órgãos de Apoio Assistencial.
- B) Unidades de Apoio Acadêmico.
- C) Órgãos de Planejamento Acadêmico.
- D) Órgãos de Assessoramento do Conselho Superior.
- E) Órgãos de Assessoramento Superior do Gabinete da Reitoria.

QUESTÃO 17

De acordo com o Plano de Desenvolvimento Institucional (PDI) da UNCISAL 2010-2014,

- A) um dos princípios teórico-metodológicos que norteiam as práticas dirigidas pelo plano é o do compromisso com a responsabilidade social.
- B) constitui um princípio filosófico a valorização e implementação de ações afirmativas, como as de acesso e de permanência no ensino superior, das minorias reconhecidas socialmente.
- C) compete à Ouvidoria Universitária relacionar-se com a comunidade externa e interna, atuando como agente de mudança e integração dos segmentos que compõem a Instituição.
- D) um dos eixos da política de pesquisa da UNCISAL é o desenvolvimento regional, visando ampliar a articulação da Universidade com a Sociedade, contribuindo com as reais necessidades da população alagoana.
- E) é uma política de desenvolvimento humano proporcionar amplo acesso às tecnologias de informação e comunicação de modo que a produção e a disseminação do conhecimento funcionem como instrumento de inclusão social.

QUESTÃO 18

De acordo com a Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, compete à direção nacional do Sistema Único da Saúde (SUS):

- I. fiscalizar o controle da qualidade sanitária de produtos, substâncias e serviços de consumo e uso humano;
- II. participar na formulação e na implementação de políticas de controle das agressões ao meio ambiente;
- III. definir e coordenar sistemas como os de redes isoladas de assistência de menor complexidade.

Verifica-se que está(ão) correta(s)

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

QUESTÃO 19

De acordo com a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as Diretrizes e Bases da Educação Nacional,

- A) a União incumbir-se-á de baixar normas complementares para o seu sistema de ensino.
- B) os estados incumbir-se-ão de baixar normas gerais sobre cursos de graduação e pós-graduação.
- C) a União incumbir-se-á de oferecer a educação infantil em creches e pré-escolas, e, com prioridade, o ensino fundamental.
- D) é incumbência dos municípios assegurar o ensino fundamental e oferecer, com prioridade, o ensino médio a todos que o demandarem.
- E) caberá à União a coordenação da política nacional de educação, articulando os diferentes níveis e sistemas e exercendo função normativa, redistributiva e supletiva.

QUESTÃO 20

Segundo o Estatuto da UNCISAL,

- A) a universidade não poderá receber cessões temporárias de direitos efetuados por pessoas jurídicas de direito público internacionais.
- B) é livre a organização dos segmentos estudantil, docente e técnico administrativo, cabendo-lhes identificar suas entidades e definir as formas de representação.
- C) as doações, alienações e baixas, a qualquer título, de bens patrimoniais incorporados à universidade, deverão ter prévia autorização das Câmaras de Gestão, observada a legislação pertinente.
- D) os bens e direitos da universidade serão utilizados exclusivamente no cumprimento da legislação em vigor, obedecendo aos seus princípios e objetivos, sendo referendado pelos órgãos de gestão.
- E) a universidade deverá proporcionar exclusivamente aos seus discentes atividades complementares de difusão e fomento da cultura, arte, esporte, lazer e o exercício da cidadania, visando ao cumprimento da sua função social e dos seus objetivos.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

QUESTÃO 21

Uma das principais formas de se obter êxito na prescrição do treinamento físico é sistematizá-lo, tentando manipular as principais variáveis, modificando-as nos períodos adequados para que se aproveite o máximo dos benefícios gerados pela prática dos exercícios físicos. De acordo com tais declarações, assinale a alternativa que contém, corretamente, variáveis metodológicas do treinamento físico.

- A) Carga de treinamento, tipo de exercício, força e resistência.
- B) Volume, intensidade, intervalos de recuperação e frequência semanal.
- C) Força, resistência muscular, resistência cardiorrespiratória e flexibilidade.
- D) Individualidade biológica, volume-intensidade, sobrecarga e especificidade.
- E) Força máxima, força de resistência, força explosiva, composição corporal e flexibilidade.

QUESTÃO 22

No que se refere à avaliação e à prescrição de exercícios para populações especiais, é correto afirmar:

- A) portadores de *diabetes mellitus* não devem realizar exercícios com a utilização de pesos.
- B) não é atribuição do Educador Físico questionar a presença de angina durante a anamnese.
- C) a escala de *Borg* não deve ser utilizada em portadores de hipertensão arterial sistêmica.
- D) os exercícios resistidos são contraindicados em portadores de hipertensão arterial sistêmica.
- E) exercícios isométricos não devem ser prescritos para portadores de insuficiência cardíaca.

QUESTÃO 23

Durante a realização de exercícios físicos, particularmente em exercícios aeróbicos, estímulos simpáticos e parassimpáticos são de suma importância para o controle da frequência cardíaca e, conseqüentemente, do suprimento sanguíneo no corpo. Os estímulos simpáticos e parassimpáticos causam, respectivamente, na frequência cardíaca

- A) diminuição e nenhuma alteração na frequência.
- B) nenhuma alteração e controle da frequência.
- C) manutenção e aumento da frequência.
- D) aumento e diminuição da frequência.
- E) diminuição e aumento da frequência.

QUESTÃO 24

Assinale a alternativa correta sobre procedimentos que compõem a avaliação física realizada pelo profissional de Educação Física.

- A) Aferição da pressão arterial, da glicemia, de parâmetros neuromotores e da concentração de lactato.
- B) Aplicação da escala subjetiva de esforço, de testes ergoespirométricos e avaliação somestésica.
- C) Mensuração de parâmetros hemodinâmicos, respiratórios, ortopédicos e de composição corporal.
- D) Testes de flexibilidade, de força e resistência muscular, de equilíbrio e análise do perfil lipídico.
- E) Anamnese completa e avaliações postural, antropométrica, metabólica e eletromiográfica.

QUESTÃO 25

Em procedimentos de primeiros socorros, na avaliação primária da vítima, é importante, inicialmente,

- A) conter grandes hemorragias com o objetivo de evitar choque hipovolêmico.
- B) avaliar se a respiração é adequada para requisitar suporte ventilatório se necessário.
- C) iniciar massagem cardíaca imediatamente visando reverter possível parada cardíaca.
- D) verificar a consciência, abrir vias aéreas superiores e estabilizar a coluna cervical.
- E) verificar os pulsos das artérias carótidas e radial a fim de certificar que o indivíduo está vivo.

QUESTÃO 26

Assinale a alternativa que indica como o profissional de Educação Física deve agir ao deparar-se com uma vítima de luxação.

- A) Realizar imediatamente o reposicionamento da articulação afetada.
- B) Colocar compressa de gelo no local afetado com objetivo de reduzir a dor.
- C) Administrar medicamento para a dor e em seguida conduzir o paciente ao consultório médico.
- D) Estabilizar o local da luxação e providenciar a remoção do paciente para o hospital mais próximo.
- E) Levar o paciente ao serviço médico mais próximo para o médico realizar os primeiros procedimentos.

QUESTÃO 27

Considerando os pontos anatômicos utilizados como referências nas avaliações das dobras cutâneas, é correto afirmar:

- A) para a dobra peitoral é utilizada como referência a linha axilar média.
- B) para a dobra da coxa é utilizado como referência o trato iliotibial.
- C) para a dobra tricípital são utilizados como referências o olécrano e o acrômio.
- D) para a dobra supraílica é utilizada como referência a protuberância do íleo.
- E) para a dobra subescapular é utilizado como referência o ângulo posterior da escápula.

QUESTÃO 28

Qual a recomendação para a prescrição de um programa de exercícios físicos quando se tem como objetivo a prevenção e o tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica?

- A) Composto de exercícios aeróbios e resistidos; duração de 30 minutos de forma contínua ou acumulada, podendo ultrapassar esse tempo; cinco vezes por semana.
- B) Composto por exercícios resistidos e aeróbios; duração de 30 minutos de forma contínua; frequência semanal livre conforme o grau de conforto do paciente.
- C) Composto preferencialmente de atividades recreativas sem duração e frequência pré-determinadas, de forma a evitar sobrecarga ao sistema cardiovascular.
- D) Composto de exercícios aeróbios de grandes grupos musculares, não ultrapassando 30 minutos de duração; cinco vezes por semana, no máximo.
- E) Composto de exercícios aeróbios e resistidos de membros inferiores; duração conforme a aptidão do paciente; quatro vezes por semana.

QUESTÃO 29

As ações concernentes à interdisciplinaridade no contexto da saúde visam

- A) criar uma disciplina que contemple todas as áreas do conhecimento para uma abordagem integral do indivíduo.
- B) instituir o trabalho em equipe de diferentes profissionais da saúde para assegurar um atendimento global ao indivíduo.
- C) convergir e assim promover o avanço dos conhecimentos científicos a fim de uma abordagem holística do ser humano.
- D) estimular e propiciar a atuação de uma equipe multiprofissional nos diversos processos de promoção à saúde.
- E) promover os avanços científicos de cada área do conhecimento separadamente a fim de aprimorar as ações em saúde.

QUESTÃO 30

A demanda de fornecimento de energia dos exercícios relaciona-se com sua intensidade e sua duração como, por exemplo, ao se comparar uma corrida de 100 metros com uma maratona. Nas corridas de curta duração há a necessidade do fornecimento imediato de energia. Dadas as afirmativas quanto ao tema,

- I. Em uma corrida de 100 metros, atividade de curtíssima duração e alta intensidade, a demanda de energia é advinda exclusivamente do sistema anaeróbico.
- II. O sistema anaeróbico alático é o principal responsável pela ressíntese do ATP nos primeiros 15 segundos da atividade física, caracterizando-se como a fonte de energia primordial em esportes de alta intensidade e curta duração.
- III. A capacidade que o sujeito tem em se manter exercitando-se sem a presença de oxigênio promove acúmulo de ácido láctico e conseqüentemente diminuição no pH, o que pode gerar a cessação da atividade enzimática e a ressíntese de ATP.

verifica-se que está(ão) correta(s)

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

QUESTÃO 31

O processo de envelhecimento causa diversas alterações anátomo-fisiológica-funcionais que tende a provocar dificuldades na realização de atividades físicas básicas do dia a dia. Dessa forma, uma das principais funções da prática de exercícios na população idosa é a de promover a independência funcional, o que tende a promover melhor qualidade de vida. Uma das alterações no organismo que pode provocar dificuldades na realização das atividades físicas do dia a dia é a sarcopenia, que é a perda de massa muscular com o avanço da idade. Dadas as proposições,

- I. O formato da curva de perda de força é igual em indivíduos treinados e destreinados. Até os 50 anos a perda é de aproximadamente 5-10% e dos 50 aos 80 anos perde-se cerca de 30% de massa muscular e força.
- II. A massa muscular diminui aproximadamente 50% entre os 20 e os 90 anos e o número de fibras musculares no idoso é em torno de 20% menor que no adulto.
- III. A força rápida ou explosiva apresenta um declínio mais rápido associado ao envelhecimento do que a força máxima ou a força de resistência muscular, tanto em homens quanto em mulheres.

verifica-se que está(ão) correta(s)

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

QUESTÃO 32

Um dos procedimentos que tem sido contraindicado durante a execução da maior parte dos exercícios físicos é a manobra de Valsalva, especialmente em indivíduos que possuem pressão arterial elevada. Sobre esta temática, assinale a alternativa correta.

- A) É a inspiração com a glote fechada. Nessa situação, pode-se diminuir a exigência cardíaca e diminuir a pressão arterial sistêmica em seu estágio final.
- B) É a tentativa de inspiração com a glote fechada. Nessa situação, pode-se aumentar a exigência cardíaca, porém com diminuição da pressão arterial sistêmica, causando enjoos e até mesmo desmaios.
- C) É uma apneia (tentativa de expiração) que envolve o fechamento da glote e a contração do diafragma e da musculatura abdominal. Esse procedimento pode gerar aumentos inadequados ou anormais na pressão arterial.
- D) Ocorre quando há um relaxamento da musculatura abdominal concomitante com a tentativa de expiração com a glote fechada, ocasionando, assim, diminuição no retorno de sangue ao coração, gerando aumento anormal da pressão sanguínea.
- E) É uma apneia que envolve a abertura da glote e a contração do diafragma e da musculatura abdominal. Esse procedimento pode gerar diminuições anormais da pressão arterial, causando enjoos e vertigens no praticante de exercícios físicos.

QUESTÃO 33

Após iniciar um programa de exercícios, um sujeito identificou que seu preparador físico utilizava diversos parâmetros para tentar manipular a intensidade de seus exercícios aeróbicos. Assinale a alternativa que aponta aquela que contém parâmetros fisiológicos que podem ser utilizados para controlar a prescrição do treinamento cardiovascular.

- A) Identificação do duplo produto, potência de membros inferiores e percentual do consumo de oxigênio de reserva.
- B) Consumo máximo de oxigênio, frequência cardíaca e percentuais da frequência cardíaca de reserva.
- C) Frequência cardíaca, frequência respiratória, dor muscular e escala de esforço percebido.
- D) Flexibilidade, composição corporal, pressão arterial e frequência respiratória.
- E) Agilidade, força muscular rápida e frequência cardíaca.

QUESTÃO 34

A cardiomiopatia hipertrófica (CH) caracteriza-se pelo desarranjo das proteínas contráteis cardíacas e cursa com importantes alterações de contratilidade miocárdica. Dessa forma, o exercício físico deve ser prescrito de maneira a não potencializar as disfunções cardíacas preexistentes. Quanto à prática de exercícios físicos, os portadores de CH devem ser orientados a

- A) não realizarem exercícios físicos de alta intensidade.
- B) não realizarem exercícios físicos se possuírem desfibrilador implantado.
- C) não realizarem exercícios físicos se apresentarem dispneia no teste de esforço.
- D) não realizarem exercícios físicos se possuírem história de morte súbita na família.
- E) dar preferência para exercícios físicos que não envolvam pequenos grupamentos musculares.

QUESTÃO 35

Dadas as afirmativas sobre os princípios científicos do treinamento físico,

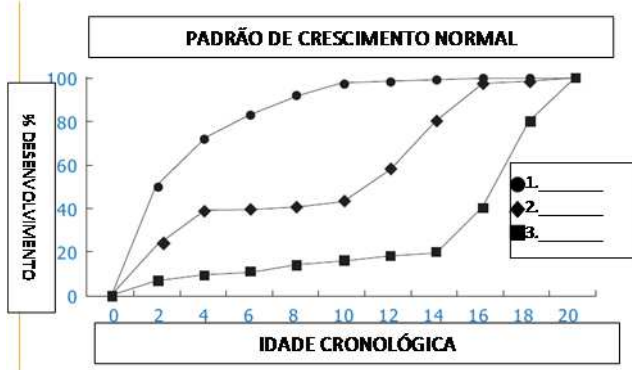
- I. De acordo com o princípio da individualidade biológica, elementos de uma mesma espécie apresentam variabilidade e respondem de forma diferente ao serem submetidos a um mesmo estímulo de treinamento.
- II. Um dos importantes princípios do treinamento físico é o princípio da adaptação, que está intimamente ligado ao fenômeno do estresse e relaciona-se com a capacidade do organismo em se adaptar aos estímulos ou fatores estressantes gerados. Em relação a tal declaração, observa-se que quanto menor a janela de adaptação identificada, maiores as possibilidades de desenvolvimento dos componentes da aptidão física e, quanto maior a janela de adaptação, menores serão as respostas ao treinamento.
- III. De acordo com o princípio da sobrecarga, a evolução dos componentes da aptidão física somente acontece quando estímulos menores que aqueles já suportados pelo organismo são utilizados, gerando, assim, uma continuidade e diminuição da janela de adaptação.
- IV. A estimulação predominante do volume e da intensidade deve ser adequada às fases de treinamento, seguindo uma orientação de interdependência. Assim, deve-se considerar que a relação entre o volume e a intensidade do treinamento é sempre diretamente proporcional.

verifica-se que está(ão) correta(s) apenas

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

QUESTÃO 36

Durante a adolescência, indivíduos de mesma idade cronológica podem variar significativamente no progresso de maturação e exibir diferenças em força e tamanho, porém as etapas do crescimento dos diferentes sistemas (neural, esquelético e muscular) são semelhantes a todos os sujeitos saudáveis. Dessa forma, considerando que os sistemas esquelético, neural e muscular possuem um padrão de crescimento e desenvolvimento normal, assinale a alternativa que completa, de forma adequada, as indicações numéricas na figura abaixo.



- A) Esquelético, neural e muscular.
- B) Esquelético, muscular e neural.
- C) Neural, esquelético e muscular.
- D) Neural, muscular e esquelético.
- E) Muscular, neural e esquelético.

QUESTÃO 37

A doença arterial coronariana (DAC) responde pela maioria dos eventos de morte súbita relacionados ao exercício em indivíduos com idade superior a 35 anos (SOUZA *et al.*, 2006, p. 48). No processo de avaliação e prescrição de exercícios em portadores de DAC, é necessário considerar que

- A) a frequência do exercício não deve ultrapassar cinco vezes por semana devido ao risco de sobrecarga da função vascular.
- B) a duração dos exercícios aeróbios não devem ultrapassar 30 minutos devido ao risco de aparecimento de arritmias cardíacas.
- C) o teste ergométrico é fundamental para estratificação de risco do paciente, pois pode propiciar a manifestação de alterações de contratilidade cardíaca.
- D) exercícios resistidos envolvendo grandes grupos musculares, de intensidades moderada e alta, podem ser inseridos em um programa de condicionamento físico.
- E) a frequência cardíaca máxima não deve ser utilizada como parâmetro para a prescrição da intensidade do exercício para pacientes em uso de betabloqueador.

QUESTÃO 38

Sobre o Questionário de Prontidão para a Atividade Física, é correto afirmar:

- A) é importante para identificar condições que podem comprometer a realização de exercícios.
- B) é composto por perguntas que estimam o grau de força muscular de indivíduos sedentários.
- C) se o paciente responder “sim” em duas ou mais perguntas, deve ser encaminhado ao médico.
- D) fornece dados para a estimativa da aptidão cardiorrespiratória.
- E) o Questionário tem validade se acompanhado por exames laboratoriais.

QUESTÃO 39

O professor de Educação Física, durante a prescrição de exercícios físicos, solicitou que os atletas realizassem corridas curtas em velocidade e intensidade máximas com duração de 5 segundos e com intervalos de 5 minutos entre cada realização. Levando em consideração que os atletas realizaram essa atividade durante 10 minutos, assinale a alternativa correta.

- A) O treinamento prescrito teve como sistema de ressíntese de ATP o glicolítico, em virtude da duração (20 minutos) e dos intervalos de recuperação entre cada uma das corridas realizadas.
- B) O treinamento prescrito teve como sistemas de ressíntese de ATP o oxidativo e o glicolítico, por se tratar de um treinamento com duração maior que três minutos e em virtude do período de intervalo ser suficiente para que o oxigênio possa atuar de forma excelente.
- C) O treinamento prescrito teve como sistema de ressíntese de ATP exclusivamente o oxidativo, por se tratar de um treinamento com duração maior que três minutos e em virtude do período de intervalo ser suficiente para que o oxigênio possa atuar de forma excelente.
- D) O treinamento prescrito teve como sistema de ressíntese de ATP o ATP-CP e o glicolítico, em virtude da duração (20 minutos) e dos intervalos de recuperação entre cada uma das corridas realizadas não permitirem total restauração do sistema ATP-CP, sendo necessária a intervenção do glicolítico.
- E) O treinamento prescrito teve como sistema de ressíntese de ATP o sistema ATP-CP, em virtude da intensidade e duração das corridas, além dos intervalos de recuperação entre cada uma das corridas realizadas permitirem a restauração desse sistema, permitindo, assim, a possibilidade de um novo ciclo na ressíntese de ATP por meio desse sistema.

QUESTÃO 40

O Código de Ética dos Profissionais de Educação Física registrado no Sistema CONFEF/CREFs dita que um dos princípios em que se pauta o exercício profissional em Educação Física é “a atuação, dentro das especificidades do seu campo e área do conhecimento, no sentido da educação e desenvolvimento das potencialidades humanas, daqueles aos quais presta serviços”.

Rio de Janeiro. RESOLUÇÃO CONFEF nº 254/2013, de 12 de junho de 2013.

Considerando a ética profissional, bem como o campo de atuação e área do conhecimento, o profissional de Educação Física deve

- A) elaborar, prescrever e supervisionar atividades físicas e desportivas com os objetivos de manter, promover e reabilitar a saúde.
- B) prescrever suplementos alimentares apenas a atletas de alto rendimento e orientar os demais quanto a questões alimentares.
- C) avaliar e diagnosticar patologias do sistema locomotor visando adequada prescrição de exercícios físicos no processo de reabilitação.
- D) prescrever atividades recreativas, atividades físicas e desportivas e, se necessário, prescrever recursos físicos como eletroterapia e termoterapia.
- E) avaliar e interpretar variáveis fisiológicas no repouso e exercício que indiquem o grau de aptidão cardiorrespiratória para diagnosticar e tratar doenças cardiovasculares.