

SUMÁRIO

Prefeitura de Lima Campos - MA
Nutricionista

LÍNGUA PORTUGUESA

Compreensão e interpretação de gêneros textuais variados	1
Recursos de textualidade (coesão, coerência; relações intertextuais)	7
Domínio da ortografia oficial: emprego das letras	14
Pontuação	25
Acentuação gráfica oficial (Novo acordo).....	37
Semântica (antonímia, sinonímia, paronímia, homonímia, polissemia e seus efeitos discursivos) Significação, estrutura e formação das palavras.....	45
Classes de palavras – flexões e suas funções textual-discursivas: substantivo, artigo, numeral, adjetivo, pronome, verbo, advérbio, preposição, conjunção e interjeição.....	61
Domínio da estrutura morfossintática do período simples e composto: relações de coordenação entre orações e entre termos da oração; relações de subordinação entre orações e entre termos da oração.....	80
Concordâncias verbal e nominal	90
regências nominal e verbal.....	97
emprego do sinal indicativo de crase	105
colocação pronominal.....	109
Funções e empregos das palavras “que” e “se”	109
Emprego dos porquês	113
Estilística: figuras de sintaxe, de som, de palavras e de pensamento	113
Questões	119
Gabarito.....	131

NOÇÕES DE INFORMÁTICA

Conceitos básicos de informática.....	1
Componentes básicos de um computador: hardware e software. Arquitetura básica de computadores e dispositivos periféricos.....	2
Dispositivos de armazenamento e cópia de segurança	9
Noções do sistema operacional Windows. Conceitos de organização e gerenciamento de arquivos e pastas	11
Conceitos básicos de internet: ferramentas, navegadores e aplicativos de Internet	35

SUMÁRIO

SUMÁRIO



Edição de textos, planilhas e demais documentos utilizando o Microsoft Office 2024 ou 365.....	42
Questões	52
Gabarito.....	59

RACIOCÍNIO LÓGICO MATEMÁTICO

Lógica e raciocínio lógico: problemas envolvendo lógica e raciocínio lógico.....	1
Proposições: conectivos. Conceito de proposição. Valores lógicos das proposições. Tabela-verdade. Operações lógicas sobre proposições: negação de uma proposição. Conjunção de duas proposições. Disjunção de duas proposições. Proposição condicional. Proposição bicondicional. Tautologias e contradições. Equivalência lógica e Implicação lógica. Conceito e Propriedades da relação de equivalência lógica. Recíproca, contrária e contrapositiva de uma proposição condicional. Implicação Lógica. Princípio de substituição. Propriedade da implicação lógica	5
Argumentos: conceito de argumento. Validade de um argumento. Critério de validade de um argumento	16
Sequências e séries: sequência numérica. Progressão aritmética. Progressão geométrica. Série geométrica infinita	21
Juros simples e compostos	27
Probabilidade.....	29
Análise combinatória	33
Questões	39
Gabarito.....	43

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS E LOCAIS

Nutrição Normal: Conceito de alimentação e nutrição; Cálculo de dietas normais.....	1
Pirâmide alimentar e seus grupos de alimentos.....	7
Leis de alimentação.....	12
Cálculo das necessidades calóricas basais e adicionais para adulto normal	17
Nutrientes: definição, propriedades, função, digestão, absorção, metabolismo, fontes alimentares	18
Particularização da dieta normal para os diferentes grupos etários: alimentação do lactente (0 a 1 ano), do infante (1 a 2 anos), do pré-escolar (2 a 7 anos), do escolar (7 a 12 anos) e do adolescente (12 a 18 anos)	31
Dietoterapia: Princípios básicos	37
Planejamento, avaliação e modificações da dieta normal e padronizações hospitalares.....	39

SUMÁRIO

SUMÁRIO



Nutrição MaternoInfantil: Particularização da dieta normal por estado fisiológico da gestante e da nutriz	47
Técnica Dietética: Condições sanitárias, composição e classificação dos alimentos; seleção, conservação e armazenamento; técnicas de pré-preparo, preparo e cocção; compras, métodos e procedimentos de recepção e estocagem movimentação e controle de gêneros.....	54
Segurança alimentar	61
Noções de epidemiologia das doenças nutricionais e desnutrição proteico-calórica	67
Microbiologia de alimentos: Toxinfecções alimentares; controle sanitário de alimentos; APPCC; controles de temperatura no fluxo dos alimentos	73
Legislação profissional e Código de Ética do Nutricionista	80
Aspectos econômicos, sociais, históricos, geográficos e culturais do Município de Lima Campos-MA.....	92
Questões	94
Gabarito.....	100

SUMÁRIO



DIFERENÇA ENTRE COMPREENSÃO E INTERPRETAÇÃO

A compreensão e a interpretação de textos são habilidades interligadas, mas que apresentam diferenças claras e que devem ser reconhecidas para uma leitura eficaz, principalmente em contextos de provas e concursos públicos.

Compreensão refere-se à habilidade de entender o que o texto comunica de forma explícita. É a identificação do conteúdo que o autor apresenta de maneira direta, sem exigir do leitor um esforço de interpretação mais aprofundado. Ao compreender um texto, o leitor se concentra no significado das palavras, frases e parágrafos, buscando captar o sentido literal e objetivo daquilo que está sendo dito. Ou seja, a compreensão é o processo de absorver as informações que estão na superfície do texto, sem precisar buscar significados ocultos ou inferências.

► Exemplo de compreensão:

Se o texto afirma: “Jorge era infeliz quando fumava”, a compreensão dessa frase nos leva a concluir apenas o que está claramente dito: Jorge, em determinado período de sua vida em que fumava, era uma pessoa infeliz.

Por outro lado, a interpretação envolve a leitura das entrelinhas, a busca por sentidos implícitos e o esforço para compreender o que não está diretamente expresso no texto. Essa habilidade requer do leitor uma análise mais profunda, considerando fatores como contexto, intenções do autor, experiências pessoais e conhecimentos prévios. A interpretação é a construção de significados que vão além das palavras literais, e isso pode envolver deduzir informações não explícitas, perceber ironias, analogias ou entender o subtexto de uma mensagem.

► Exemplo de interpretação:

Voltando à frase “Jorge era infeliz quando fumava”, a interpretação permite deduzir que Jorge provavelmente parou de fumar e, com isso, encontrou a felicidade. Essa conclusão não está diretamente expressa, mas é sugerida pelo contexto e pelas implicações da frase.

Em resumo, a compreensão é o entendimento do que está no texto, enquanto a interpretação é a habilidade de extrair do texto o que ele não diz diretamente, mas sugere. Enquanto a compreensão requer uma leitura atenta e literal, a interpretação exige uma leitura crítica e analítica, na qual o leitor deve conectar ideias, fazer inferências e até questionar as intenções do autor.

Ter consciência dessas diferenças é fundamental para o sucesso em provas que avaliam a capacidade de lidar com textos, pois, muitas vezes, as questões irão exigir que o candidato saiba identificar informações explícitas e, em outras ocasiões, que ele demonstre a capacidade de interpretar significados mais profundos e complexos.

► Tipos de Linguagem

Para uma interpretação de textos eficaz, é fundamental entender os diferentes tipos de linguagem que podem ser empregados em um texto. Conhecer essas formas de expressão ajuda a identificar nuances e significados, o que torna a leitura e a interpretação mais precisas. Há três principais tipos de linguagem que costumam ser abordados nos estudos de Língua Portuguesa: a linguagem verbal, a linguagem não-verbal e a linguagem mista (ou híbrida).



A informática, ou ciência da computação, é a área dedicada ao processamento automático da informação por meio de sistemas computacionais. Seu nome, derivado da fusão das palavras “informação” e “automática”, reflete o objetivo principal: utilizar computadores e algoritmos para tratar, armazenar e transmitir dados de forma eficiente e precisa.

A evolução da informática começou com dispositivos de cálculo simples, como o ábaco, e avançou significativamente ao longo dos séculos. No século 17, Blaise Pascal criou a Pascaline, uma das primeiras calculadoras mecânicas. Já no século 19, Charles Babbage projetou a Máquina Analítica, precursora dos computadores modernos. Ada Lovelace, sua colaboradora, escreveu o primeiro algoritmo destinado a ser executado por uma máquina, tornando-se a primeira programadora da história.

No século 20, a informática passou por transformações revolucionárias. Surgiram os primeiros computadores eletrônicos, como o ENIAC, que usava válvulas para realizar cálculos em grande velocidade. A invenção do transistor e dos circuitos integrados possibilitou a criação de computadores menores e mais rápidos, e, com a chegada dos microprocessadores, os computadores pessoais começaram a se popularizar.

Hoje, a informática permeia praticamente todos os aspectos da vida cotidiana, desde smartphones até sistemas avançados de inteligência artificial. A área segue em constante inovação, impulsionando mudanças significativas em como nos comunicamos, trabalhamos e interagimos com o mundo ao nosso redor.

Fundamentos de Informática

- **Computador:** é uma máquina capaz de receber, armazenar, processar e transmitir informações. Os computadores modernos são compostos por hardware (componentes físicos, como processador, memória, disco rígido) e software (programas e sistemas operacionais).
- **Hardware e Software:** hardware refere-se aos componentes físicos do computador, enquanto o software refere-se aos programas e aplicativos que controlam o hardware e permitem a execução de tarefas.
- **Sistema Operacional:** é um software fundamental que controla o funcionamento do computador e fornece uma interface entre o hardware e os programas. Exemplos de sistemas operacionais incluem Windows, macOS, Linux, iOS e Android.
- **Periféricos:** são dispositivos externos conectados ao computador que complementam suas funcionalidades, como teclado, mouse, monitor, impressora, scanner, alto-falantes, entre outros.
- **Armazenamento de Dados:** refere-se aos dispositivos de armazenamento utilizados para guardar informações, como discos rígidos (HDs), unidades de estado sólido (SSDs), pen drives, cartões de memória, entre outros.
- **Redes de Computadores:** são sistemas que permitem a comunicação entre computadores e dispositivos, permitindo o compartilhamento de recursos e informações. Exemplos incluem a Internet, redes locais (LANs) e redes sem fio (Wi-Fi).

Segurança da Informação: Refere-se às medidas e práticas utilizadas para proteger os dados e sistemas de computadores contra acesso não autorizado, roubo, danos e outros tipos de ameaças.

Tipos de computadores

- **Desktops:** são computadores pessoais projetados para uso em um único local, geralmente composto por uma torre ou gabinete que contém os componentes principais, como processador, memória e disco rígido, conectados a um monitor, teclado e mouse.
- **Laptops (Notebooks):** são computadores portáteis compactos que oferecem as mesmas funcionalidades de um desktop, mas são projetados para facilitar o transporte e o uso em diferentes locais.



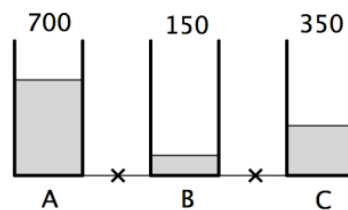
Raciocínio Lógico Matemático

Resolver problemas lógicos envolve interpretar informações, identificar relações e estruturar raciocínios que levem a uma conclusão válida. Esse tipo de exercício exige atenção, organização e a aplicação de diferentes estratégias para analisar padrões, estabelecer conexões e eliminar possibilidades incorretas.

A lógica está presente em diversas situações do dia a dia, desde tomadas de decisão até a resolução de desafios matemáticos. Com a prática, é possível aprimorar a capacidade de raciocínio e encontrar soluções de forma mais rápida e eficiente.

Questões:

1. (FGV) Em um prédio há três caixas d'água chamadas de A, B e C e, em certo momento, as quantidades de água, em litros, que cada uma contém aparecem na figura a seguir.



Abrindo as torneiras marcadas com x no desenho, as caixas foram interligadas e os níveis da água se igualaram.

Considere as seguintes possibilidades:

1. A caixa A perdeu 300 litros.
2. A caixa B ganhou 350 litros.
3. A caixa C ganhou 50 litros.

É verdadeiro o que se afirma em:

- (A) somente 1;
- (B) somente 2;
- (C) somente 1 e 3;
- (D) somente 2 e 3;
- (E) 1, 2 e 3.

Resposta: C.

Somando os valores contidos nas 3 caixas temos: $700 + 150 + 350 = 1200$, como o valor da caixa será igualado temos: $1200/3 = 400$ l. Logo cada caixa deve ter 400 l.

Então de A: $700 - 400 = 300$ l devem sair

De B: $400 - 150 = 250$ l devem ser recebidos

De C: Somente mais 50l devem ser recebidos para ficar com 400 ($400 - 350 = 50$). Logo As possibilidades corretas são: 1 e 3



Conhecimentos Específicos e Locais

A nutrição é um dos pilares fundamentais para a manutenção da saúde e prevenção de doenças, desempenhando um papel crucial na promoção do bem-estar e na qualidade de vida. O que comemos influencia diretamente nosso metabolismo, nosso sistema imunológico, nosso nível de energia e até mesmo a nossa longevidade. Portanto, entender os princípios de uma alimentação saudável e como aplicá-los na prática é essencial para todos que buscam uma vida mais equilibrada e saudável.

A nutrição normal é um conceito que se refere à ingestão adequada e balanceada de nutrientes que o corpo necessita para funcionar corretamente. Esse equilíbrio é alcançado ao consumir a quantidade certa de macronutrientes (carboidratos, proteínas e gorduras) e micronutrientes (vitaminas e minerais), que são essenciais para manter as funções fisiológicas do organismo. Uma dieta equilibrada não é apenas sobre a quantidade, mas também sobre a qualidade dos alimentos ingeridos, garantindo que o corpo receba os nutrientes necessários para o seu pleno funcionamento.

— Recomendações Nutricionais: Conceitos e Diretrizes

As recomendações nutricionais são diretrizes baseadas em evidências científicas que orientam a ingestão de nutrientes essenciais para o bom funcionamento do organismo. Elas visam garantir que o corpo receba as quantidades adequadas de macronutrientes e micronutrientes necessários para manter a saúde, prevenir deficiências nutricionais e reduzir o risco de doenças crônicas, como diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares.

O que são Recomendações Nutricionais e Sua Importância?

Recomendações nutricionais são parâmetros que orientam a quantidade de nutrientes e energia que devemos consumir diariamente. Elas foram desenvolvidas com base em pesquisas científicas que avaliam como diferentes nutrientes afetam a saúde e o bem-estar do ser humano. Essas recomendações são fundamentais porque:

- **Previnem deficiências nutricionais:** Garantem que a ingestão de vitaminas, minerais, proteínas, carboidratos e gorduras seja suficiente para evitar problemas como anemia, osteoporose e outras condições relacionadas à falta de nutrientes.
- **Promovem a saúde e o bem-estar:** Auxiliam na manutenção de um peso corporal saudável, na regulação do metabolismo e no fortalecimento do sistema imunológico.
- **Reduzem o risco de doenças crônicas:** Uma alimentação adequada pode prevenir doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes tipo 2 e alguns tipos de câncer.

Principais Guias Alimentares e Diretrizes Nutricionais

Existem diferentes guias alimentares que fornecem orientações sobre uma alimentação saudável, e eles variam de acordo com o país e as características da população. No Brasil, o Guia Alimentar para a População Brasileira, desenvolvido pelo Ministério da Saúde, é a principal referência para orientar as escolhas alimentares. Além disso, temos diretrizes globais, como a RDA (Recommended Dietary Allowance), que são amplamente utilizadas para definir as necessidades nutricionais.

O Guia Alimentar para a População Brasileira enfatiza a importância de:

- **Basear a dieta em alimentos in natura ou minimamente processados:** Estes são alimentos que passaram por pouco ou nenhum processamento, como frutas, verduras, legumes, carnes frescas, grãos e cereais integrais.
- **Evitar o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados:** Estes alimentos contêm aditivos, conservantes, corantes e grandes quantidades de sal, açúcar e gorduras, como refrigerantes, salgadinhos, biscoitos recheados e fast food.