



Prefeitura de Pirenópolis - GO
Administrativo Educacional II
Técnico em Alimentação Educacional

PORTUGUESA

Ortografia: uso de S e Z. Emprego de SS, C, Ç, CH, EX, J e G.....	1
Divisão silábica: separação e partição de sílabas. Classificação das palavras quanto ao número de sílabas.....	5
Acentuação gráfica: princípios básicos (regras), classificação das palavras quanto à posição da sílaba tônica.....	6
Classe de palavras (classes gramaticais). Flexões: gênero, número e grau do substantivo e adjetivo. Tempos e modos do verbo. Pronomes de Tratamento.....	8
Crase.....	20
Frase e Oração. Tipos de sujeito. Tipos de predicado.....	21
Sinônimos e antônimos.....	26
Interpretação de texto [informativo ou literário].....	27
Sufixos e Prefixos.....	34
Vozes do verbo.....	35
Exercícios.....	36
Gabarito.....	54

MATEMÁTICA

Operações básicas: adição, subtração, multiplicação e divisão. Operações com números naturais. Expressões Numéricas. Problemas. Números primos. Múltiplos, Divisores, MDC e MMC.....	1
Potenciação.....	6
Radiciação.....	8
Operações Básicas com Polinômios.....	13
Frações, Decimais e Dízimas.....	16
Regra de três.....	19
Transformação em dias, horas, minutos e segundos. Sistema de Medidas.....	21
Porcentagem.....	27
Sistema de Conjuntos.....	29
Sistema Monetário Brasileiro.....	31
Raciocínio lógico: Sequências Lógicas envolvendo números, letras e figuras.....	35

SUMÁRIO



Exercícios.....	37
Gabarito.....	49

CONHECIMENTOS GERAIS

Cultura Geral: Fatos Políticos econômicos e sociais do Brasil e do Mundo ocorridos nos anos de 2018 a 2023 divulgados na mídia nacional e internacional. Atualidades nos assuntos relacionados com economia, ecologia, história, política, meio ambiente, justiça, segurança pública, saúde, cultura, religião, qualidade de vida, esportes, turismo, georreferenciamento, inovações tecnológicas e científicas, do Município, do Estado, do Brasil e do mundo. Notícias em geral da atualidade.....	1
Conhecimentos Gerais e Atualidades: aspectogeográficos, históricos, físicos, econômicos, sociais, políticos e estatísticos do Brasil, do Estado e do Município	2
Noções de cidadania.....	110
Símbolos nacionais, estaduais e municipais.....	112
Ética: conceito, ética na sociedade e ética no trabalho	115
Exercícios.....	122
Gabarito.....	134

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Ingestão, digestão, absorção, excreção, metabolismo e fontes alimentares dos nutrientes.....	1
Indicadores antropométricos, dietéticos e laboratoriais nas diferentes faixas etárias.....	3
Terapia nutricional nas diversas patologias.....	5
Alimentos: composição, classificação, seleção, conservação, higienização e armazenamento.....	7
Técnicas de pré-preparo, preparo e cocção.....	14
Tipos de dietas e classificação de acordo com a consistência	23
Fator de correção e índice de conversão dos alimentos.....	25
Planejamento, elaboração, custo e avaliação de cardápios	26
Distribuição das refeições, recebimento dos gêneros alimentícios, estocagem de alimentos e combate a insetos e roedores	29
Exercícios.....	31
Gabarito.....	35

SUMÁRIO



ORTOGRAFIA OFICIAL

• Mudanças no alfabeto: O alfabeto tem 26 letras. Foram reintroduzidas as letras k, w e y.

O alfabeto completo é o seguinte: A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

• Trema: Não se usa mais o trema (¨), sinal colocado sobre a letra u para indicar que ela deve ser pronunciada nos grupos gue, gui, que, qui.

Regras de acentuação

– Não se usa mais o acento dos ditongos abertos éi e ói das palavras paroxítonas (palavras que têm acento tônico na penúltima sílaba)

<u>Como era</u>	<u>Como fica</u>
alcatéia	alcateia
apóia	apoia
apóio	apoio

Atenção: essa regra só vale para as paroxítonas. As oxítonas continuam com acento: Ex.: papéis, herói, heróis, troféu, troféus.

– Nas palavras paroxítonas, não se usa mais o acento no i e no u tônicos quando vierem depois de um ditongo.

<u>Como era</u>	<u>Como fica</u>
baiúca	baiuca
bocaiúva	bocaiuva

Atenção: se a palavra for oxítona e o i ou o u estiverem em posição final (ou seguidos de s), o acento permanece. Exemplos: tuiuíu, tuiuíus, Piauí.

– Não se usa mais o acento das palavras terminadas em êem e ôo(s).

<u>Como era</u>	<u>Como fica</u>
abenção	abenção
crêem	creem

– Não se usa mais o acento que diferenciava os pares pára/para, péla(s)/pela(s), pêlo(s)/pelo(s), pólo(s)/polo(s) e pêra/pera.

Atenção:

- Permanece o acento diferencial em pôde/pode.
- Permanece o acento diferencial em pôr/por.
- Permanecem os acentos que diferenciam o singular do plural dos verbos ter e vir, assim como de seus derivados (manter, deter, reter, conter, convir, intervir, advir etc.).
- É facultativo o uso do acento circunflexo para diferenciar as palavras forma/fôrma.

Uso de hífen

Regra básica:

Sempre se usa o hífen diante de h: anti-higiênico, super-homem.



— Conjuntos Numéricos

O grupo de termos ou elementos que possuem características parecidas, que são similares em sua natureza, são chamados de conjuntos. Quando estudamos matemática, se os elementos parecidos ou com as mesmas características são números, então dizemos que esses grupos são conjuntos numéricos¹.

Em geral, os conjuntos numéricos são representados graficamente ou por extenso – forma mais comum em se tratando de operações matemáticas. Quando os representamos por extenso, escrevemos os números entre chaves $\{$. Caso o conjunto seja infinito, ou seja, tenha incontáveis números, os representamos com reticências depois de colocar alguns exemplos. Exemplo: $N = \{0, 1, 2, 3, 4, \dots\}$.

Existem cinco conjuntos considerados essenciais, pois eles são os mais usados em problemas e questões no estudo da Matemática. São eles: Naturais, Inteiros, Racionais, Irracionais e Reais.

Conjunto dos Números Naturais (N)

O conjunto dos números naturais é representado pela letra N. Ele reúne os números que usamos para contar (incluindo o zero) e é infinito. Exemplo:

$$N = \{0, 1, 2, 3, 4, \dots\}$$

Além disso, o conjunto dos números naturais pode ser dividido em subconjuntos:

$$N^* = \{1, 2, 3, 4, \dots\} \text{ ou } N^* = N - \{0\}: \text{conjunto dos números naturais não nulos, ou sem o zero.}$$

$$N_p = \{0, 2, 4, 6, \dots\}, \text{ em que } n \in N: \text{conjunto dos números naturais pares.}$$

$$N_i = \{1, 3, 5, 7, \dots\}, \text{ em que } n \in N: \text{conjunto dos números naturais ímpares.}$$

$$P = \{2, 3, 5, 7, \dots\}: \text{conjunto dos números naturais primos.}$$

Conjunto dos Números Inteiros (Z)

O conjunto dos números inteiros é representado pela maiúscula Z, e é formado pelos números inteiros negativos, positivos e o zero. Exemplo: $Z = \{-4, -3, -2, -1, 0, 1, 2, 3, 4, \dots\}$

O conjunto dos números inteiros também possui alguns subconjuntos:

$$Z^+ = \{0, 1, 2, 3, 4, \dots\}: \text{conjunto dos números inteiros não negativos.}$$

$$Z^- = \{\dots -4, -3, -2, -1, 0\}: \text{conjunto dos números inteiros não positivos.}$$

$$Z^{*+} = \{1, 2, 3, 4, \dots\}: \text{conjunto dos números inteiros não negativos e não nulos, ou seja, sem o zero.}$$

$$Z^{*-} = \{\dots -4, -3, -2, -1\}: \text{conjunto dos números inteiros não positivos e não nulos.}$$

Conjunto dos Números Racionais (Q)

Números racionais são aqueles que podem ser representados em forma de fração. O numerador e o denominador da fração precisam pertencer ao conjunto dos números inteiros e, é claro, o denominador não pode ser zero, pois não existe divisão por zero.

O conjunto dos números racionais é representado pelo Q. Os números naturais e inteiros são subconjuntos dos números racionais, pois todos os números naturais e inteiros também podem ser representados por uma fração. Além destes, números decimais e dízimas periódicas também estão no conjunto de números racionais.

Vejamos um exemplo de um conjunto de números racionais com 4 elementos:

$$Q_x = \{-4, 1/8, 2, 10/4\}$$

Também temos subconjuntos dos números racionais:

$$Q^* = \text{subconjunto dos números racionais não nulos, formado pelos números racionais sem o zero.}$$

¹ <https://matematicario.com.br/>



A importância do estudo de atualidades

Dentre todas as disciplinas com as quais concurseiros e estudantes de todo o país se preocupam, a de atualidades tem se tornado cada vez mais relevante. Quando pensamos em matemática, língua portuguesa, biologia, entre outras disciplinas, inevitavelmente as colocamos em um patamar mais elevado que outras que nos parecem menos importantes, pois de algum modo nos é ensinado a hierarquizar a relevância de certos conhecimentos desde os tempos de escola.

No, entanto, atualidades é o único tema que insere o indivíduo no estudo do momento presente, seus acontecimentos, eventos e transformações. O conhecimento do mundo em que se vive de modo algum deve ser visto como irrelevante no estudo para concursos, pois permite que o indivíduo vá além do conhecimento técnico e explore novas perspectivas quanto à conhecimento de mundo.

Em sua grande maioria, as questões de atualidades em concursos são sobre fatos e acontecimentos de interesse público, mas podem também apresentar conhecimentos específicos do meio político, social ou econômico, sejam eles sobre música, arte, política, economia, figuras públicas, leis etc. Seja qual for a área, as questões de atualidades auxiliam as bancas a peneirarem os candidatos e selecionarem os melhores preparados não apenas de modo técnico.

Sendo assim, estudar atualidades é o ato de se manter constantemente informado. Os temas de atualidades em concursos são sempre relevantes. É certo que nem todas as notícias que você vê na televisão ou ouve no rádio aparecem nas questões, manter-se informado, porém, sobre as principais notícias de relevância nacional e internacional em pauta é o caminho, pois são debates de extrema recorrência na mídia.

O grande desafio, nos tempos atuais, é separar o joio do trigo. Com o grande fluxo de informações que recebemos diariamente, é preciso filtrar com sabedoria o que de fato se está consumindo. Por diversas vezes, os meios de comunicação (TV, internet, rádio etc.) adaptam o formato jornalístico ou informacional para transmitir outros tipos de informação, como fofocas, vidas de celebridades, futebol, acontecimentos de novelas, que não devem de modo algum serem inseridos como parte do estudo de atualidades. Os interesses pessoais em assuntos deste cunho não são condenáveis de modo algum, mas são triviais quanto ao estudo.

Ainda assim, mesmo que tentemos nos manter atualizados através de revistas e telejornais, o fluxo interminável e ininterrupto de informações veiculados impede que saibamos de fato como estudar. Apostilas e livros de concursos impressos também se tornam rapidamente desatualizados e obsoletos, pois atualidades é uma disciplina que se renova a cada instante.

O mundo da informação está cada vez mais virtual e tecnológico, as sociedades se informam pela internet e as compartilham em velocidades incalculáveis. Pensando nisso, a editora prepara mensalmente o material de atualidades de mais diversos campos do conhecimento (tecnologia, Brasil, política, ética, meio ambiente, jurisdição etc.) na “Área do Cliente”.

Lá, o concurseiro encontrará um material completo de aula preparado com muito carinho para seu melhor aproveitamento. Com o material disponibilizado online, você poderá conferir e checar os fatos e fontes de imediato através dos veículos de comunicação virtuais, tornando a ponte entre o estudo desta disciplina tão fluida e a veracidade das informações um caminho certo.



-Ingestão

A ingestão dos alimentos inicia-se no processo de mastigação, que se caracteriza na trituração através dos dentes e misturados à saliva para formar o bolo alimentar.

A fragmentação dos alimentos e sua umidificação são essenciais: elas vão facilitar a passagem para o esôfago e a ação dos sucos digestivos no nível do estômago. Para que a primeira porção do intestino receba o alimento processado (como uma papa).

-Digestão

A digestão dos alimentos e nutrientes iniciam-se no intestino delgado, onde está dividido em duodeno, jejuno e íleo.

Os alimentos tem o papel de fornecer para todo o nosso corpo nutrientes necessários para o funcionamento do organismo.

O processo de digestão corresponde a alteração de alimentos da sua forma íntegra em componentes nutritivos, são eles:

Macronutrientes: Proteínas, Carboidratos, Gorduras

Micronutrientes: Vitaminas e minerais

Para que imediatamente sejam absorvidos pelo organismo.

Uma parte dos alimentos serão convertidas em energia ou em elementos que servirão para a manutenção e reparação das células.

As substâncias químicas presentes na composição dos alimentos vão participar da regulação das funções primordiais do nosso corpo.

A digestão tem como finalidade permitir a passagem dos nutrientes para o interior de todas as nossas células corporais.

Ela se divide em diferentes etapas: absorção dos nutrientes, modificação dos alimentos em partículas menores (nutrientes) para ultrapassar a parede do tubo digestivo.

Episódios mecânicos como: mastigação, deglutição, motilidade esofágica, fermentação estomacal; reações químicas e enzimáticas destinadas a simplificar os alimentos através dos sucos digestivos (saliva, sucos gástricos, pancreáticos e intestinais) e da bile que tem o papel essencial na emulsificação das gorduras ingeridas presentes no intestino delgado.

-Absorção

A maior parte da digestão e absorção dos nutrientes ocorre no intestino delgado. Esse órgão divide-se em: duodeno, jejuno e íleo.

O bolo alimentar quando chega no duodeno estimula os hormônios secretina e colecistocinina que atuam na produção de suco pancreático através pâncreas e da bile pelo fígado, respectivamente.

Os macronutrientes serão absorvidos nas seguintes porções do intestino:

Carboidratos = Glicose é a molécula que circula na corrente sanguínea ☑ absorção ocorre na primeira porção intestino delgado

Proteínas = Aminoácido é a molécula que circula na corrente sanguínea ☑ A maior parte desta digestão ocorre no lúmen do duodeno e jejuno.

Gorduras = ácido graxo é a molécula que circula na corrente sanguínea ☑ absorção ocorre na primeira porção intestino delgado