



CÓD: OP-077FV-23
7908403533145

NOVA SANTA RITA-RS

**PREFEITURA DE NOVA SANTA RITA DO ESTADO
DO RIO GRANDE DO SUL - RS**

Merendeira

CONCURSO PÚBLICO Nº 01/2023

Língua Portuguesa

1. Interpretação de textos: Leitura e compreensão de informações. Identificação de ideias principais e secundárias. Intenção comunicativa	5
2. Vocabulário: Sentido de palavras e expressões no texto. Substituição de palavras e de expressões no texto. Sinônimos e antônimos	14
3. Aspectos linguísticos: Grafia correta de palavras. Separação silábica. Localização da sílaba tônica. Relação entre letras e fonemas, identificação de dígrafos e encontros consonantais e diferenças entre sons de letras	14
4. Acentuação gráfica	15
5. Família de palavras. Flexão, classificação e emprego dos substantivos, artigos, adjetivos e pronomes	16
6. Emprego de verbos regulares e irregulares e tempos verbais. Emprego e classificação dos numerais. Emprego de preposições, combinações e contrações. Emprego e classificação dos advérbios	17
7. Noções básicas de concordância nominal e verbal	23
8. Regras gerais de regência nominal e verbal	25
9. Sinais de pontuação: Emprego do ponto final, ponto de exclamação e ponto de interrogação. Usos da vírgula e do ponto-e-vírgula. Emprego dos dois pontos. Uso do travessão	26
10. Processos de coordenação e subordinação. Sintaxe do período simples	27
11. Elementos de coesão no texto	29

Legislação

1. Lei Orgânica do Município	39
2. Plano de Carreira do Município	62
3. Regime Jurídico do Município	99
4. Estatuto Nacional da Igualdade Racial (Lei Federal nº 12.288/2010)	120
5. Constituição Federal de 1988: Dos Princípios Fundamentais (Arts. 1º ao 4º)	126
6. Lei Federal nº 8.429/1992 – Lei de improbidade Administrativa	127
7. Lei nº 11.340 de 7 de agosto de 2006 e suas atualizações – Lei Maria da Penha	136

Matemática / Raciocínio Lógico

1. PARTE 1: Sistema de numeração decimal. Números naturais: operações (adição, subtração, multiplicação e divisão), expressões numéricas, múltiplos e divisores: critérios de divisibilidade, números primos, decomposição em fatores primos, mínimo múltiplo comum e máximo divisor comum.	145
2. Números fracionários: representação e leitura, equivalência, simplificação, comparação, operações (adição, subtração, multiplicação e divisão).	153
3. Números decimais: representação e leitura, transformações (escrita de fração e número decimal), comparação, operações (adição, subtração, multiplicação e divisão).	154
4. Sistema monetário brasileiro.	159
5. Sistema de medidas: comprimento e tempo.	161
6. Porcentagem. Aplicação dos conteúdos acima listados em resolução de problemas.	163
7. PARTE 2: Proposições simples; Proposições compostas; Conectivos (conjunção, disjunção, disjunção exclusiva, condicional e bicondicional); Valor lógico de proposições e construção de tabelas-verdade; Álgebra proposicional; Equivalências lógicas; Negações dos conectivos (conjunção, disjunção, disjunção exclusiva, condicional e bicondicional); Tautologia, contradição e contingência; Diagramas lógicos; Lógica de argumentação. Estrutura lógica de relações arbitrárias entre pessoas, lugares, objetos ou eventos fictícios; deduzir novas informações das relações fornecidas e avaliar as condições usadas para estabelecer a estrutura daquelas relações.	165

Conhecimentos Específicos ***Merendeira***

1. Noções gerais sobre: alimentos, função dos alimentos, vitaminas e nutrientes	189
2. Estocagem dos alimentos, controle de estoque, reaproveitamento de alimentos, conservação e validade dos alimentos. ...	214
3. Nutrição.	223
4. Merenda escolar.	227
5. Segurança e higiene do trabalho.	241
6. Limpeza e conservação dos objetos de uso, de equipamentos e do local de trabalho.	246
7. Coleta seletiva, separação e destinação correta do lixo.	261

LÍNGUA PORTUGUESA

INTERPRETAÇÃO DE TEXTOS: LEITURA E COMPREENSÃO DE INFORMAÇÕES. IDENTIFICAÇÃO DE IDEIAS PRINCIPAIS E SECUNDÁRIAS. INTENÇÃO COMUNICATIVA

Compreender e interpretar textos é essencial para que o objetivo de comunicação seja alcançado satisfatoriamente. Com isso, é importante saber diferenciar os dois conceitos. Vale lembrar que o texto pode ser verbal ou não-verbal, desde que tenha um sentido completo.

A **compreensão** se relaciona ao entendimento de um texto e de sua proposta comunicativa, decodificando a mensagem explícita. Só depois de compreender o texto que é possível fazer a sua interpretação.

A **interpretação** são as conclusões que chegamos a partir do conteúdo do texto, isto é, ela se encontra para além daquilo que está escrito ou mostrado. Assim, podemos dizer que a interpretação é subjetiva, contando com o conhecimento prévio e do repertório do leitor.

Dessa maneira, para compreender e interpretar bem um texto, é necessário fazer a decodificação de códigos linguísticos e/ou visuais, isto é, identificar figuras de linguagem, reconhecer o sentido de conjunções e preposições, por exemplo, bem como identificar expressões, gestos e cores quando se trata de imagens.

Dicas práticas

1. Faça um resumo (pode ser uma palavra, uma frase, um conceito) sobre o assunto e os argumentos apresentados em cada parágrafo, tentando traçar a linha de raciocínio do texto. Se possível, adicione também pensamentos e inferências próprias às anotações.

2. Tenha sempre um dicionário ou uma ferramenta de busca por perto, para poder procurar o significado de palavras desconhecidas.

3. Fique atento aos detalhes oferecidos pelo texto: dados, fonte de referências e datas.

4. Sublinhe as informações importantes, separando fatos de opiniões.

5. Perceba o enunciado das questões. De um modo geral, questões que esperam **compreensão do texto** aparecem com as seguintes expressões: *o autor afirma/sugere que...; segundo o texto...; de acordo com o autor...* Já as questões que esperam **interpretação do texto** aparecem com as seguintes expressões: *conclui-se do texto que...; o texto permite deduzir que...; qual é a intenção do autor quando afirma que...*

Tipologia Textual

A partir da estrutura linguística, da função social e da finalidade de um texto, é possível identificar a qual tipo e gênero ele pertence. Antes, é preciso entender a diferença entre essas duas classificações.

Tipos textuais

A tipologia textual se classifica a partir da estrutura e da finalidade do texto, ou seja, está relacionada ao modo como o texto se apresenta. A partir de sua função, é possível estabelecer um padrão específico para se fazer a enunciação.

Veja, no quadro abaixo, os principais tipos e suas características:

TEXTO NARRATIVO	Apresenta um enredo, com ações e relações entre personagens, que ocorre em determinados espaço e tempo. É contado por um narrador, e se estrutura da seguinte maneira: apresentação > desenvolvimento > clímax > desfecho
TEXTO DISSERTATIVO ARGUMENTATIVO	Tem o objetivo de defender determinado ponto de vista, persuadindo o leitor a partir do uso de argumentos sólidos. Sua estrutura comum é: introdução > desenvolvimento > conclusão.
TEXTO EXPOSITIVO	Procura expor ideias, sem a necessidade de defender algum ponto de vista. Para isso, usa-se comparações, informações, definições, conceitualizações etc. A estrutura segue a do texto dissertativo-argumentativo.
TEXTO DESCRITIVO	Expõe acontecimentos, lugares, pessoas, de modo que sua finalidade é descrever, ou seja, caracterizar algo ou alguém. Com isso, é um texto rico em adjetivos e em verbos de ligação.
TEXTO INJUNTIVO	Oferece instruções, com o objetivo de orientar o leitor. Sua maior característica são os verbos no modo imperativo.

Gêneros textuais

A classificação dos gêneros textuais se dá a partir do reconhecimento de certos padrões estruturais que se constituem a partir da função social do texto. No entanto, sua estrutura e seu estilo não são tão limitados e definidos como ocorre na tipologia textual, podendo se apresentar com uma grande diversidade. Além disso, o padrão também pode sofrer modificações ao longo do tempo, assim como a própria língua e a comunicação, no geral.

Alguns exemplos de gêneros textuais:

- Artigo
- Bilhete
- Bula
- Carta
- Conto
- Crônica
- E-mail
- Lista
- Manual

- Notícia
- Poema
- Propaganda
- Receita culinária
- Resenha
- Seminário

Vale lembrar que é comum enquadrar os gêneros textuais em determinados tipos textuais. No entanto, nada impede que um texto literário seja feito com a estruturação de uma receita culinária, por exemplo. Então, fique atento quanto às características, à finalidade e à função social de cada texto analisado.

ARGUMENTAÇÃO

O ato de comunicação não visa apenas transmitir uma informação a alguém. Quem comunica pretende criar uma imagem positiva de si mesmo (por exemplo, a de um sujeito educado, ou inteligente, ou culto), quer ser aceito, deseja que o que diz seja admitido como verdadeiro. Em síntese, tem a intenção de convencer, ou seja, tem o desejo de que o ouvinte creia no que o texto diz e faça o que ele propõe.

Se essa é a finalidade última de todo ato de comunicação, todo texto contém um componente argumentativo. A argumentação é o conjunto de recursos de natureza linguística destinados a persuadir a pessoa a quem a comunicação se destina. Está presente em todo tipo de texto e visa a promover adesão às teses e aos pontos de vista defendidos.

As pessoas costumam pensar que o argumento seja apenas uma prova de verdade ou uma razão indiscutível para comprovar a veracidade de um fato. O argumento é mais que isso: como se disse acima, é um recurso de linguagem utilizado para levar o interlocutor a crer naquilo que está sendo dito, a aceitar como verdadeiro o que está sendo transmitido. A argumentação pertence ao domínio da retórica, arte de persuadir as pessoas mediante o uso de recursos de linguagem.

Para compreender claramente o que é um argumento, é bom voltar ao que diz Aristóteles, filósofo grego do século IV a.C., numa obra intitulada *“Tópicos: os argumentos são úteis quando se tem de escolher entre duas ou mais coisas”*.

Se tivermos de escolher entre uma coisa vantajosa e uma desvantajosa, como a saúde e a doença, não precisamos argumentar. Suponhamos, no entanto, que tenhamos de escolher entre duas coisas igualmente vantajosas, a riqueza e a saúde. Nesse caso, precisamos argumentar sobre qual das duas é mais desejável. O argumento pode então ser definido como qualquer recurso que torna uma coisa mais desejável que outra. Isso significa que ele atua no domínio do preferível. Ele é utilizado para fazer o interlocutor crer que, entre duas teses, uma é mais provável que a outra, mais possível que a outra, mais desejável que a outra, é preferível à outra.

O objetivo da argumentação não é demonstrar a verdade de um fato, mas levar o ouvinte a admitir como verdadeiro o que o enunciador está propondo.

Há uma diferença entre o raciocínio lógico e a argumentação. O primeiro opera no domínio do necessário, ou seja, pretende demonstrar que uma conclusão deriva necessariamente das premissas propostas, que se deduz obrigatoriamente dos postulados admitidos. No raciocínio lógico, as conclusões não dependem de crenças, de uma maneira de ver o mundo, mas apenas do encadeamento de premissas e conclusões.

Por exemplo, um raciocínio lógico é o seguinte encadeamento:

A é igual a B.

A é igual a C.

Então: C é igual a A.

Admitidos os dois postulados, a conclusão é, obrigatoriamente, que C é igual a A.

Outro exemplo:

Todo ruminante é um mamífero.

A vaca é um ruminante.

Logo, a vaca é um mamífero.

Admitidas como verdadeiras as duas premissas, a conclusão também será verdadeira.

No domínio da argumentação, as coisas são diferentes. Nele, a conclusão não é necessária, não é obrigatória. Por isso, deve-se mostrar que ela é a mais desejável, a mais provável, a mais plausível. Se o Banco do Brasil fizer uma propaganda dizendo-se mais confiável do que os concorrentes porque existe desde a chegada da família real portuguesa ao Brasil, ele estará dizendo-nos que um banco com quase dois séculos de existência é sólido e, por isso, confiável. Embora não haja relação necessária entre a solidez de uma instituição bancária e sua antiguidade, esta tem peso argumentativo na afirmação da confiabilidade de um banco. Portanto é provável que se creia que um banco mais antigo seja mais confiável do que outro fundado há dois ou três anos.

Enumerar todos os tipos de argumentos é uma tarefa quase impossível, tantas são as formas de que nos valem para fazer as pessoas preferirem uma coisa a outra. Por isso, é importante entender bem como eles funcionam.

Já vimos diversas características dos argumentos. É preciso acrescentar mais uma: o convencimento do interlocutor, o **auditório**, que pode ser individual ou coletivo, será tanto mais fácil quanto mais os argumentos estiverem de acordo com suas crenças, suas expectativas, seus valores. Não se pode convencer um auditório pertencente a uma dada cultura enfatizando coisas que ele abomina. Será mais fácil convencê-lo valorizando coisas que ele considera positivas. No Brasil, a publicidade da cerveja vem com frequência associada ao futebol, ao gol, à paixão nacional. Nos Estados Unidos, essa associação certamente não surtiria efeito, porque lá o futebol não é valorizado da mesma forma que no Brasil. O poder persuasivo de um argumento está vinculado ao que é valorizado ou desvalorizado numa dada cultura.

Tipos de Argumento

Já verificamos que qualquer recurso linguístico destinado a fazer o interlocutor dar preferência à tese do enunciador é um argumento. Exemplo:

Argumento de Autoridade

É a citação, no texto, de afirmações de pessoas reconhecidas pelo auditório como autoridades em certo domínio do saber, para servir de apoio àquilo que o enunciador está propondo. Esse recurso produz dois efeitos distintos: revela o conhecimento do produtor do texto a respeito do assunto de que está tratando; dá ao texto a garantia do autor citado. É preciso, no entanto, não fazer do texto um amontoado de citações. A citação precisa ser pertinente e verdadeira. Exemplo:

“A imaginação é mais importante do que o conhecimento.”

Quem disse a frase aí de cima não fui eu... Foi Einstein. Para ele, uma coisa vem antes da outra: sem imaginação, não há conhecimento. Nunca o inverso.

Alex José Periscinoto.

In: Folha de S. Paulo, 30/8/1993, p. 5-2

A tese defendida nesse texto é que a imaginação é mais importante do que o conhecimento. Para levar o auditório a aderir a ela, o enunciador cita um dos mais célebres cientistas do mundo. Se um físico de renome mundial disse isso, então as pessoas devem acreditar que é verdade.

Argumento de Quantidade

É aquele que valoriza mais o que é apreciado pelo maior número de pessoas, o que existe em maior número, o que tem maior duração, o que tem maior número de adeptos, etc. O fundamento desse tipo de argumento é que mais = melhor. A publicidade faz largo uso do argumento de quantidade.

Argumento do Consenso

É uma variante do argumento de quantidade. Fundamenta-se em afirmações que, numa determinada época, são aceitas como verdadeiras e, portanto, dispensam comprovações, a menos que o objetivo do texto seja comprovar alguma delas. Parte da ideia de que o consenso, mesmo que equivocado, corresponde ao indiscutível, ao verdadeiro e, portanto, é melhor do que aquilo que não desfruta dele. Em nossa época, são consensuais, por exemplo, as afirmações de que o meio ambiente precisa ser protegido e de que as condições de vida são piores nos países subdesenvolvidos. Ao confiar no consenso, porém, corre-se o risco de passar dos argumentos válidos para os lugares comuns, os preconceitos e as frases carentes de qualquer base científica.

Argumento de Existência

É aquele que se fundamenta no fato de que é mais fácil aceitar aquilo que comprovadamente existe do que aquilo que é apenas provável, que é apenas possível. A sabedoria popular enuncia o argumento de existência no provérbio *“Mais vale um pássaro na mão do que dois voando”*.

Nesse tipo de argumento, incluem-se as provas documentais (fotos, estatísticas, depoimentos, gravações, etc.) ou provas concretas, que tornam mais aceitável uma afirmação genérica. Durante a invasão do Iraque, por exemplo, os jornais diziam que o exército americano era muito mais poderoso do que o iraquiano. Essa afirmação, sem ser acompanhada de provas concretas, poderia ser vista como propagandística. No entanto, quando documentada pela comparação do número de canhões, de carros de combate, de navios, etc., ganhava credibilidade.

Argumento quase lógico

É aquele que opera com base nas relações lógicas, como causa e efeito, analogia, implicação, identidade, etc. Esses raciocínios são chamados quase lógicos porque, diversamente dos raciocínios lógicos, eles não pretendem estabelecer relações necessárias entre os elementos, mas sim instituir relações prováveis, possíveis, plausíveis. Por exemplo, quando se diz *“A é igual a B”, “B é igual a C”, “então A é igual a C”*, estabelece-se uma relação de identidade lógica. Entretanto, quando se afirma *“Amigo de amigo meu é meu amigo”* não se institui uma identidade lógica, mas uma identidade provável.

Um texto coerente do ponto de vista lógico é mais facilmente aceito do que um texto incoerente. Vários são os defeitos que concorrem para desqualificar o texto do ponto de vista lógico: fugir do tema proposto, cair em contradição, tirar conclusões que não se fundamentam nos dados apresentados, ilustrar afirmações gerais com fatos inadequados, narrar um fato e dele extrair generalizações indevidas.

Argumento do Atributo

É aquele que considera melhor o que tem propriedades típicas daquilo que é mais valorizado socialmente, por exemplo, o mais raro é melhor que o comum, o que é mais refinado é melhor que o que é mais grosseiro, etc.

Por esse motivo, a publicidade usa, com muita frequência, celebridades recomendando prédios residenciais, produtos de beleza, alimentos estéticos, etc., com base no fato de que o consumidor tende a associar o produto anunciado com atributos da celebridade.

Uma variante do argumento de atributo é o argumento da competência linguística. A utilização da variante culta e formal da língua que o produtor do texto conhece a norma linguística socialmente mais valorizada e, por conseguinte, deve produzir um texto em que se pode confiar. Nesse sentido é que se diz que o modo de dizer dá confiabilidade ao que se diz.

Imagine-se que um médico deva falar sobre o estado de saúde de uma personalidade pública. Ele poderia fazê-lo das duas maneiras indicadas abaixo, mas a primeira seria infinitamente mais adequada para a persuasão do que a segunda, pois esta produziria certa estranheza e não criaria uma imagem de competência do médico:

- *Para aumentar a confiabilidade do diagnóstico e levando em conta o caráter invasivo de alguns exames, a equipe médica houve por bem determinar o internamento do governador pelo período de três dias, a partir de hoje, 4 de fevereiro de 2001.*

- *Para conseguir fazer exames com mais cuidado e porque alguns deles são barrapésada, a gente botou o governador no hospital por três dias.*

Como dissemos antes, todo texto tem uma função argumentativa, porque ninguém fala para não ser levado a sério, para ser ridicularizado, para ser desmentido: em todo ato de comunicação deseja-se influenciar alguém. Por mais neutro que pretenda ser, um texto tem sempre uma orientação argumentativa.

A orientação argumentativa é uma certa direção que o falante traça para seu texto. Por exemplo, um jornalista, ao falar de um homem público, pode ter a intenção de criticá-lo, de ridicularizá-lo ou, ao contrário, de mostrar sua grandeza.

O enunciador cria a orientação argumentativa de seu texto dando destaque a uns fatos e não a outros, omitindo certos episódios e revelando outros, escolhendo determinadas palavras e não outras, etc. Veja:

“O clima da festa era tão pacífico que até sogras e noras trocavam abraços afetuosos.”

O enunciador aí pretende ressaltar a ideia geral de que noras e sogras não se toleram. Não fosse assim, não teria escolhido esse fato para ilustrar o clima da festa nem teria utilizado o termo até, que serve para incluir no argumento alguma coisa inesperada.

Além dos defeitos de argumentação mencionados quando tratamos de alguns tipos de argumentação, vamos citar outros:

- Uso sem delimitação adequada de palavra de sentido tão amplo, que serve de argumento para um ponto de vista e seu contrário. São noções confusas, como paz, que, paradoxalmente, pode ser usada pelo agressor e pelo agredido. Essas palavras podem ter valor positivo (paz, justiça, honestidade, democracia) ou vir carregadas de valor negativo (autoritarismo, degradação do meio ambiente, injustiça, corrupção).

- Uso de afirmações tão amplas, que podem ser derrubadas por um único contra exemplo. Quando se diz *“Todos os políticos são ladrões”*, basta um único exemplo de político honesto para destruir o argumento.

LEGISLAÇÃO

LEI ORGÂNICA DO MUNICÍPIO

LEI ORGÂNICA

CONSOLIDAÇÃO DA LEI ORGÂNICA MUNICIPAL DE NOVA SANTA RITA, COM ALTERAÇÃO DA NUMERAÇÃO DE SEUS ARTIGOS, REVOGANDO FORMALMENTE O TEXTO ANTERIOR E SUAS EMENDAS SEM MODIFICAÇÃO DO ALCANCE, NEM INTERRUÇÃO DA FORMA NORMATIVA DE SEUS DISPOSITIVOS CONFORME O § 1º, ART. 13, DA LC 95/98.

Nós, representantes do povo de NOVA SANTA RITA, com os poderes outorgados pela Constituição da República Federativa do Brasil e do Estado do Rio Grande do Sul, com o pensamento voltado para a construção de uma sociedade fundada nos princípios da soberania popular, da liberdade, da ética, do pleno exercício da cidadania, e que o trabalho seja fonte de definição das relações sociais e econômicas e a prática democrática seja constante e efetiva, promulgamos, sob a proteção de Deus, esta Lei Orgânica Municipal.

TÍTULO I

DA ORGANIZAÇÃO DOS PODERES EXECUTIVO E LEGISLATIVO

CAPÍTULO I

DISPOSIÇÕES PRELIMINARES

Art. 1º O Município de Nova Santa Rita, parte integrante da República Federativa do Brasil e do Estado do Rio Grande do Sul, organiza-se autônomo - na sua política administrativa e financeira em tudo que respeita a seu peculiar interesse, regendo-se por esta Lei Orgânica e demais Leis que adotar, respeitados os princípios estabelecidos nas Constituições Federal e Estadual.

Art. 2º Todo poder é naturalmente privativo do povo, que o exerce diretamente ou indiretamente, por seus representantes eleitos.

Parágrafo único. A soberania popular será exercida pelo sufrágio universal e pelo voto direto e secreto, com igual valor para todos e, nos termos da lei, mediante:

- I - plebiscito;
- II - referendo;
- III - iniciativa popular no processo legislativo.

Art. 3º São poderes do Município, independentes e harmônicos entre si, o Legislativo e o Executivo.

§ 1º É vedada a delegação de atribuições entre os poderes.

§ 2º O cidadão investido na função de um deles não pode exercer a de outro.

Art. 4º É mantido o atual território do Município, cujos limites são: ao Norte com Capela de Santana e Portão; ao Leste com Sapucaia do Sul, Esteio e Canoas; ao Sul com Porto Alegre e Triunfo e a Oeste com Triunfo e Montenegro. Sua extensão territorial é de 217,46 km.

§ 1º Os limites do Município poderão ser alterados, através da incorporação, da fusão e do desmembramento, por lei estadual, dentro do período determinado por lei complementar federal, e dependerão de consulta prévia, mediante plebiscito, às populações dos Municípios envolvidos, após divulgação dos Estudos de Viabilidade Municipal, apresentados e publicados na forma da lei.

§ 2º O território do Município poderá ser dividido em distritos, criados, organizados e suprimidos por Lei municipal, observada a Legislação Estadual, a consulta plebiscitária e o disposto nesta Lei Orgânica.

§ 3º A delimitação do perímetro urbano e de expansão urbana será feita por Lei Municipal, observados os requisitos da legislação pertinente.

§ 4º As circunscrições urbana e rural classificam-se em cidade, bairros, vilas e localidades, na forma da legislação pertinente.

Art. 5º São símbolos do Município o Brasão, a Bandeira e o Hino, representativos de sua Cultura e História.

Parágrafo único. O dia 20 de março é a Data Magna Municipal.

Art. 6º A autonomia do Município se expressa:

- I - pela eleição direta dos Vereadores, que compõem o Poder Legislativo Municipal;
- II - pela eleição direta do Prefeito e Vice-Prefeito, que compõem o Poder Executivo Municipal;
- III - pela administração própria, no que respeite a seu peculiar interesse.

Art. 7º O Município será administrado:

- a) com transparência de seus atos e ações;
- b) com moralidade;
- c) com a cooperação das Associações representativas, no Planejamento Municipal;
- d) com descentralização administrativa.

Parágrafo único. É assegurado ao habitante do Município, nos termos das Constituições Federal, Estadual e desta Lei Orgânica, o direito à Educação, à Saúde, ao Trabalho, ao Lazer, à Segurança, à Previdência Social, à Proteção a Maternidade e a Infância, Assistência aos desamparados na medida do possível, ao Transporte, à Habitação e ao Meio Ambiente equilibrado.

**CAPÍTULO II
DA COMPETÊNCIA DO MUNICÍPIO**

**SEÇÃO I
DA COMPETÊNCIA PRIVATIVA**

Art. 8º Compete ao Município, no exercício de sua autonomia, suplementar a legislação federal e estadual no que couber, e no que disser respeito ao interesse local, cabendo-lhe, privativamente, as seguintes atribuições:

I - organizar-se administrativamente, observadas as legislações Federal e Estadual;

II - decretar suas leis, expedir decretos e atos relativos aos assuntos de seu peculiar interesse;

III - administrar seus bens, adquiri-los e aliená-los, aceitar doações, legados e heranças e dispor de sua aplicação;

IV - desapropriar por necessidade ou utilidade pública, ou por interesse social, nos casos previstos em lei;

V - adquirir bens imóveis por compra ou permuta dependendo de prévia autorização da Câmara Municipal;

VI - conceder e permitir os serviços públicos locais e os que lhe sejam concernentes;

VII - organizar os quadros de pessoal e estabelecer o regime de trabalho de seus servidores;

VIII - elaborar o Plano Diretor de Desenvolvimento Urbano, estabelecendo normas de edificações, de loteamentos, de zoneamento, bem como diretrizes urbanísticas convenientes à ordenação de seu território;

IX - estabelecer normas de prevenção e controle de ruído, de poluição do meio ambiente, do espaço aéreo e das águas, bem como de conservação do solo;

X - conceder permitir e fiscalizar os serviços de transporte coletivo, táxis e outros, fixando suas tarifas, itinerários, pontos de estacionamento e paradas;

XI - planejar a elaboração de projetos, visando à obtenção de recursos provenientes de programas Nacionais e Internacionais.

XII - regulamentar a utilização dos logradouros públicos, sinalizar as faixas de rolamento e zonas de silêncio, bem como fixar a tonelagem máxima permitida nas vias públicas;

XIII - manter serviço próprio de transporte de doentes;

XIV - disciplinar os serviços de carga e descarga;

XV - estabelecer servidões administrativas necessárias à realização de seus serviços;

XVI - regulamentar e fiscalizar a instalação e funcionamento dos elevadores, nos prédios;

XVII - disciplinar a limpeza dos logradouros públicos, a remoção do lixo e dispor sobre a prevenção de incêndio;

XVIII - conceder e renovar licença para localização e funcionamento de estabelecimentos industriais, comerciais, prestadores de serviços e quaisquer outros; cassar os alvarás de licença dos que se tornarem danosos à saúde, à higiene e ao bem estar público ou aos bons costumes, fechar, em virtude de mandato judicial, os que tiverem a licença cassada ou que sem ela funcionarem;

Parágrafo único. A Prefeitura deve fornecer o regulamento que norteie as atividades registradas nos Alvarás.

XVIII - fixar os feriados municipais;

XIX - estabelecer os dias e horários de funcionamento de estabelecimentos comerciais, industriais, prestadores de serviços e outros, observadas as normas próprias de âmbito federal e estadual;

XX - regulamentar a fixação de cartazes, anúncios, emblemas e quaisquer outros meios de publicidade e propaganda;

XXII - regulamentar, fiscalizar e incentivar as competições, os espetáculos e os divertimentos públicos;

XXIII - legislar sobre a apreensão e depósito de semoventes, mercadorias e coisas móveis em geral, no caso de transgressão de leis e demais atos municipais, bem como sobre a forma e condições de venda das coisas e bens apreendidos;

XXIV - legislar sobre serviços públicos, respeitada a competência municipal, e regulamentar os processos de instalação, distribuição e consumo de água, gás, luz e energia elétrica e todos os demais serviços de caráter e uso coletivo;

XXV - instituir e arrecadar os tributos de sua competência, bem como aplicar as rendas municipais, sem prejuízo da obrigatoriedade da prestação de contas e da publicação de balancetes, nos prazos fixados em lei;

XXVI - elaborar as leis que estabelecerão o plano plurianual, a lei de diretrizes orçamentárias e o orçamento anual;

XXVII - instituir e impor multas por infração de suas leis, decretos e regulamentos, através de sistema integrado e único de fiscalização;

XXVIII - fixar, fiscalizar e cobrar taxas dos serviços públicos;

XXIX - legislar sobre o serviço funerário e cemitérios, administrando os que forem públicos e fiscalizando os que pertencerem a entidades particulares;

XXX - proibir o tabagismo em estabelecimentos públicos fechados, onde for obrigatório o trânsito ou a permanência de pessoas.

XXXI - remeter ao Legislativo no prazo de dez (10) dias, após sua publicação, cópia dos Decretos e regulamentações.

**SEÇÃO II
DA COMPETÊNCIA COMUM**

Art. 9º É da competência administrativa comum do Município, observada a legislação federal e estadual, o exercício das seguintes medidas:

I - zelar pela guarda da Constituição, das Leis e das Instituições Democráticas e conservar o patrimônio público;

II - cuidar da saúde, higiene e assistência pública, e da proteção e garantia das pessoas portadoras de deficiência;

III - prestar assistência nas emergências médico-hospitalares de pronto socorro, por seus próprios serviços ou mediante convênio com instituições especializadas;

IV - fiscalizar, em colaboração com as autoridades federais e estaduais da saúde pública, a produção, a conservação, o comércio, o transporte e a manutenção dos gêneros alimentícios destinados ao abastecimento público do Município, e regulamentar o funcionamento dos frigoríficos, matadouros, entrepostos, açougues, leiterias, feiras e mercados;

V - incentivar a luta contra os tóxicos e estabelecer programas para ajudar a curar os viciados;

VI - proteger a juventude contra a exploração, bem como contra os fatores que possam conduzi-la ao abandono físico, moral e intelectual;

VII - amparar a maternidade, a infância, a velhice e os desvalidos, coordenando e orientando os serviços sociais instalados no âmbito do Município;

VIII - estimular a integração inter-racial e a prática esportiva;

IX - garantir a proteção ao meio ambiente, combatendo a poluição nas suas formas mais diversas;

X - preservar as florestas, a fauna e a flora;

XI - tomar as medidas necessárias para restringir a mortalidade e morbidade infantil, bem como medidas de higiene social que impeçam a propagação de doenças transmissíveis;

XII - promover programas de construção de moradias e a melhoria das condições habitacionais e de saneamento básico;

XIII - combater as causas da pobreza e os fatores da marginalização promovendo a integração social dos setores desfavorecidos;

XIV - registrar, acompanhar e fiscalizar a concessão de direitos de pesquisa e exploração de recursos hídrico-minerais em seu território;

XV - fomentar a produção agropecuária, particularmente no melhor aproveitamento econômico das terras, e organizar o abastecimento alimentar;

XVI - estabelecer e implantar política de educação para a segurança no trânsito;

XVII - abrir e conservar estradas e caminhos, e executar ou determinar a execução de serviços públicos ou de utilidade pública;

XVIII - celebrar convênios com a União, o Estado e Municípios, para execução de suas leis, serviços, decisões e de encargos análogos dessas esferas;

§ 1º Os convênios podem visar à realização de obras ou a exploração de serviços públicos de interesse comum.

§ 2º Pode, ainda, o Município, por meio de convênio ou consórcio com outros municípios, criar entidades intermunicipais para realização de obras, atividades ou serviços específicos de interesse comum, devendo os mesmos ser aprovados por leis dos municípios que deles participem.

§ 3º É permitido delegar, entre Estados e Municípios, também por convênio, os serviços de competência concorrente, assegurados os recursos necessários.

XIX - fiscalizar pesos e medidas, bem como os instrumentos e aparelhos de pesar e medir artigos destinados à venda;

XX - regular o tráfego e o trânsito atendendo à locomoção das pessoas deficientes;

XXI - dar atendimento médico, odontológico e oftalmológico aos alunos matriculados em estabelecimentos de ensino público municipal;

XXII - zelar pela saúde, higiene, segurança e assistência pública;

XXIII - promover o ensino, a educação e a cultura;

XXIV - estimular o melhor aproveitamento da terra, bem como a defesa contra as formas de exaustão do solo;

XXV - promover a defesa sanitária, vegetal e animal, combatendo os insetos e animais daninhos;

XXVI - proteger os documentos, as obras e outros bens de valor histórico, artístico e cultural;

XXVII - incentivar o comércio, a indústria, o turismo, o artesanato e outras atividades que visem ao desenvolvimento econômico;

XXVIII - regulamentar e exercer outras atribuições peculiares ao Município, observados os limites estabelecidos nas Constituições Federal e Estadual;

XXIX - conceder licença, autorização ou permissão, para a exploração de portos de areia, desde que apresentados laudos ou pareceres técnicos dos órgãos competentes, respeitado o meio ambiente;

XXX - fiscalizar o destino do esgoto cloacal, das indústrias, comércio e residências, impedindo que fiquem a céu aberto;

XXXI - a indústria, para instalar-se no município deverá apresentar projeto de proteção ao meio ambiente.

CAPÍTULO III DAS PROIBIÇÕES

Art. 10 Ao Município é vedado:

I - estabelecer cultos religiosos ou igrejas, subvencioná-los, embaraçar-lhes o funcionamento ou manter com eles ou seus representantes relações de dependência ou aliança, ressalvada, na forma da lei, a colaboração de interesse público;

II - recusar fé aos documentos públicos;

III - criar distinções entre as pessoas ou preferências entre si;

IV - cobrar tributos:

a) em relação a fatos geradores ocorridos antes do início da vigência da lei que os houver instituído ou aumentado;

b) no mesmo exercício financeiro em que haja sido publicada a lei que os instituiu ou aumentou;

c) antes de decorridos noventa dias da data em que haja sido publicada a lei que os instituiu ou aumentou, observado o disposto na alínea "b".

V - utilizar tributo com efeito de confisco;

VI - estabelecer limitações ao tráfego de pessoas ou bens, por meio de tributos, ressalvada a cobrança de pedágio pela utilização de vias conservadas pelo Poder Público Municipal;

VII - instituir impostos sobre:

a) patrimônio, renda ou serviços, da União ou do Estado;

b) templos de qualquer culto;

c) patrimônio, renda ou serviços dos partidos políticos, inclusive suas fundações, das entidades sindicais dos trabalhadores, das instituições de educação e de assistência social, sem fins lucrativos, atendidos os requisitos da lei;

d) livros, jornais, periódicos e o papel destinado a sua impressão.

VIII - estabelecer diferença tributária entre bens e serviços, de qualquer natureza, em razão de sua procedência ou destino.

§ 1º A vedação do inciso VII, "a", é extensiva às autarquias e às fundações instituídas e mantidas pelo Poder Público, no que se refere ao patrimônio, à renda e aos serviços, vinculados a suas finalidades essenciais ou às delas decorrentes.

§ 2º As vedações do inciso VII, "a", e do parágrafo anterior não se aplicam ao patrimônio, à renda e aos serviços, relacionados com exploração de atividades econômicas regidas pelas normas aplicáveis a empreendimentos privados, ou em que haja contraprestação ou pagamento de preços ou tarifas pelo usuário, nem exonera o promitente comprador da obrigação de pagar imposto relativamente ao bem imóvel.

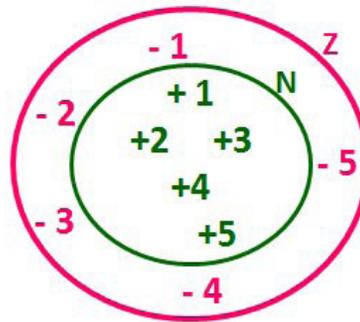
§ 3º As vedações expressas no inciso VII, alíneas "b" e "c", compreendem somente o patrimônio, a renda e os serviços, relacionados com as finalidades essenciais das entidades nelas mencionadas.

MATEMÁTICA / RACIOCÍNIO LÓGICO

PARTE 1: SISTEMA DE NUMERAÇÃO DECIMAL. NÚMEROS NATURAIS: OPERAÇÕES (ADIÇÃO, SUBTRAÇÃO, MULTIPLICAÇÃO E DIVISÃO), EXPRESSÕES NUMÉRICAS, MÚLTIPLOS E DIVISORES: CRITÉRIOS DE DIVISIBILIDADE, NÚMEROS PRIMOS, DECOMPOSIÇÃO EM FATORES PRIMOS, MÍNIMO MÚLTIPLO COMUM E MÁXIMO DIVISOR COMUM

Conjunto dos números inteiros - z

O conjunto dos números inteiros é a reunião do conjunto dos números naturais $N = \{0, 1, 2, 3, 4, \dots, n, \dots\}$, $(N \subset Z)$; o conjunto dos opostos dos números naturais e o zero. Representamos pela letra Z.



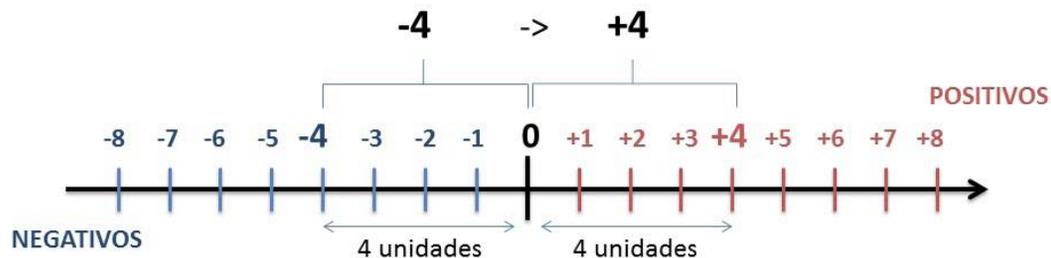
$N \subset Z$ (N está contido em Z)

Subconjuntos:

SÍMBOLO	REPRESENTAÇÃO	DESCRIÇÃO
*	Z^*	Conjunto dos números inteiros não nulos
+	Z_+	Conjunto dos números inteiros não negativos
* e +	Z^*_+	Conjunto dos números inteiros positivos
-	Z_-	Conjunto dos números inteiros não positivos
* e -	Z^*_-	Conjunto dos números inteiros negativos

Observamos nos números inteiros algumas características:

- **Módulo:** distância ou afastamento desse número até o zero, na reta numérica inteira. Representa-se o módulo por $| \cdot |$. O módulo de qualquer número inteiro, diferente de zero, é sempre positivo.
- **Números Opostos:** dois números são opostos quando sua soma é zero. Isto significa que eles estão a mesma distância da origem (zero).



Somando-se temos: $(+4) + (-4) = (-4) + (+4) = 0$

Operações

• **Soma ou Adição:** Associamos aos números inteiros positivos a ideia de ganhar e aos números inteiros negativos a ideia de perder.

ATENÇÃO: O sinal (+) antes do número positivo pode ser dispensado, mas o sinal (-) antes do número negativo nunca pode ser dispensado.

• **Subtração:** empregamos quando precisamos tirar uma quantidade de outra quantidade; temos duas quantidades e queremos saber quanto uma delas tem a mais que a outra; temos duas quantidades e queremos saber quanto falta a uma delas para atingir a outra. A subtração é a operação inversa da adição. O sinal sempre será do maior número.

ATENÇÃO: todos parênteses, colchetes, chaves, números, ..., entre outros, precedidos de sinal negativo, tem o seu sinal invertido, ou seja, é dado o seu oposto.

Exemplo:

(FUNDAÇÃO CASA – AGENTE EDUCACIONAL – VUNESP) Para zelar pelos jovens internados e orientá-los a respeito do uso adequado dos materiais em geral e dos recursos utilizados em atividades educativas, bem como da preservação predial, realizou-se uma dinâmica elencando “atitudes positivas” e “atitudes negativas”, no entendimento dos elementos do grupo. Solicitou-se que cada um classificasse suas atitudes como positiva ou negativa, atribuindo (+4) pontos a cada atitude positiva e (-1) a cada atitude negativa. Se um jovem classificou como positiva apenas 20 das 50 atitudes anotadas, o total de pontos atribuídos foi

- (A) 50.
- (B) 45.
- (C) 42.
- (D) 36.
- (E) 32.

Resolução:

50-20=30 atitudes negativas
20.4=80
30.(-1)=-30
80-30=50

Resposta: A

• **Multiplicação:** é uma adição de números/ fatores repetidos. Na multiplicação o produto dos números *a* e *b*, pode ser indicado por ***a x b***, ***a . b*** ou ainda ***ab*** sem nenhum sinal entre as letras.

• **Divisão:** a divisão exata de um número inteiro por outro número inteiro, diferente de zero, dividimos o módulo do dividendo pelo módulo do divisor.

ATENÇÃO:

- 1) No conjunto Z, a divisão não é comutativa, não é associativa e não tem a propriedade da existência do elemento neutro.
- 2) Não existe divisão por zero.
- 3) Zero dividido por qualquer número inteiro, diferente de zero, é zero, pois o produto de qualquer número inteiro por zero é igual a zero.

Na multiplicação e divisão de números inteiros é muito importante a **REGRA DE SINAIS:**

Sinais iguais (+) (+); (-) (-) = resultado sempre positivo.
Sinais diferentes (+) (-); (-) (+) = resultado sempre negativo.

Exemplo:

(PREF.DE NITERÓI) Um estudante empilhou seus livros, obtendo uma única pilha 52cm de altura. Sabendo que 8 desses livros possui uma espessura de 2cm, e que os livros restantes possuem espessura de 3cm, o número de livros na pilha é:

- (A) 10
- (B) 15
- (C) 18
- (D) 20
- (E) 22

Resolução:

São 8 livros de 2 cm: $8 \cdot 2 = 16$ cm
Como eu tenho 52 cm ao todo e os demais livros tem 3 cm, temos:

$52 - 16 = 36$ cm de altura de livros de 3 cm
 $36 : 3 = 12$ livros de 3 cm

O total de livros da pilha: $8 + 12 = 20$ livros ao todo.

Resposta: D

• **Potenciação:** A potência a^n do número inteiro *a*, é definida como um produto de *n* fatores iguais. O número *a* é denominado a **base** e o número *n* é o **expoente**. $a^n = a \times a \times a \times a \times \dots \times a$, *a* é multiplicado por *a* *n* vezes. Tenha em mente que:

– Toda potência de **base positiva** é um número **inteiro positivo**.

– Toda potência de **base negativa** e **expoente par** é um número **inteiro positivo**.

– Toda potência de **base negativa** e **expoente ímpar** é um número **inteiro negativo**.

Propriedades da Potenciação

1) Produtos de Potências com bases iguais: Conserva-se a base e somam-se os expoentes. $(-a)^3 \cdot (-a)^6 = (-a)^{3+6} = (-a)^9$

2) Quocientes de Potências com bases iguais: Conserva-se a base e subtraem-se os expoentes. $(-a)^8 : (-a)^6 = (-a)^{8-6} = (-a)^2$

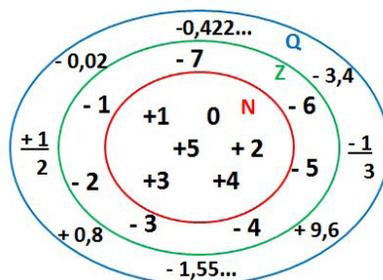
3) Potência de Potência: Conserva-se a base e multiplicam-se os expoentes. $[(-a)^5]^2 = (-a)^{5 \cdot 2} = (-a)^{10}$

4) Potência de expoente 1: É sempre igual à base. $(-a)^1 = -a$ e $(+a)^1 = +a$

5) Potência de expoente zero e base diferente de zero: É igual a 1. $(+a)^0 = 1$ e $(-b)^0 = 1$

Conjunto dos números racionais – Q

Um número racional é o que pode ser escrito na forma $\frac{m}{n}$, onde m e n são números inteiros, sendo que n deve ser diferente de zero. Frequentemente usamos m/n para significar a divisão de m por n .



N C Z C Q (N está contido em Z que está contido em Q)

Subconjuntos:

SÍMBOLO	REPRESENTAÇÃO	DESCRIÇÃO
*	Q^*	Conjunto dos números racionais não nulos
+	Q_+	Conjunto dos números racionais não negativos
* e +	Q^*_+	Conjunto dos números racionais positivos
-	Q_-	Conjunto dos números racionais não positivos
* e -	Q^*_-	Conjunto dos números racionais negativos

Representação decimal

Podemos representar um número racional, escrito na forma de fração, em número decimal. Para isso temos duas maneiras possíveis:

1º) O numeral decimal obtido possui, após a vírgula, um número finito de algarismos. Decimais Exatos:

$$\frac{2}{5} = 0,4$$

2º) O numeral decimal obtido possui, após a vírgula, infinitos algarismos (nem todos nulos), repetindo-se periodicamente Decimais Periódicos ou Dízimas Periódicas:

$$\frac{1}{3} = 0,333...$$

Representação Fracionária

É a operação inversa da anterior. Aqui temos duas maneiras possíveis:

1) Transformando o número decimal em uma fração numerador é o número decimal sem a vírgula e o denominador é composto pelo numeral 1, seguido de tantos zeros quantas forem as casas decimais do número decimal dado. Ex.:

$$0,035 = 35/1000$$

2) Através da fração geratriz. Ai temos o caso das dízimas periódicas que podem ser simples ou compostas.

– *Simples*: o seu período é composto por um mesmo número ou conjunto de números que se repeti infinitamente. Exemplos:

<p>* 0,444... Período: 4 (1 algarismo)</p> $0,444... = \frac{4}{9}$	<p>* 0,313131... Período: 31 (2 algarismos)</p> $0,313131... = \frac{31}{99}$	<p>* 0,278278278... Período: 278 (3 algarismos)</p> $0,278278278... = \frac{278}{999}$
---	---	--

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Nome do Cargo

NOÇÕES GERAIS SOBRE: ALIMENTOS, FUNÇÃO DOS ALIMENTOS, VITAMINAS E NUTRIENTES

Alimentação saudável

Para ter uma alimentação saudável, não basta conhecer os nutrientes e o valor nutritivo dos alimentos. É necessário saber a melhor maneira de escolher, preparar, conservar e rotular todos os alimentos que vão ser consumidos. Os cuidados com a higiene pessoal, do ambiente e dos próprios alimentos também são essenciais. Todas essas informações são muito importantes para a nossa saúde e precisam ser usadas no nosso dia-a-dia.

Como escolher os alimentos

O valor nutritivo dos alimentos depende de muitos fatores. Um deles é a época da estação ou da safra (para frutas e vegetais). O cheiro, a cor e a textura dos alimentos também vão influenciar seu valor nutritivo. Tudo isso deve ser observado na hora da escolha e da compra. Para evitar qualquer problema e garantir a compra de um produto saudável, siga essas orientações:

Produtos embalados

Verifique o prazo de validade e outras informações que são importantes, como ingredientes utilizados, composição nutricional, modo de conservação e de preparo.

A embalagem precisa estar perfeita. Não pode estar estufada, enferrujada, amassada ou rasgada.

O produto não deve estar com a cor, cheiro ou consistência alteradas.

Observe se o local de armazenamento está em boas condições, se as prateleiras estão limpas, os refrigeradores e freezers ligados e em temperatura adequada.

Só compre produtos de origem animal com o selo de garantia do

Serviço de Inspeção Federal (SIF), do Ministério da Agricultura.

O produtor e/ou indústria devem estar identificados no rótulo, assim como o número de registro do estabelecimento.

Se houver qualquer dúvida sobre o uso e conservação do produto, consulte o serviço de orientação ao cliente do local de venda e da indústria.

Carnes, aves, peixes e ovos

Carne bovina e de porco

Quando frescas, são compactas, apresentam gordura branca e firme, cor vermelho-brilhante e cheiro agradável. Não compre se a carne estiver escura ou esverdeada, o cheiro for desagradável e não houver origem determinada e carimbo de inspeção do Ministério da Agricultura, denominado Serviço de Inspeção Federal (SIF).

Carne moída

Se a carne já estiver moída, tenha a certeza de que a origem é segura e também inspecionada(SIF). Prefira a que já se encontra em embalagem e que contenha data de validade.

Frango e aves

Estão bons quando a cor da pele variar do branco ao amarelo, a superfície for brilhante e firme ao tato. Verifique o carimbo de inspeção (SIF) e a validade.

Ovos

Quando novos, têm a casca pouco porosa, bem limpa e sem rachaduras. Para saber se o ovo está velho, é só colocá-lo numa vasilha com água e sal. Se ele flutuar, é porque está velho. Não use o ovo também se a clara ou gema grudarem na casca, se tiver cheiro diferente, podridão ou sabor anormal.

Peixe, camarão e mariscos

Estão frescos quando os olhos são arredondados, a guelra é vermelha, o cheiro é suave, a pele está brilhante e as escamas firmes. Se você apertar a carne, ela deve voltar à posição rapidamente. O camarão precisa estar com a cabeça presa ao corpo, a carapaça firme, o olho brilhante e o cheiro agradável.

Miúdos (coração, fígado, rins, língua)

Estão bons quando a superfície é brilhante, firme ao tato e a cor é regular, sem pontos brancos. É importante também que não haja mau cheiro.

Embutidos (salsicha, linguiça, salame, mortadela, presunto)

A cor deve ser original, sem fungos ou corantes demais. Salsicha e linguiça não podem ter bolhas de ar ou apresentar líquidos. Observe se o salame não tem bolor, está escuro demais ou endurecido pela perda de água.

Hortaliças e frutas

As hortaliças e frutas próprias para consumo não devem apresentar:

Partes ou casca amolecidas, manchadas, mofadas ou de cor alterada.

Polpa amolecida com mofo.

Folhas, raízes e talos murchos, mofados ou estragados.

Qualquer alteração na cor normal.

Qualquer modificação no cheiro característico.

Consistência alterada, esponjosa.

Perfurações, enrugamento.

Excesso ou falta de umidade característica.

Prefira as frutas e verduras da estação. Além de mais econômicas, conservam melhor os nutrientes.

Frequência da compra de alimentos

De quanto em quanto tempo comprar os alimentos? Vai depender da durabilidade do produto.

Alimentos que estragam com facilidade devem ser comprados com mais frequência, ou, então, serem congelados. Isso vale para carnes, aves e pescados. As frutas e os vegetais perdem o valor nutricional facilmente e por isso devem ser comprados frescos e consumidos em pouco tempo.

Os alimentos não perecíveis podem ser estocados e, por isso, não precisam ser comprados com muita frequência. É só levar, a cada vez, uma quantidade maior. É bom lembrar: a quantidade a ser comprada também depende do espaço disponível na despensa!

Como conservar os alimentos

Para que os alimentos sejam conservados da melhor maneira e não estraguem, é preciso prestar atenção nas condições de temperatura, umidade, e no local de armazenamento, entre outros fatores.

Observar a data de validade do produto também é essencial.

Alimentos não perecíveis

Os alimentos não perecíveis, ou seja, que duram muito tempo, não precisam de refrigeração e podem ser armazenados à temperatura ambiente. O local da armazenagem deve ser arejado, limpo e livre de umidade. A temperatura ideal é de 25° C (temperatura ambiente). Os alimentos que não precisam de refrigeração são os cereais (arroz, milho, aveia, etc), grãos (feijão, lentilha, ervilha), farinhas, biscoitos, produtos defumados e desidratados, enlatados e embalados em vidro, óleos, açúcares, leite em pó, além de produtos em embalagens do tipo “longa vida” (papelão esterilizado).

O prazo de validade dos produtos deve ser observado com cuidado.

Para evitar prejuízos, quanto mais perto do prazo de validade estiver o produto, mais rápido ele deverá ser usado.

Hortaliças e frutas

As raízes, frutas e tubérculos que não estiverem maduros devem ser guardados em locais secos e livres de insetos. As frutas e hortaliças não podem ficar expostas ao sol. Precisam estar em local fresco e seco ou serem mantidas na geladeira, para que não acabem ressecadas ou apodrecidas. A temperatura ideal para a conservação varia de um produto para outro.

O que guardar na geladeira

Os produtos que precisam de refrigeração são aqueles que estragam mais facilmente e não podem ficar armazenados por muito tempo. Mas fique atento: nas temperaturas de refrigeração também pode haver crescimento de microorganismos. É importante que a geladeira não esteja com excesso de produtos, pois isso pode afetar sua capacidade de resfriamento, prejudicando a conservação dos alimentos e causando perdas.

As carnes só devem ser conservadas na geladeira se forem ser usadas no mesmo dia. Caso contrário, devem ser congeladas.

Alguns exemplos de alimentos que devem ser guardados na geladeira: ovos, leite, queijo, manteiga, margarina, alguns vegetais e frutas, além de embutidos (presunto, salsicha, lingüiça).

As prateleiras mais altas da geladeira são as mais frias. É nelas que devem ser guardados alimentos como carnes, leite e derivados.

Não misture alimentos crus e cozidos na mesma prateleira, pois os crus podem contaminar os já preparados. E atenção: nunca forre as prateleiras da geladeira com plásticos ou toalhas, pois isso dificulta a circulação do ar frio, prejudicando o bom funcionamento do aparelho.

Coloque os alimentos em recipientes bem fechados. Observe o prazo de validade, sempre. O refrigerador deve ser mantido limpo.

O que deve ser congelado

Os produtos congelados precisam ser conservados em temperatura de -18°C, para evitar o desenvolvimento de microorganismos e o processo de deterioração. Carnes, aves, pescados e hortaliças não devem ser congelados novamente se já tiverem sido descongeladas. É sempre importante observar o prazo de validade.

Conservação do valor nutritivo dos alimentos

As frutas e verduras perdem valor nutritivo com maior facilidade.

Para aproveitar ao máximo os nutrientes desses alimentos, siga as seguintes recomendações:

- Frutas e verduras devem ser consumidas quando estiverem bem frescas. Com o amadurecimento e o tempo de armazenamento, os nutrientes vão se perdendo. Prefira as frutas e verduras da estação, pois, além de mais econômicas, conservam melhor os nutrientes nessa época.

- O ideal é que esses alimentos sejam consumidos inteiros ou em pedaços. Quando frutas e verduras são batidas no liquidificador, algumas vitaminas, como a vitamina C, são perdidas;

Ao cozinhar as verduras, mantenha a tampa da panela fechada.

O melhor é prepará-las no vapor.

- Não cozinhe demais os alimentos, principalmente os vegetais.

- Tente aproveitar a água que sobrou do cozimento na preparação de outro prato, como arroz, sopas, cozidos ou sucos.

- Não coloque nenhuma substância para realçar a cor dos vegetais (como bicarbonato de sódio), pois isso provoca perdas de vitaminas e de minerais.

- Não submeta nenhum alimento a temperaturas altas demais.

Prefira o fogo brando.

- Conserve os alimentos de maneira adequada

A importância dos rótulos dos alimentos

É pela rotulagem que as empresas produtoras de alimentos se comunicam com os consumidores. As empresas colocam na embalagem do produto informações sobre o mesmo e os consumidores consultam a embalagem para saber o que estão comprando.

A Portaria número 42, de 13 de janeiro de 1998, do Ministério da Saúde, trata da rotulagem de alimentos. O objetivo é proteger os consumidores de declarações abusivas ou infundadas que possam induzi-lo ao erro. Com os rótulos, é possível comparar os produtos na hora da compra, seja quanto à qualidade, preço, ingredientes etc.

Algumas das informações que devem estar obrigatoriamente no rótulo são:

- Lista de ingredientes, a não ser que seja um produto único, como leite.
- Conteúdo líquido em peso ou volume.
- Identificação de origem, com endereço do fabricante ou importador.
- Identificação do lote.
- Prazo de validade.
- Preparo e instruções de uso (quando for o caso) e conservação.
- Lista de ingredientes.
- As informações nutricionais (quantidade de calorias e nutrientes) só são obrigatórias se a embalagem fizer alguma menção às propriedades nutricionais, como, por exemplo, “rico em fibras” ou “diet” etc.
- Com a leitura do rótulo, é possível conhecer melhor o produto.

Seguir as instruções de preparo e armazenamento ajudam no rendimento e na conservação do valor nutritivo do alimento. Também pode facilitar o seu aproveitamento pelo organismo.

Higiene dos alimentos

Definição de higiene

Higiene é a ciência que tem como objetivo preservar a saúde e prevenir doenças através de práticas de limpeza ou higienização.

Existem diversos tipos de higiene, mas as de importância relacionadas com os alimentos são a higiene pessoal, ambiental e, claro, dos alimentos.

Os microorganismos

Para entender melhor o sentido de higiene, é preciso saber o que são os microorganismos.

Os microorganismos ou micróbios são seres vivos, assim como os homens e os animais, mas a maioria é invisível a olho nu e só pode ser vista com um aparelho especial, o microscópio. As bactérias, fungos e vírus são exemplos de microorganismos.

Como qualquer outro ser vivo, eles se reproduzem, se multiplicam.

A diferença é que os micróbios são muitíssimo mais rápidos que o homem e esse é o grande problema. A maioria das bactérias, em quantidades pequenas, não faz mal ao homem. Mas em grandes quantidades, ou seja, quando se multiplicam várias vezes, elas provocam doenças e podem até matar! Existem bactérias que até mesmo em pouquíssimas quantidades podem prejudicar o homem...

Os microorganismos são encontrados por toda parte: no ar, na água, na terra, no nosso corpo, mãos, pés, unhas, nariz, cabelos, olhos, barba... Para viverem, eles precisam de água e de alimentos, além de tempo e temperatura ideal para se multiplicarem.

As bactérias se reproduzem com maior facilidade em temperaturas entre 15° C e 70o C. Ou seja, a temperatura ambiente e as temperaturas dos alimentos frios ou mornos são ideais para que elas se multipliquem.

O homem é o principal “meio de transporte” da bactéria até o alimento. Isso acontece quando não possui bons hábitos de higiene, seja com cuidados pessoais, do ambiente ou do próprio alimento.

Higiene pessoal

Os cuidados de higiene pessoal devem ser tomados especialmente pelos manipuladores de alimentos, isto é, pelos indivíduos que trabalham com o preparo de alimentos. Mas isso não significa que as demais pessoas não tenham que se preocupar com esse assunto. Pelo contrário! São atitudes que devem fazer parte do dia-a-dia de todos nós, para preservar a saúde e prevenir doenças. Aqui estão algumas recomendações:

- Tomar banho todos os dias e manter-se limpo.
- Manter as unhas limpas e cortadas.
- Escovar os dentes após as refeições.
- Usar roupas limpas.
- Lavar as mãos:
 - antes de pegar em alimentos;
 - antes de comer qualquer alimento;
 - depois de ir ao banheiro;
 - depois de pegar em dinheiro, em algum objeto sujo ou em animais.

Algumas recomendações são específicas para os manipuladores de alimentos:

- Lavar as mãos:
 - toda vez que mudar de atividade durante o trabalho;
 - depois de tocar nos cabelos;
 - depois de usar o banheiro;
 - ao tocar alguma parte do corpo;
 - quando fumar ou assoar o nariz;
 - entre a manipulação de alimentos crus e cozidos;
 - sempre que entrar na cozinha;
 - depois de comer;
 - depois de mexer na lixeira.
- Manter as unhas curtas e sem esmalte.
- Não usar brincos, relógios, broches, anéis e outros acessórios enquanto estiver preparando os alimentos.
- Manter o uniforme sempre limpo.
- Usar touca e sapatos fechados.
- Não comer durante o preparo dos alimentos.
- Lavar as mãos com sanitizante ou água limpa, sabão e desinfetante.

Uso de máscara e luvas

A máscara deve ser usada por funcionário que prepara alimentos servidos crus e por funcionário resfriado, gripado ou com alguma doença do nariz ou da boca. As luvas devem ser usadas por funcionário que prepara alimentos servidos crus ou quando está em contato próximo com alimentos já preparados. Devem ser colocadas quando as mãos estiverem limpas. O uso de luvas NÃO dispensa adequada higienização das mãos!

As luvas devem ser trocadas sempre que se reiniciar o trabalho. A pessoa que está preparando os alimentos deve tirar as luvas ao sair da cozinha, antes de atender o telefone e de fazer qualquer outra atividade não relacionada com o preparo do alimento. Não se deve tocar em alimentos crus e cozidos com a mesma luva.

Quando temos bons hábitos de higiene pessoal, as quantidades de bactérias presentes são bem menores e o risco de acontecer algum problema também!

Higiene ambiental

Algumas dicas para manter o ambiente em condições adequadas de higiene são: