

DE ACORDO COM O EDITAL Nº 001/2026, DE 28 DE MAIO DE 2026.

ARAGUAÍNA-TO

PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAGUAÍNA - TOCANTINS

TÉCNICO I NUTRICIONISTA

- ▶ Língua Portuguesa
- ▶ Informática
- ▶ Raciocínio Lógico
- ▶ Legislação do SUS
- ▶ Conhecimentos Específicos

Conteúdo Digital

- ▶ Conhecimentos básicos de História e Geografia do Município de Araguaína:
- ▶ Noções de Direito Administrativo
- ▶ Noções de Direito Constitucional

BÔNUS
CURSO ON-LINE

- PORTUGUÊS
- INFORMÁTICA





AVISO IMPORTANTE: **Este é um Material de Demonstração**

Este arquivo representa uma prévia exclusiva da apostila.

Aqui, você poderá conferir algumas páginas selecionadas para conhecer de perto a qualidade, o formato e a proposta pedagógica do nosso conteúdo. Lembramos que este não é o material completo.



POR QUE INVESTIR NA APOSTILA COMPLETA?



- × Conteúdo totalmente alinhado ao edital.
- × Teoria clara, objetiva e sempre atualizada.
- × Dicas práticas, quadros de resumo e linguagem descomplicada.
- × Questões gabaritadas
- × Bônus especiais que otimizam seus estudos.

Aproveite a oportunidade de intensificar sua preparação com um material completo e focado na sua aprovação:
Acesse agora: www.apostilasopcao.com.br

Disponível nas versões impressa e digital, com envio imediato!

Estudar com o material certo faz toda a diferença na sua jornada até a APROVAÇÃO.





ARAGUAÍNA-TO

PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAGUAÍNA - TOCANTINS

TÉCNICO I - NUTRICIONISTA

EDITAL Nº 001/2026, DE 28 DE MAIO DE
2026.

CÓD: OP-012JH-26
7908403595709

ÍNDICE

Língua Portuguesa

1. Compreensão e interpretação de textos	9
2. Características dos diversos gêneros textuais; Tipologia textual (Sequências narrativa, descritiva, argumentativa, expositiva, injuntiva e dialogal).....	9
3. Elementos de coesão e coerência textual.....	10
4. Funções da linguagem	11
5. Ortografia oficial	12
6. Acentuação gráfica.....	13
7. Pontuação	15
8. Crase	16
9. Emprego e descrição das classes de palavras	17
10. Sintaxe da oração e do período (Ênfase em concordância e regência).....	23
11. Significação das palavras e inferência lexical através do contexto.....	24
12. Paráfrase	25

Informática

1. Dispositivos de armazenamento. Periféricos de um computador	31
2. Configurações básicas do Windows 11	33
3. Aplicativos do Pacote Microsoft Office 2024 (Word, Excel e Power Point)	38
4. Configuração de impressoras.....	46
5. Noções básicas de internet e uso de navegadores	47
6. Noções básicas de correio eletrônico e envio de e-mails	51

Raciocínio Lógico

1. Princípio da Regressão ou Reversão	59
2. Lógica dedutiva, argumentativa e quantitativa.....	60
3. Lógica matemática qualitativa	67
4. Sequências lógicas envolvendo números, letras e figuras	70
5. Geometria básica	72
6. Álgebra básica	80
7. Sistemas lineares	83
8. Calendários	85
9. Numeração	87
10. Razões especiais	88
11. Análise combinatória	90
12. Probabilidade.....	92
13. Progressões Aritmética e Geométrica	94
14. Conjuntos: As relações de pertinência; Inclusão e igualdade; Operações entre conjuntos, união, interseção e diferença	98
15. Comparações	100

ÍNDICE

Legislação do SUS

1. Constituição Federal de 1988, especialmente arts. 196 a 200	105
2. Lei nº 8.080/1990	106
3. Lei nº 8.142/1990	118
4. Decreto nº 7.508/2011	119
5. Lei Complementar nº 141/2012	123

Conhecimentos Específicos Técnico I - Nutricionista

1. Nutrição e Dietética	133
2. Nutrição Clínica	134
3. Alimentação Coletiva	134
4. Nutrição em Saúde Pública; Segurança Alimentar	139
5. Epidemiologia Nutricional; Vigilância Alimentar e Nutricional; Política Nacional de Alimentação e Nutrição	141
6. Bioquímica dos Alimentos	147
7. Tecnologia dos Alimentos	153
8. Ética e Legislação Profissional	154

Conteúdo Digital

Conhecimentos básicos de História e Geografia do Município de Araguaína:

1. Formação histórica: Origens e ocupação primária; Formação administrativa; Localização	4
2. Geográfica Histórica. Evolução Político-Administrativa. Origem e Emancipação: Primeiros	4
3. Habitantes, fundação e processo de emancipação política. Fatos históricos marcantes, ciclos econômicos. Influência religiosa. Influência da rodovia Belém-Brasília. Localização e Fronteiras; Aspectos Físicos: Clima, relevo, hidrografia (rios e bacias), vegetação e biomas. Demografia e Economia: População, principais atividades econômicas (indústria, agropecuária, comércio e serviços). Geopolítica: Limites territoriais, microrregião, divisão político-administrativa e localização no estado. Hidrografia Local. Crescimento e Representação Populacional; Indicadores de Desenvolvimento.	4

Noções de Direito Administrativo

1. Noções de organização administrativaAdministração direta e indireta, centralizada e	14
2. Descentralizada; Desconcentração	14
3. Princípios expressos e implícitos da administração pública	20
4. Órgãos públicos	30
5. Agentes públicos: conceito, classificação, provimento e vacância; Direitos, deveres e responsabilidades dos servidores públicos	32
6. Poderes da Administração: hierárquico, disciplinar, regulamentar, de polícia e discricionário; Abuso de poder, excesso de poder e desvio de finalidade	45

ÍNDICE

7. Ato administrativo: conceito, requisitos, atributos, classificação, espécies e efeitos; Anulação e revogação do ato administrativo	52
8. Responsabilidade civil do Estado	65
9. Responsabilidade administrativa e penal do agente público	69
10. Procedimento administrativo: princípios, fases e controle	71
11. Serviços públicos: conceito, formas de prestação e direitos dos usuários	75
12. Controle da Administração Pública: controle interno, externo e judicial; Atuação dos Tribunais de Contas, Ministério Público e Poder Judiciário	87
13. Ação popular e mandado de segurança	96
14. Bens públicos: classificação, utilização e alienação; Patrimônio público e sua proteção	101
15. Disposições constitucionais aplicáveis à Administração Pública	109
16. Lei Complementar Municipal nº 193/2024	113

Noções de Direito Constitucional

1. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988: Princípios fundamentais	148
2. Poderes Constituintes Originário, Derivado e Decorrente	149
3. Aplicabilidade das normas constitucionais: Normas de eficácia plena, contida e limitada; Normas programáticas	152
4. Direitos e garantias fundamentais: Direitos e deveres individuais e coletivos, direitos sociais, direitos de nacionalidade, direitos políticos, partidos políticos	154
5. Organização político-administrativa do Estado: Estado federal brasileiro, União, estados, Distrito Federal, municípios e territórios	165
6. Administração pública: Disposições gerais, servidores públicos	172
7. Poder executivo	175

Conteúdo Digital

▪ Para estudar o Conteúdo Digital acesse sua “Área do Cliente” em nosso site, ou siga os passos indicados na página 2 para acessar seu bônus.

<https://www.apostilasopcao.com.br/customer/account/login/>

LÍNGUA PORTUGUESA

COMPREENSÃO E INTERPRETAÇÃO DE TEXTOS

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

- 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.
- Tenha sempre um dicionário ou uma ferramenta de busca por perto, para poder procurar o significado de palavras desconhecidas.
- **Fique atento aos detalhes oferecidos pelo texto:** dados, fonte de referências e datas.
- 4. Sublinhe as informações importantes, separando fatos de opiniões.
- **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...

CARACTERÍSTICAS DOS DIVERSOS GÊNEROS TEXTUAIS; TIPOLOGIA TEXTUAL (SEQUÊNCIAS NARRATIVA, DESCRITIVA, ARGUMENTATIVA, EXPOSITIVA, INJUNTIVA E DIALOGAL)

A classificação de textos em tipos e gêneros é essencial para compreendermos sua estrutura linguística, função social e finalidade. Antes de tudo, é crucial discernir a distinção entre essas duas categorias.

► 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.



AMOSTRA

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.

ELEMENTOS DE COESÃO E COERÊNCIA TEXTUAL

A coerência e a coesão são essenciais na escrita e na interpretação de textos. Ambos se referem à relação adequada entre os componentes do texto, de modo que são independentes entre si. Isso quer dizer que um texto pode estar coeso, porém incoerente, e vice-versa.

Enquanto a coesão tem foco nas questões gramaticais, ou seja, ligação entre palavras, frases e parágrafos, a coerência diz respeito ao conteúdo, isto é, uma sequência lógica entre as ideias.

► **Coesão**

A coesão textual ocorre, normalmente, por meio do uso de **conectivos** (preposições, conjunções, advérbios). Ela pode ser obtida a partir da **anáfora** (retoma um componente) e da **catáfora** (antecipa um componente).

Confira, então, as principais regras que garantem a coesão textual:

REGRA	CARACTERÍSTICAS	EXEMPLOS
REFERÊNCIA	– Pessoal (uso de pronomes pessoais ou possessivos) – anafórica – Demonstrativa (uso de pronomes demonstrativos e advérbios) – catafórica – Comparativa (uso de comparações por semelhanças)	João e Maria são crianças. <i>Eles</i> são irmãos. Fiz todas as tarefas, exceto <u>esta</u>: colonização africana. Mais um ano <u>igual</u> aos outros...



INFORMÁTICA

DISPOSITIVOS DE ARMAZENAMENTO. PERIFÉRICOS DE UM COMPUTADOR

HARDWARE E SOFTWARE

A informática é a área relacionada ao tratamento automático da informação por meio de recursos computacionais. Ela envolve computadores, programas, redes, dispositivos digitais e sistemas capazes de receber dados, processá-los, armazená-los e apresentar resultados úteis ao usuário. Em sentido amplo, a informática não está presente apenas em computadores pessoais, mas também em celulares, caixas eletrônicos, sistemas bancários, plataformas educacionais, equipamentos hospitalares, veículos, indústrias e diversos serviços digitais.

Para compreender a informática, é essencial diferenciar dado e informação. Dados são elementos isolados, como números, letras, símbolos ou registros sem interpretação imediata. A informação surge quando esses dados são organizados, processados e analisados dentro de um contexto. Por exemplo, uma lista de notas escolares contém dados; quando o sistema calcula médias, gera relatórios e indica o desempenho dos alunos, esses dados se transformam em informação útil.

► Hardware e software

Partes física e lógica do sistema

Todo sistema computacional depende da integração entre hardware e software. O hardware corresponde à parte física do computador, isto é, aos componentes que podem ser tocados, conectados, substituídos ou reparados. Já o software corresponde à parte lógica, formada por programas, sistemas, aplicativos e instruções que orientam o funcionamento da máquina.

A tabela a seguir apresenta uma comparação didática entre esses dois elementos fundamentais.

Aspecto	Hardware	Software
Natureza	Parte física do computador	Parte lógica do computador
Forma de existência	Pode ser tocado e visto fisicamente	Existe como instruções, códigos e programas
Função	Executar operações físicas e permitir interação	Controlar, organizar e orientar o hardware

Exemplos	Monitor, teclado, mouse, processador, memória, HD, SSD e impressora	Sistema operacional, navegador, editor de texto, antivírus e aplicativos
Problemas comuns	Quebra, superaquecimento, mau contato ou desgaste	Travamentos, vírus, incompatibilidade ou erro de atualização

Funcionamento integrado

Hardware e software são complementares. Um computador sem software é apenas um conjunto de peças sem orientação funcional. Da mesma forma, um software sem hardware não possui meio físico para ser executado. Assim, o funcionamento do computador depende da ação conjunta entre componentes materiais e instruções lógicas.

HARDWARE: COMPONENTES FÍSICOS DO COMPUTADOR

► Conceito de hardware

Estrutura material do sistema computacional

Hardware é o conjunto de componentes físicos que formam um computador ou dispositivo digital. Ele inclui peças internas, periféricos, placas, cabos, conectores, unidades de armazenamento e equipamentos de comunicação. Diferentemente do software, que corresponde aos programas e instruções, o hardware representa a parte material do sistema, ou seja, aquilo que possui existência física e pode ser instalado, removido, substituído ou reparado.

O hardware é responsável por executar fisicamente as operações solicitadas pelo software. Quando o usuário abre um programa, digita um texto, move o mouse ou imprime um documento, diversos componentes físicos trabalham em conjunto para transformar comandos em resultados visíveis.

AMOSTRA

► Principais grupos de hardware

Classificação conforme a função

A tabela a seguir organiza os principais grupos de hardware, relacionando cada grupo à sua função no funcionamento do computador.

Grupo de hardware	Função principal	Exemplos
Processamento	Executa instruções, cálculos e operações lógicas	Processador e placa de vídeo
Memória	Mantém dados temporários ou instruções essenciais	RAM, ROM e memória cache
Armazenamento	Guarda arquivos, programas e sistema operacional	HD, SSD, pen drive e cartão de memória
Entrada	Permite inserir dados e comandos no computador	Teclado, mouse, scanner, microfone e câmera
Saída	Apresenta resultados ao usuário	Monitor, impressora, caixas de som e projetor
Integração	Conecta e organiza a comunicação entre componentes	Placa-mãe, barramentos, portas e conectores

► Componentes internos principais

Processador, placa-mãe, memória e armazenamento

O processador, também chamado de CPU, interpreta e executa instruções. A placa-mãe conecta os componentes internos e permite a comunicação entre processador, memória, armazenamento e periféricos. A memória RAM guarda temporariamente os dados em uso, enquanto HD e SSD armazenam arquivos de forma permanente. O SSD, por não possuir partes mecânicas, costuma ser mais rápido que o HD.

O bom funcionamento do hardware depende de compatibilidade, conservação e refrigeração. Poeira, calor excessivo, quedas de energia e peças incompatíveis podem causar lentidão, travamentos, desligamentos inesperados ou danos físicos.

SOFTWARE: PROGRAMAS, SISTEMAS E APLICAÇÕES

► Conceito de software

Parte lógica do sistema computacional

Software é o conjunto de programas, comandos e instruções que orientam o funcionamento de um computador ou dispositivo digital. Ele não corresponde a uma peça física, mas à parte lógica

responsável por indicar ao hardware o que deve ser feito. É por meio do software que o usuário consegue escrever textos, acessar a internet, editar imagens, assistir a vídeos, jogar, enviar mensagens, organizar arquivos e executar diversas atividades.

O software depende do hardware para ser instalado, armazenado e executado. Ao mesmo tempo, o hardware precisa do software para realizar tarefas úteis. Essa relação mostra que o computador funciona como um sistema integrado: as peças físicas executam as ações, enquanto os programas determinam a lógica dessas ações.

► Tipos de software

Classificação conforme a função

Os softwares podem ser classificados de acordo com o papel que desempenham no sistema. Essa classificação ajuda a entender que nem todos os programas têm a mesma finalidade.

Tipo de software	Função	Exemplos
Software de sistema	Controla o funcionamento geral do computador	Sistema operacional, drivers e utilitários
Software aplicativo	Permite ao usuário realizar tarefas específicas	Navegador, editor de texto, planilha, jogos e aplicativos de mensagem
Software de desenvolvimento	Auxilia na criação de outros programas	Linguagens de programação, editores de código e compiladores

► Sistema operacional, drivers e utilitários

Programas essenciais ao funcionamento

O sistema operacional é o principal software de sistema. Ele gerencia memória, processador, arquivos, dispositivos, programas e a interação com o usuário. Sem ele, o uso do computador seria limitado e pouco acessível.

Os drivers permitem a comunicação entre o sistema operacional e os componentes de hardware. Uma impressora, uma placa de vídeo ou uma placa de rede pode precisar de driver adequado para funcionar corretamente. Já os utilitários auxiliam na manutenção, proteção e organização do sistema, como antivírus, compactadores, ferramentas de backup e programas de limpeza.

O uso responsável de software exige atenção à origem dos programas, ao licenciamento, à compatibilidade e às atualizações. Programas desatualizados ou baixados de fontes duvidosas podem gerar falhas, vírus e riscos de segurança.

RACIOCÍNIO LÓGICO

PRINCÍPIO DA REGRESSÃO OU REVERSÃO

PRINCÍPIO DA REGRESSÃO

Esta técnica consiste em determinar um valor inicial pedido pelo problema a partir de um valor final dado. Ou seja, é um método para resolver alguns problemas do primeiro grau, ou seja, problemas que recaem em equações do primeiro grau, de "trás para frente".

► Operações

Você precisa saber transformar algumas operações:

- **Soma:** a regressão é feita pela subtração.
- **Subtração:** a regressão é feita pela soma.
- **Multiplicação:** a regressão é feita pela divisão.
- **Divisão:** a regressão é feita pela multiplicação

Exemplo 1: (SENAI)

O sr. Altair deu muita sorte em um programa de capitalização bancário. Inicialmente, ele apresentava um saldo devedor X no banco, mas resolveu depositar 500 reais, o que cobriu sua dívida e ainda lhe sobrou uma certa quantia A. Essa quantia A, ele resolveu aplicar no programa e ganhou quatro vezes mais do que tinha, ficando então com uma quantia B. Uma segunda vez, o sr. Altair resolveu aplicar no programa, agora a quantia B que possuía, e novamente saiu contente, ganhou três vezes o valor investido. Ao final, ele passou de devedor para credor de um valor de R\$ 3 600,00 no banco. Qual era o saldo inicial X do sr. Altair?

- (A) -R\$ 350,00.
- (B) -R\$ 300,00.
- (C) -R\$ 200,00.
- (D) -R\$ 150,00.
- (E) -R\$ 100,00.

Resolução:

Devemos partir da última aplicação. Sabemos que a última aplicação é 3B, logo:

$$3B = 3600 \rightarrow B = 3600/3 \rightarrow B = 1200$$

$$\text{A } 1^{\text{a}} \text{ aplicação resultou em B e era } 4A: B = 4A \rightarrow 1200 = 4A \rightarrow A = 1200/4 \rightarrow A = 300$$

A é o saldo que sobrou do pagamento da dívida X com os 500 reais: $A = 500 - X \rightarrow 300 = 500 - X \rightarrow$

$$\bullet X = 300 - 500 \rightarrow -X = -200. (-1) \rightarrow X = 200.$$

Como o valor de X representa uma dívida representamos com o sinal negativo: a dívida era de R\$ -200,00.

Resposta: C

Exemplo 2: (IDECAN)

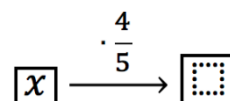
Um pai deu a seu filho mais velho $1/5$ das balinhas que possuía e chupou 3. Ao filho mais novo deu $1/3$ das balinhas que sobraram mais 2 balinhas. Ao filho do meio, João, deu $1/6$ das balinhas que sobraram, após a distribuição ao filho mais novo. Sabe-se que o pai ainda ficou com 30 balinhas. Quantas balinhas ele possuía inicialmente?

- (A) 55
- (B) 60
- (C) 75
- (D) 80
- (E) 100

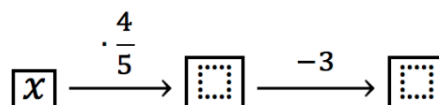
Resolução:

Basta utilizar o princípio da reversão e resolver de trás para frente. Antes, vamos montar o nosso diagrama. Digamos que o pai possuía x balinhas inicialmente.

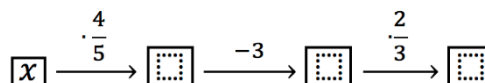
Se o pai deu $1/5$ das balinhas para o filho mais velho, então ele ficou com $4/5$ das balinhas.



Se ele chupou 3 balas, vamos diminuir 3 unidades do total que restou.



Ao filho mais novo, deu $1/3$ das balinhas. Assim, sobraram $2/3$ das balinhas.



Em seguida, ele deu mais duas balinhas para o filho mais novo. Assim, vamos subtrair duas balinhas.



Finalmente, ele deu $1/6$ do restante para o filho do meio. Assim, restaram $5/6$ das balinhas, que corresponde a 30 balinhas.

AMOSTRA

$$[x] \xrightarrow{\cdot \frac{4}{5}} [\] \xrightarrow{-3} [\] \xrightarrow{\cdot \frac{2}{3}} [\] \xrightarrow{-2} [\] \xrightarrow{\cdot \frac{5}{6}} [30]$$

Agora é só voltar realizando as operações inversas.

Se na ida nós multiplicamos por $5/6$, na volta nós devemos dividir por $5/6$, ou seja, devemos multiplicar por $6/5$.

Vamos preencher o penúltimo quadradinho com $30 \cdot 6/5 = 36$.

$$[x] \xrightarrow{\cdot \frac{4}{5}} [\] \xrightarrow{-3} [\] \xrightarrow{\cdot \frac{2}{3}} [\] \xrightarrow{-2} [36] \xrightarrow{\cdot \frac{5}{6}} [30]$$

Se na ida nós subtraímos 2, então na volta devemos adicionar 2. Vamos preencher o quadradinho anterior com $36 + 2 = 38$.

$$[x] \xrightarrow{\cdot \frac{4}{5}} [\] \xrightarrow{-3} [\] \xrightarrow{\cdot \frac{2}{3}} [38] \xrightarrow{-2} [36] \xrightarrow{\cdot \frac{5}{6}} [30]$$

Seguindo o mesmo raciocínio, o próximo quadradinho será preenchido por $38 \cdot 3/2 = 57$.

$$[x] \xrightarrow{\cdot \frac{4}{5}} [\] \xrightarrow{-3} [57] \xrightarrow{\cdot \frac{2}{3}} [38] \xrightarrow{-2} [36] \xrightarrow{\cdot \frac{5}{6}} [30]$$

Agora temos $57 + 3 = 60$.

$$[x] \xrightarrow{\cdot \frac{4}{5}} [60] \xrightarrow{-3} [57] \xrightarrow{\cdot \frac{2}{3}} [38] \xrightarrow{-2} [36] \xrightarrow{\cdot \frac{5}{6}} [30]$$

Finalmente, temos $60 \cdot 5/4 = 75$.

$$[75] \xrightarrow{\cdot \frac{4}{5}} [60] \xrightarrow{-3} [57] \xrightarrow{\cdot \frac{2}{3}} [38] \xrightarrow{-2} [36] \xrightarrow{\cdot \frac{5}{6}} [30]$$

Resposta: C

LÓGICA DEDUTIVA, ARGUMENTATIVA E QUANTITATIVA

LÓGICA DE ARGUMENTAÇÃO

A retórica é um conjunto de técnicas para persuadir através do discurso ou o estudo e a prática da argumentação.

O conjunto de técnicas implica em conhecimentos teóricos e práticas para atingir um objetivo.

A retórica se refere às técnicas que permitem persuadir ou convencer através do discurso, que tem como intuito, convencer unicamente através do uso da palavra.

A obra Retórica, de Aristóteles contém as bases do raciocínio retórico como argumentativo. De acordo com Aristóteles, a retórica parece ser capaz de descobrir os meios de persuasão relativos a cada assunto.

A retórica, defende Aristóteles, é aplicável a qualquer assunto, apesar de não ter um objeto determinado, exerce-se num âmbito muito definido, o âmbito do discurso feito em público com fins persuasivos.

Aristóteles distingue três espécies de discurso público:

- O discurso deliberativo ou político, que decorre numa assembleia ou conselho e visa mostrar a vantagem ou desvantagem de uma ação, é exortativo;
- O discurso judicial ou forense, que decorre perante um tribunal e visa mostrar a justiça ou injustiça do que foi feito, é de acusação ou de defesa;
- E o discurso demonstrativo, que se destina a louvar ou a censurar uma pessoa ou coisa, mostrando a virtude ou defeito.

A Retórica é, para Aristóteles, uma arte que o orador pode aperfeiçoar. Para isso, dispõe de meios de persuasão, técnicos e determina-se a partir de três domínios distintos e constituem-se igualmente em três tipos de estratégias argumentativas.

São elas:

- **O ethos:** que remete para o carácter do orador;
- **O pathos:** que implica o estado emocional do auditório despertado pelo orador;
- **O logos [argumento]:** que assenta na própria argumentação.

Citamos os três tipos para satisfazer a curiosidade e trazer mais erudição ao texto, mas o que interessa para os concursos relacionados ao ensino médio, é o caso 3.

No caso 1 obtém-se a persuasão quando o próprio discurso e a notoriedade causam, nos ouvintes, a impressão de que o orador é digno de confiança. Para inspirar confiança, o orador deve mostrar inteligência e racionalidade, um carácter virtuoso, disposição e gostar do que está fazendo.

No caso 2 obtém-se a persuasão quando o próprio discurso suscita nos ouvintes sensação receptiva.

No caso 3 obtém-se a persuasão por meio de argumentos verdadeiros ou prováveis que levam os ouvintes e/ou leitores, a acreditar que a perspectiva do comunicador é correta. Uma estratégia centrada no logos (os argumentos e a sua apresentação) é dirigida à racionalidade do auditório.

Nesse caso a retórica é a ferramenta para o uso de argumentos lógicos no sentido de convencer pela verdade ou tautologia das premissas e conclusões em várias etapas. Se houver má intenção, pode-se usar argumentos falaciosos (explicado à frente).

► Analogias

É uma característica do gênero humano observar objetos e compará-los, é esse o modo de aprendizagem mais simples. Observa-se e se busca algo semelhante na memória, se não encontra, ocorre um novo aprendizado. A ciência evoluiu buscando modelos para representar a realidade, lembre-se de modelos atômicos. Nem sempre os modelos representam bem a

LEGISLAÇÃO DO SUS

CONSTITUIÇÃO FEDERAL DE 1988, ESPECIALMENTE ARTS. 196 A 200

SEÇÃO II DA SAÚDE

Art. 196. A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação.

Art. 197. São de relevância pública as ações e serviços de saúde, cabendo ao Poder Público dispor, nos termos da lei, sobre sua regulamentação, fiscalização e controle, devendo sua execução ser feita diretamente ou através de terceiros e, também, por pessoa física ou jurídica de direito privado.

Art. 198. As ações e serviços públicos de saúde integram uma rede regionalizada e hierarquizada e constituem um sistema único, organizado de acordo com as seguintes diretrizes: (Vide ADPF 672)

I - descentralização, com direção única em cada esfera de governo;

II - atendimento integral, com prioridade para as atividades preventivas, sem prejuízo dos serviços assistenciais;

III - participação da comunidade.

§ 1º O sistema único de saúde será financiado, nos termos do art. 195, com recursos do orçamento da seguridade social, da União, dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios, além de outras fontes. (Parágrafo único renumerado para § 1º pela Emenda Constitucional nº 29, de 2000)

§ 2º A União, os Estados, o Distrito Federal e os Municípios aplicarão, anualmente, em ações e serviços públicos de saúde recursos mínimos derivados da aplicação de percentuais calculados sobre: (Incluído pela Emenda Constitucional nº 29, de 2000)

I - no caso da União, a receita corrente líquida do respectivo exercício financeiro, não podendo ser inferior a 15% (quinze por cento); (Redação dada pela Emenda Constitucional nº 86, de 2015)

II - no caso dos Estados e do Distrito Federal, o produto da arrecadação dos impostos a que se referem os arts. 155 e 156-A e dos recursos de que tratam os arts. 157 e 159, I, "a", e II, deduzidas as parcelas que forem transferidas aos respectivos Municípios; (Redação dada pela Emenda Constitucional nº 132, de 2023)

III - no caso dos Municípios e do Distrito Federal, o produto da arrecadação dos impostos a que se referem os arts. 156 e 156-A e dos recursos de que tratam os arts. 158 e 159, I, "b", e § 3º. (Redação dada pela Emenda Constitucional nº 132, de 2023)

§ 3º Lei complementar, que será reavaliada pelo menos a cada cinco anos, estabelecerá: (Incluído pela Emenda Constitucional nº 29, de 2000) Regulamento

I - os percentuais de que tratam os incisos II e III do § 2º; (Redação dada pela Emenda Constitucional nº 86, de 2015)

II - os critérios de rateio dos recursos da União vinculados à saúde destinados aos Estados, ao Distrito Federal e aos Municípios, e dos Estados destinados a seus respectivos Municípios, objetivando a progressiva redução das disparidades regionais; (Incluído pela Emenda Constitucional nº 29, de 2000)

III - as normas de fiscalização, avaliação e controle das despesas com saúde nas esferas federal, estadual, distrital e municipal; (Incluído pela Emenda Constitucional nº 29, de 2000)

IV - (revogado). (Redação dada pela Emenda Constitucional nº 86, de 2015)

§ 4º Os gestores locais do sistema único de saúde poderão admitir agentes comunitários de saúde e agentes de combate às endemias por meio de processo seletivo público, de acordo com a natureza e complexidade de suas atribuições e requisitos específicos para sua atuação. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 51, de 2006)

§ 5º Lei federal disporá sobre o regime jurídico, o piso salarial profissional nacional, as diretrizes para os Planos de Carreira e a regulamentação das atividades de agente comunitário de saúde e agente de combate às endemias, competindo à União, nos termos da lei, prestar assistência financeira complementar aos Estados, ao Distrito Federal e aos Municípios, para o cumprimento do referido piso salarial. (Redação dada pela Emenda Constitucional nº 63, de 2010) Regulamento

§ 6º Além das hipóteses previstas no § 1º do art. 41 e no § 4º do art. 169 da Constituição Federal, o servidor que exerça funções equivalentes às de agente comunitário de saúde ou de agente de combate às endemias poderá perder o cargo em caso de descumprimento dos requisitos específicos, fixados em lei, para o seu exercício. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 51, de 2006)

§ 7º O vencimento dos agentes comunitários de saúde e dos agentes de combate às endemias fica sob responsabilidade da União, e cabe aos Estados, ao Distrito Federal e aos Municípios estabelecer, além de outros consectários e vantagens, incentivos, auxílios, gratificações e indenizações, a fim de valorizar o trabalho desses profissionais. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 120, de 2022)

§ 8º Os recursos destinados ao pagamento do vencimento dos agentes comunitários de saúde e dos agentes de combate às endemias serão consignados no orçamento geral da União com dotação própria e exclusiva. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 120, de 2022)

AMOSTRA

§ 9º O vencimento dos agentes comunitários de saúde e dos agentes de combate às endemias não será inferior a 2 (dois) salários mínimos, repassados pela União aos Municípios, aos Estados e ao Distrito Federal. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 120, de 2022)

§ 10. Os agentes comunitários de saúde e os agentes de combate às endemias terão também, em razão dos riscos inerentes às funções desempenhadas, aposentadoria especial e, somado aos seus vencimentos, adicional de insalubridade. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 120, de 2022)

§ 11. Os recursos financeiros repassados pela União aos Estados, ao Distrito Federal e aos Municípios para pagamento do vencimento ou de qualquer outra vantagem dos agentes comunitários de saúde e dos agentes de combate às endemias não serão objeto de inclusão no cálculo para fins do limite de despesa com pessoal. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 120, de 2022)

§ 12. Lei federal instituirá pisos salariais profissionais nacionais para o enfermeiro, o técnico de enfermagem, o auxiliar de enfermagem e a parteira, a serem observados por pessoas jurídicas de direito público e de direito privado. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 124, de 2022)

§ 13. A União, os Estados, o Distrito Federal e os Municípios, até o final do exercício financeiro em que for publicada a lei de que trata o § 12 deste artigo, adequarão a remuneração dos cargos ou dos respectivos planos de carreiras, quando houver, de modo a atender aos pisos estabelecidos para cada categoria profissional. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 124, de 2022)

§ 14. Compete à União, nos termos da lei, prestar assistência financeira complementar aos Estados, ao Distrito Federal e aos Municípios e às entidades filantrópicas, bem como aos prestadores de serviços contratualizados que atendam, no mínimo, 60% (sessenta por cento) de seus pacientes pelo sistema único de saúde, para o cumprimento dos pisos salariais de que trata o § 12 deste artigo. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 127, de 2022)

§ 15. Os recursos federais destinados aos pagamentos da assistência financeira complementar aos Estados, ao Distrito Federal e aos Municípios e às entidades filantrópicas, bem como aos prestadores de serviços contratualizados que atendam, no mínimo, 60% (sessenta por cento) de seus pacientes pelo sistema único de saúde, para o cumprimento dos pisos salariais de que trata o § 12 deste artigo serão consignados no orçamento geral da União com dotação própria e exclusiva. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 127, de 2022)

Art. 199. A assistência à saúde é livre à iniciativa privada.

§ 1º As instituições privadas poderão participar de forma complementar do sistema único de saúde, segundo diretrizes deste, mediante contrato de direito público ou convênio, tendo preferência as entidades filantrópicas e as sem fins lucrativos.

§ 2º É vedada a destinação de recursos públicos para auxílios ou subvenções às instituições privadas com fins lucrativos.

§ 3º É vedada a participação direta ou indireta de empresas ou capitais estrangeiros na assistência à saúde no País, salvo nos casos previstos em lei.

§ 4º A lei disporá sobre as condições e os requisitos que facilitem a remoção de órgãos, tecidos e substâncias humanas para fins de transplante, pesquisa e tratamento, bem como a coleta, processamento e transfusão de sangue e seus derivados, sendo vedado todo tipo de comercialização.

Art. 200. Ao sistema único de saúde compete, além de outras atribuições, nos termos da lei:

I - controlar e fiscalizar procedimentos, produtos e substâncias de interesse para a saúde e participar da produção de medicamentos, equipamentos, imunobiológicos, hemoderivados e outros insumos;

II - executar as ações de vigilância sanitária e epidemiológica, bem como as de saúde do trabalhador;

III - ordenar a formação de recursos humanos na área de saúde;

IV - participar da formulação da política e da execução das ações de saneamento básico;

V - incrementar, em sua área de atuação, o desenvolvimento científico e tecnológico e a inovação; (Redação dada pela Emenda Constitucional nº 85, de 2015)

VI - fiscalizar e inspecionar alimentos, compreendido o controle de seu teor nutricional, bem como bebidas e águas para consumo humano;

VII - participar do controle e fiscalização da produção, transporte, guarda e utilização de substâncias e produtos psicoativos, tóxicos e radioativos;

VIII - colaborar na proteção do meio ambiente, nele compreendido o do trabalho.

LEI Nº 8.080/1990

LEI Nº 8.080, DE 19 DE SETEMBRO DE 1990.

Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências.

O PRESIDENTE DA REPÚBLICA, faço saber que o Congresso Nacional decreta e eu sanciono a seguinte lei:

DISPOSIÇÃO PRELIMINAR

Art. 1º Esta lei regula, em todo o território nacional, as ações e serviços de saúde, executados isolada ou conjuntamente, em caráter permanente ou eventual, por pessoas naturais ou jurídicas de direito Público ou privado.

TÍTULO I DAS DISPOSIÇÕES GERAIS

Art. 2º A saúde é um direito fundamental do ser humano, devendo o Estado prover as condições indispensáveis ao seu pleno exercício.

§ 1º O dever do Estado de garantir a saúde consiste na formulação e execução de políticas econômicas e sociais que visem à redução de riscos de doenças e de outros agravos e no estabelecimento de condições que assegurem acesso universal e igualitário às ações e aos serviços para a sua promoção, proteção e recuperação.

§ 2º O dever do Estado não exclui o das pessoas, da família, das empresas e da sociedade.

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

NUTRIÇÃO E DIETÉTICA

A nutrição e a dietética são duas disciplinas intimamente relacionadas que se concentram na alimentação, na saúde e no bem-estar das pessoas. Embora frequentemente se sobreponham, essas áreas têm abordagens diferentes, como:

► Nutrição

A nutrição é o estudo dos nutrientes, substâncias químicas presentes nos alimentos que são essenciais para o crescimento, o desenvolvimento, a manutenção da saúde e a prevenção de doenças em seres humanos e animais. A nutrição examina os nutrientes individuais, como carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas e minerais, e como eles são absorvidos, metabolizados e utilizados pelo corpo.

Os nutricionistas são profissionais de saúde que se especializam em nutrição. Avaliam a ingestão alimentar de indivíduos, oferecem orientação sobre escolhas alimentares saudáveis, desenvolvem planos de alimentação personalizados, e trabalham com pessoas que têm necessidades dietéticas específicas devido a condições médicas, alergias alimentares ou objetivos de saúde, como perda de peso, ganho de massa muscular, gestação, entre outros.

A nutrição também está envolvida na pesquisa de hábitos alimentares, na identificação de deficiências nutricionais e na promoção de práticas alimentares saudáveis para prevenir doenças crônicas, como diabetes, doenças cardiovasculares e obesidade.

► Dietética

A dietética é uma subárea da nutrição que se concentra na aplicação prática dos princípios da nutrição, se baseando nas necessidades nutricionais de indivíduos ou grupos, considerando as preferências alimentares, restrições dietéticas, necessidades de saúde e objetivos do paciente ao criar planos de alimentação, ajudando a tratar condições médicas específicas por meio de dietas terapêuticas, como para diabetes, doença celíaca ou alergias alimentares.

Então, enquanto a nutrição é a ciência que estuda os nutrientes e seu impacto na saúde, a dietética é a aplicação prática desse conhecimento para criar planos de alimentação personalizados e promover a saúde e o bem-estar das pessoas. Ambas as áreas desempenham um papel fundamental na promoção de uma alimentação saudável e na prevenção e tratamento de doenças relacionadas à dieta.

► Recomendações nutricionais

As recomendações nutricionais são diretrizes que indicam a ingestão adequada de nutrientes para manter uma boa saúde e prevenir doenças relacionadas à dieta. Essas diretrizes são

desenvolvidas por autoridades de saúde e nutrição com base em pesquisas científicas e podem variar de país para país. As recomendações nutricionais são uma ferramenta importante para orientar as escolhas alimentares e promover uma alimentação saudável. Aqui estão alguns dos principais componentes das recomendações nutricionais:

- **Ingestão Calórica:** recomenda-se um consumo de calorias que atenda às necessidades individuais com base em fatores como idade, sexo, nível de atividade e objetivo de peso (manutenção, perda de peso ou ganho de peso).

Macronutrientes

Proteínas: a recomendação geral varia, mas uma ingestão de cerca de 10-35% das calorias totais é comum.

Carboidratos: De 45-65% das calorias totais devem vir de carboidratos.

Gorduras: 20-35% das calorias totais podem ser provenientes de gorduras, com ênfase em gorduras insaturadas.

- **Fibras:** a recomendação de ingestão de fibras varia, mas é geralmente recomendado consumir uma quantidade adequada para manter a saúde digestiva.

- **Açúcares:** limitar a ingestão de açúcares adicionados é uma recomendação comum, geralmente não excedendo 10% das calorias totais.

- **Sódio:** as recomendações geralmente sugerem limitar a ingestão de sódio para evitar problemas de saúde, como hipertensão.

- **Vitaminas e Minerais:** as recomendações para vitaminas e minerais variam com base na idade, sexo e outras variáveis. Por exemplo, a ingestão de cálcio é importante para a saúde óssea, enquanto o consumo de ferro é fundamental para prevenir a anemia.

- **Grupos de Alimentos:** as recomendações frequentemente incluem diretrizes sobre os grupos de alimentos, incentivando o consumo de frutas, vegetais, grãos integrais, proteínas magras e laticínios com baixo teor de gordura.

- **Hidratação:** a importância da hidratação adequada é frequentemente destacada, com recomendações para beber água regularmente.

- **Tamanho das Porções:** as recomendações podem incluir diretrizes sobre o tamanho das porções para evitar o excesso de consumo de calorias.

- **Prevenção de Doenças:** algumas recomendações também destacam a importância de escolhas alimentares saudáveis na prevenção de doenças crônicas, como doenças cardiovasculares e diabetes.



AMOSTRA

É importante observar que as recomendações nutricionais podem variar de acordo com as necessidades individuais e condições médicas. Além disso, elas podem ser revisadas e atualizadas à medida que novas pesquisas emergem.

NUTRIÇÃO CLÍNICA

A nutrição clínica, é a área que atende diversas enfermidades acometidas nos indivíduos, ela busca prevenir e tratar através de orientações e planos alimentares, com base em uma alimentação mais saudável.

O profissional capacitado para atendimento clínico/ambulatorial ou hospitalar, é o NUTRICIONISTA.

A área de nutrição clínica, pode proporcionar assistência nutricional e dietoterápica em hospital, ambulatório e domicílio, abrangendo as seguintes subáreas: terapia renal substitutiva, ILPI – instituto de longa permanência para idosos, ambulatórios e consultórios, bancos de leite humano e postos de coleta, lactários, centros de terapia nutricional, atenção domiciliar e personal diet.

Tratamento Nutricional Clínico

O tratamento nutricional clínico consiste em:

- Avaliar o estado nutricional do paciente;
- Determinar o diagnóstico nutricional;
- Elaborar plano de ação;
- Calcular dieta individualizada, adequando os nutrientes;
- Trabalhar orientações e educação nutricional;
- Reavaliar as ações e estratégias, colaborando da eficácia da mudança alimentar e comportamental.

Avaliação Nutricional

A avaliação nutricional é composta por algumas etapas, que busca identificar a condição geral do paciente auxiliando na determinação do diagnóstico.

- Avaliação clínica e social: entrevista conduzida pelo nutricionista para conhecer o paciente, sua condição socioeconômica e de saúde atual;
- Avaliação do consumo alimentar: aplicação de avaliações e inquéritos para levantamento da dieta habitual do paciente.

Neste caso, aplica-se, recordatório alimentar de 24 horas, levantamento de alergias, intolerâncias e preferências alimentares, questionário de frequência alimentar, histórico alimentar ou dietético e diário alimentar.

- Avaliação da antropometria: avaliação de medidas corporais como, peso, altura, IMC (índice de massa corporal), pregas cutâneas (tríceps, bíceps, subescapular, suprailíaca), circunferências (cintura, quadril, braço), RCQ – relação cintura quadril e/ou bioimpedância elétrica.
- Avaliação dos exames laboratoriais: exame de sangue, usual como indicador bioquímico de doenças como: dislipidemias, diabetes, desnutrição, hidratação, anemias e carências.

- Exame físico nutricional: é uma avaliação dos sinais físicos de deficiência de nutriente. Nesta avaliação observamos, perda de peso rápida, pele, cabelo, unhas, olhos, edemas, boca e outros.

Outra forma de avaliação, é a Avaliação Subjetiva Global, utilizada para pacientes cirúrgicos ou não, é um método que apresenta um questionário sobre história clínica e exame físico.

Necessidades Nutricionais

Podemos calcular as necessidades nutricionais dos indivíduos após o diagnóstico nutricional usando as seguintes fórmulas:

$$\text{VET (valor energético total)} = \text{Peso} \times \text{Kcal}$$

CONDIÇÃO CLÍNICA	KCAL/KG/DIA
Perda de Peso	20 a 25
Manter Peso	25 a 30
Ganhar peso	30 a 35

Para necessidade e distribuição de macronutrientes, segundo a ingestão dia (DRI):

MACRONUTRIENTE	QUANTIDADE USUAL
Carboidrato	45 a 65%
Proteína	10 a 35%
Lipídios	20 a 35 %

Para necessidade de ingestão hídrica, em pessoas adultas é por volta de 35ml/kg/dia.

Exemplo: um homem de 80kg, deve ingerir 2.800 litros por dia. (80kg x 35ml = 2.800ml/kg/dia).

ALIMENTAÇÃO COLETIVA

ALIMENTAÇÃO COLETIVA: CONCEITO, OBJETIVOS E CAMPO DE ATUAÇÃO

► Conceito de alimentação coletiva

Definição e finalidade

A alimentação coletiva é a área responsável pelo planejamento, produção, distribuição e controle de refeições destinadas a grupos de pessoas em ambientes institucionais, sociais, empresariais, educacionais, hospitalares ou assistenciais. Diferentemente da alimentação realizada no âmbito doméstico, ela envolve uma produção organizada em maior escala, com necessidade de padronização, controle de qualidade, segurança sanitária, adequação nutricional e gestão eficiente de recursos.



GOSTOU DESSE MATERIAL?

Imagine o impacto da versão **COMPLETA** na sua preparação. É o passo que faltava para garantir aprovação e conquistar sua estabilidade. Ative já seu **DESCONTO ESPECIAL!**

EU QUERO SER APROVADO!

