



Processo Seletivo
Residência Multiprofissional e em
Área Profissional em Saúde 2014

CADERNO DE PROVA

Dia: 02 de fevereiro de 2014

Prova : **18-Educador Fisico - Residencia Multiprofissional em Saude do Idoso**

Leia com atenção:

01. Só abra este caderno após ler todas as instruções e, quando for autorizado pelos fiscais de sala.
02. Confira seus dados pessoais no quadro abaixo.
03. A prova terá duração de 3 horas; O(a) candidato(a) só poderá ausentar-se da prova após transcorridas 1h30.
04. Autorizado o início, verifique se este caderno contém 40 questões e se a prova condiz com a opção escolhida.
05. Todas as questões desta prova são de múltipla escolha, apresentando como resposta uma alternativa correta.
06. Assinale a resposta de cada questão no corpo da prova e, só depois, transfira os resultados para a Folha de Respostas.
07. Confira, na sua Folha de Respostas, todos os seus dados impressos.
08. Para marcar a Folha de Respostas, utilize caneta esferográfica de cor azul ou preta. A marcação é definitiva, não admitindo rasuras e, em nenhuma hipótese, ela será substituída.
09. Não risque, não amasse, não dobre e não suje a Folha de Respostas, pois isso poderá prejudicá-lo(a).
10. Não será permitido ao candidato(a) levar consigo a prova, a mesma deve ser entregue juntamente com a Folha de Respostas aos fiscais de sala.
11. Os fiscais não estão autorizados a emitir opinião, nem a prestar esclarecimentos sobre o conteúdo da prova. Cabe única e exclusiva mente ao candidato interpretar e decidir.
12. A comissão do Processo Seletivo da Residência Multiprofissional e em Área Profissional em Saúde do IMIP, deseja a todos uma boa prova.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

⇒ As questões 1 a 20 são referentes a prova Específica de SAÚDE COLETIVA.

1. Quais dos sistemas de informações abaixo podem ser utilizados pelas equipes de saúde para monitoramento de crianças de baixo peso?

- A. SIAB e SIA
- B. SIAB e SIM
- C. SIM e SIA
- D. SIAB e SISVAN
- E. SIM e SINAN

2. Qual das opções abaixo não se constitui um dos atributos da atenção primária a saúde?

- A. Longitudinalidade
- B. Integralidade
- C. Coordenação do cuidado
- D. Orientação familiar e comunitária
- E. Fragmentação da assistência

3. O momento do planejamento onde são estabelecidas as conexões entre as causas e consequências dos problemas abordados é:

- A. Momento situacional
- B. Momento normativo
- C. Momento explicativo
- D. Momento estratégico
- E. Nenhuma das respostas anteriores

4. Qual o instrumento de gestão que vem sendo utilizado para monitoramento do desempenho do sistema dos serviços de saúde:

- A. Pacto da atenção básica
- B. Programação pactuada integrada
- C. Indicadores da atenção básica
- D. Pacto de Gestão
- E. Nenhuma das respostas anteriores

5. A Promoção da Saúde tem como um de seus componentes a Educação em Saúde. São ações de Promoção da Saúde, EXCETO:

- A. Reunião com grupos de hipertensos e diabéticos.
- B. Orientação sexual para adolescentes nas escolas.
- C. Vacinação de contactantes de caso de sarampo.
- D. Orientação à gestante quanto à amamentação.
- E. Orientação de atividade física na Academia da Cidade.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

6. “Processo de capacitação dos indivíduos e comunidades para assumirem um maior controle sobre os fatores pessoais, socioeconômicos e ambientais que afetam a saúde, tornando-os aptos a analisarem sua realidade, de modo a propor alternativas que melhorem sua vida dentro do contexto e o ambiente onde eles vivem, de modo a controlar riscos e danos a sua saúde”.

Podemos afirmar que a definição anterior retrata qual princípio da promoção de saúde:

- A. Intersetorialidade
- B. Educação em saúde
- C. Empoderamento
- D. Reorientação dos serviços de saúde
- E. Participação social

7. No modelo de vigilância à saúde, a razão dos óbitos registrados no Sistema de Informação de Mortalidade (SIM) e no Sistema de informação da Atenção Básica (SIAB), em um município com 100% de cobertura da Estratégia Saúde da Família, deve ser igual a:

- A. 1
- B. >1
- C. <1
- D. 0
- E. Nenhuma das respostas anteriores.

8. Relacione a coluna abaixo com as definições que se completam:

- 1. Controle Social
- 2. Equidade
- 3. Integralidade
- 4. Acolhimento
- 5. Intersetorialidade

() Ações de promoção, prevenção e recuperação da saúde, bem como ações de vigilância epidemiológica, sanitária e ambiental.

() Ações comunicacionais, ato de receber e ouvir a população que procura os serviços de saúde, dando respostas adequadas a cada demanda, em todo o percurso da busca (recepção, clínica, encaminhamento externo, retorno, remarcação e alta).

() Participação dos usuários na gestão do SUS. Seus fóruns oficiais são as Conferências e os Conselhos de Saúde.

() Um maior valor de financiamento das ações assistenciais para os municípios de menor IDH.

() Articular vários setores da sociedade em prol da melhoria da saúde da população.

Marque a alternativa **CORRETA**:

- A. 1;2;3;4;5 B. 5;3;1;4;2 C. 3;4;1;2;5 D. 4;3;1;2;5 E. 2;3;4;5;1



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

9. Em relação ao Sistema Único de Saúde (SUS) NÃO é correto afirmar:

- A. Tem como legislação básica as Leis 8.080 e 8.142 de 1990.
- B. O controle social consta como um dos seus princípios e diretrizes.
- C. Seus recursos financeiros têm fontes diversas e são depositados em conta especial (Fundos de Saúde), em cada esfera de atuação, e movimentados sob fiscalização dos respectivos Conselhos de Saúde.
- D. Exclui a participação da iniciativa privada mesmo quando os serviços públicos são insuficientes para garantir a cobertura assistencial à população.
- E. Executa ações e serviços de acesso universal, igualitário e gratuito

10. O objetivo da Emenda Constitucional nº 29 foi:

- A. Regularizar a descentralização da gestão da Atenção Primária à Saúde;
- B. Aprovar o Pacto pela Saúde;
- C. Assegurar o financiamento das ações e serviços públicos de saúde;
- D. Regularizar a regionalização da assistência à saúde;
- E. Fortalecer o Programa de Agentes Comunitários de Saúde no Nordeste.

11. Dentre as ações desenvolvidas pelas equipes da Estratégia Saúde da Família, relativas ao controle da tuberculose, NÃO SE APLICA:

- A. Solicitar pesquisa de BK no escarro;
- B. Buscar os sintomáticos respiratórios;
- C. Referenciar todos os casos diagnosticados de tuberculose para o serviço de referência especializado;
- D. Notificar todos os casos à Secretaria Municipal de Saúde
- E. Realizar tratamento supervisionado.

12. NÃO se considera um dos princípios organizativos do SUS:

- A. Participação social
- B. Centralização
- C. Comando único
- D. Regionalização
- E. Hierarquização

13. São medidas de prevenção terciária, EXCETO:

- A. Próteses e órteses
- B. Fisioterapia
- C. Reabilitação
- D. Terapia Ocupacional
- E. Evitar sequelas



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

14. A definição de território utilizada no processo de organização local da Estratégia Saúde da Família deve ser compreendida como:

- A. Um espaço onde encontramos os três níveis de atenção à saúde.
- B. Um espaço dinâmico, “vivo”, em processo de construção e reconstrução.
- C. Uma área com indicadores epidemiológicos homogêneos.
- D. Uma área delimitada por características geográficas marcantes.
- E. Nenhuma das respostas anteriores.

15. Sobre as características do processo de trabalho das equipes da Estratégia Saúde da Família, assinale “C” nas alternativas corretas e “E” nas erradas e em seguida assinale a alternativa correta.

- () I. Promover à assistência resolutiva à demanda espontânea e o primeiro atendimento as urgências por meio do acolhimento com escuta qualificada.
- () II. Planejar ações que promovam assistência apenas aos grupos de risco.
- () III. Responsabilização sanitária para com os indivíduos / famílias de um determinado território definido.
- () IV. Realizar planejamento em saúde sem possibilidades para readequações.
- () V. Promover uma atenção integral, contínua e organizada.

Estão CORRETAS apenas:

- A. II, IV, V
- B. I, III, IV, V
- C. I, III, V
- D. III, IV, V
- E. Nenhuma das respostas anteriores.

16. Segundo a OPAS (2005), os componentes que caracterizam um Sistema de Saúde baseado na Atenção Primária à Saúde (APS) são:

- () Acesso e cobertura universal; atenção integral e integrada; ênfase na prevenção e na promoção; orientação familiar e comunitária; organização da gestão otimizadas.
- () Intersetorialidade; participação; sustentabilidade; solidariedade e enfoque na doença.
- () Acesso universal; territorialização; cadastramento individual; políticas e programas centralizadoras.
- () Políticas e Programas que estimulem a equidade; primeiro contato; recursos humanos adequados; sustentáveis e ações intersetoriais com enfoques comunitários.

Assinale a alternativa CORRETA:

- A. V, V, F, F
- B. F, V, V, F
- C. V, F, V, F
- D. V, F, F, V
- E. Nenhuma das respostas anteriores.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

17. Constituem antecedentes históricos da Saúde Coletiva, EXCETO:

- A. Medicina Social.
- B. Medicina Preventiva.
- C. Medicina Baseada em Evidências.
- D. Polícia Médica na Alemanha, Medicina Urbana na França e Medicina da força de trabalho na Inglaterra.
- E. Movimento da Reforma Sanitária no Brasil

18. A frequência de casos novos de uma determinada doença, ou problema de saúde, oriundos de uma população sob risco de adoecimento, ao longo de um determinado período de tempo, denomina-se:

- A. Morbidade.
- B. Incidência.
- C. Letalidade.
- D. Prevalência.
- E. Transmissibilidade.

19. O Pacto pela Vida (2006) é o compromisso entre os gestores do Sistema Único de Saúde em torno de prioridades que apresentam impacto sobre a situação de saúde da população brasileira. Estão entre as prioridades pactuadas, EXCETO:

- A. Saúde do idoso.
- B. Controle do câncer do colo de útero e da mama.
- C. Fortalecimento da atenção básica.
- D. Promoção da saúde.
- E. Redução da mortalidade por acidentes de trânsito.

20. Considerando que as Redes de Atenção à Saúde (RAS) são arranjos organizativos de ações e serviços de saúde que buscam garantir a integralidade do cuidado (MS/ 2010). Assinale a alternativa ERRADA:

- A. A Rede Cegonha é uma rede de cuidados que assegura as mulheres uma atenção humanizada à gravidez, às crianças um nascimento seguro e aos homens o acesso às unidades de saúde no terceiro turno.
- B. São diretrizes da Rede de Atenção Psicossocial a ênfase em serviços de base territorial e comunitária, diversificando as estratégias de cuidado, com participação e controle social dos usuários e de seus familiares.
- C. São consideradas redes prioritárias pelo Ministério da Saúde: Rede Cegonha, Rede de Atenção às Urgências e Emergências e a Rede de Atenção Psicossocial.
- D. São componentes e interface da Rede de Urgência e Emergências (RUE): SAMU 192, Atenção Domiciliar e leitos de retaguarda.
- E. A Rede de Cuidados à Pessoa com Deficiência tem como um de seus objetivos desenvolver ações de prevenção de deficiências na infância e vida adulta.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

⇒ As questões 21 a 40 são referentes a prova Específica de Educação Física.

21. Os profissionais de Educação Física foram reconhecidos pelo Conselho Nacional de Saúde em sua Resolução nº 218/1997 como profissionais de saúde. A Política Nacional de Promoção da Saúde, (Brasil 2006) define que:

I – o profissional de Educação Física pode atuar como autônomo e em instituições e órgãos públicos e privados de prestação de serviços que envolvam a atividade física ou o exercício físico;

II – ele só poderá atuar nos níveis de intervenção primária e secundária. No nível de intervenção terciária, as atividades físicas devem ficar restritas a ação de fisioterapeutas e outros profissionais de saúde com a necessária competência;

III – este profissional atuará avaliando o estado funcional e morfológico dos beneficiários, estratificando e diagnosticando fatores de risco à saúde, prescrevendo, orientando e acompanhando exercícios físicos;

IV – ele pode intervir no Programa Saúde a Família (PSF), tanto para orientar sobre a importância de hábitos de vida ativa, quanto para promover e estimular a adoção de um estilo de vida ativo.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta **CORRETA**:

- a) Apenas as assertivas I e II são verdadeiras.
- b) Apenas as assertivas III e IV são verdadeiras.
- c) Apenas as assertivas I, III e IV são verdadeiras.
- d) Apenas as assertivas I, II e III são verdadeiras.
- e) Todas as assertivas são falsas.

22. A Política Nacional de Promoção da Saúde, (Brasil 2006) conceitua as Práticas Corporais (atividades físicas) como expressões individuais e coletivas do movimento corporal advindo do conhecimento e da experiência em torno de:

- a) Jogo, dança, esporte, luta e ginástica, incluindo caminhadas, práticas lúdicas e terapêuticas;
- b) Jogo, dança, esporte, luta e ginástica, excluindo caminhadas, práticas lúdicas e terapêuticas;
- c) Apenas caminhadas, práticas lúdicas e terapêuticas;
- d) Jogo, dança, esporte e ginástica, excluindo luta
- e) Nenhuma das opções acima está correta.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA

FEVEREIRO/2014

23. Dentro do escopo de apoiar a Estratégia de Saúde da Família (ESF) na rede de serviços do SUS, o Ministério da Saúde criou os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), mediante a Portaria GM nº 154, de 24 de janeiro de 2008. Sobre o NASF, pode-se afirmar que:

- I - Deve ser constituído por uma equipe de profissionais de saúde de formação superior de diferentes áreas de conhecimento que atuam em conjunto com os profissionais das equipes de Saúde da Família;
- II - Existem duas modalidades: NASF 1 e NASF 2, porém, o profissional de educação física só pode participar da primeira;
- III - A definição dos profissionais que comporão uma dada equipe é de responsabilidade do gestor municipal.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas as assertivas I e II são verdadeiras.
- b) Apenas as assertivas II e III são verdadeiras.
- c) Apenas as assertivas I e III são verdadeiras.
- d) Apenas a assertiva I é verdadeira.
- e) Nenhuma das assertivas estão corretas.

24. Nas últimas décadas, o enfoque das publicações acerca da atividade física durante a gestação sofreu importantes modificações. A principal mudança ocorreu em relação à intensidade e ao volume, que eram prescritos generalizadamente, sem considerar o histórico de envolvimento da gestante com exercícios físicos ou esportes.

Em linhas gerais, as gestantes previamente sedentárias e não complicadas devem:

- I – Iniciar sua programação com exercícios aeróbios durante 15 minutos, três vezes por semana, aumentando gradativamente até 30 minutos, quatro vezes por semana;
- II – A intensidade deve ser monitorada, utilizando-se uma combinação de frequência cardíaca (zona-alvo modificada) e percepção subjetiva de esforço (Escala de Borg);
- III – O começo do primeiro trimestre é tido como o melhor momento para se iniciar um programa de exercícios físicos;
- IV – Além disso, é sugerida a complementação com exercícios de condicionamento muscular, com as devidas adaptações ao longo do desenvolvimento fetal.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas as assertivas I, II e IV são verdadeiras.
- b) Apenas as assertivas I, II e III são verdadeiras.
- c) Apenas as assertivas I e III são verdadeiras.
- d) Todas as assertivas são verdadeiras.
- e) Nenhuma das assertivas é verdadeira.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

25. O período correspondente à idade pré-escolar, compreendido entre 2 e 5 anos, representa uma fase crítica, durante a qual a conduta das crianças em relação à prática de atividades físicas e à exposição a comportamentos sedentários é estabelecida. Segundo a Associação Nacional de Esportes e Educação Física, dos Estados Unidos, toda criança em idade pré-escolar:

- I – Deve acumular, no mínimo, 60 minutos de atividades físicas estruturadas por dia;
- II – Deve realizar de uma a várias horas de atividade física não estruturada por dia;
- III – Deve ser estimulada a desenvolver habilidades necessárias à realização de tarefas motoras mais complexas;
- IV – Não deve ser exposta a uma atividade sedentária por mais de 60 minutos em uma mesma ocasião, exceto quando dormindo;

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas as assertivas I, II e IV são verdadeiras.
- b) Apenas as assertivas I, II e III são verdadeiras.
- c) Apenas a assertiva IV é verdadeira.
- d) Todas as assertivas são verdadeiras.
- e) Nenhuma das assertivas é verdadeira.

26. O processo de envelhecimento está associado com reduções na capacidade fisiológica que contribuem para declínios no desempenho funcional. Esses declínios levam, sucessivamente, à fragilidade e, finalmente, à dependência. Pelo fato de a função compreender tantos elementos, a sua mensuração é um dos maiores desafios na clínica gerontológica. Na falta de uma maneira padrão para medir a função, muitos pesquisadores adotam o “Espectro de Mensuração Funcional” baseado na proposição de Nagi (1965). Os três domínios que compõem esse espectro são: capacidade fisiológica; capacidade funcional e estado funcional.

Qual das opções abaixo trás uma sequência de indicadores de cada um dos três domínios?

- a) Força – velocidade de condução nervosa – AVD;
- b) Capacidade aeróbia – velocidade de marcha – força;
- c) Força – Equilíbrio – AVD;
- d) Equilíbrio – velocidade de marcha – velocidade de condução nervosa
- e) AVD – força – capacidade aeróbia



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

27. A doença arterial periférica (DAP) é uma doença progressiva caracterizada por uma série de disfunções na estrutura e na função das artérias que irrigam as regiões periféricas do corpo humano. O exercício tem sido amplamente utilizado para o tratamento de indivíduos com DAP e abaixo estão relacionados alguns dos principais aspectos acerca do papel dos exercícios físicos no tratamento dessa condição:

I – De acordo com o posicionamento da *Intertransatlantic Society of Vascular Surgery*, o exercício físico deve ser utilizado como a primeira opção de tratamento de indivíduos com DAP;

II – Segundo a entidade supracitada, somente quando essa abordagem não se mostrar efetiva, outras formas de tratamento devem ser incorporadas;

III – Embora a caminhada seja o exercício mais utilizado, ainda existem poucas evidências científicas sobre a sua prescrição.

IV – O treinamento de força apresenta vantagens em relação à caminhada, especialmente por provocar menos dor durante as sessões de treino, mas, geralmente, só tem sido recomendado como treinamento complementar ao de caminhada.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas as assertivas I e IV são verdadeiras.
- b) Apenas as assertivas II e III são verdadeiras.
- c) Apenas as assertivas I e III são verdadeiras.
- d) Todas as assertivas são verdadeiras.
- e) Nenhuma das assertivas é verdadeira.

28. As estatísticas sobre diabetes são as que mais crescem dentre as chamadas doenças não transmissíveis. Embora a utilização dos exercícios físicos no tratamento dessa condição seja altamente recomendada, há riscos e contraindicações na sua prática. Das opções de resposta abaixo, qual delas NÃO apresenta uma contraindicação à realização de exercícios físicos por parte de indivíduos diabéticos?

- a) Baixo nível de insulina endógena.
- b) Alto nível de insulina endógena.
- c) Glicemia abaixo de 100 mg/dl.
- d) Glicemia alta no momento da prática, mas com níveis normais nos dias anteriores.
- e) Frequência cardíaca de repouso maior que 100 batimentos por minuto.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

29. A hipertensão arterial é uma patologia assintomática e multifatorial. Acomete um em cada cinco indivíduos acima de 18 anos em todo o mundo. A realização de exercícios físicos pode trazer benefícios agudos e crônicos para os portadores desse mal, porém nem todos os hipertensos respondem igualmente aos exercícios. Por exemplo:

- I – Apenas 75% dos praticantes têm resposta hipotensora após uma sessão de exercício físico;
- II – Indivíduos de etnia negra apresentam reduções significativamente maiores do que aqueles de etnia asiática ou branca;
- III - Indivíduos de meia-idade são os que mais se beneficiam do efeito hipotensor dos exercícios físicos;
- IV – Os mecanismos responsáveis pela queda da pressão arterial relacionada aos exercícios físicos já são bem conhecidos e compreendidos pelos pesquisadores.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas a assertiva I é falsa.
- b) Apenas a assertiva II é falsa.
- c) Apenas a assertiva III é falsa.
- d) Apenas a assertiva IV é falsa.
- e) Todas as opções de respostas são falsas.

30. A osteoporose é uma doença caracterizada por uma baixa massa óssea e deterioração da microarquitetura do tecido ósseo, com consequente aumento da fragilidade e suscetibilidade a fratura. É uma doença multifatorial, em que há influência de fatores hereditários e do estilo de vida. Como o sedentarismo está entre seus principais fatores de risco, o exercício é fundamental para sua prevenção por meio do desenvolvimento e manutenção da integridade óssea até a terceira idade. Das opções abaixo, qual a modalidade de exercício físico menos eficiente para a prevenção da osteoporose?

- a) Tênis
- b) Corrida
- c) Hidroginástica
- d) Voleibol
- e) Caminhada



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

31. A obesidade já é reconhecida como doença pela OMS desde 1985, sendo definida como uma condição crônica acompanhada de acúmulo excessivo de gordura relativamente à estatura, gênero e idade. Vários tipos de estratégias são usados atualmente para redução da massa corporal em indivíduos obesos, porém, ao contrário do senso comum, a prática de exercício/atividade física é a menos eficaz para alcançar esse objetivo, isso ocorre pelos seguintes motivos:

- I – O gasto energético de uma sessão de exercício é baixo;
- II – Devido a várias limitações (físicas e psicológicas), o obeso não suporta altas intensidades ou volumes de exercício;
- III – Parece existir uma tendência do obeso em supercompensar o maior gasto energético dos exercícios com o aumento de ingestão alimentar no período subsequente;
- IV – O exercício físico é um fator de não adesão à dieta.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas as assertivas I e IV são verdadeiras.
- b) Apenas as assertivas II e III são verdadeiras.
- c) Apenas as assertivas I, II e III são verdadeiras.
- d) Nenhuma das assertivas é verdadeira.
- e) Todas as assertivas são verdadeiras.

32. Atualmente, estima-se que mais de 10 milhões de pessoas no mundo sejam diagnosticadas como portadoras de câncer - uma doença considerada prevenível. Evidências que a prática de atividade física está associada à prevenção ou redução de risco para desenvolvimento de câncer vêm se acumulando rapidamente no meio científico. O Colégio Americano de Medicina Esportiva faz recomendações específicas sobre atividade física para a saúde de indivíduos com diagnóstico de câncer, que estão resumidas abaixo:

- I – Realizar 30 minutos de atividade física 5 ou mais dias por semana;
- II – Permanecer o mais ativo possível durante o tratamento;
- III – Após o tratamento, aumentar o volume de exercício por meio de repetidas sessões com duração de 10 minutos;
- IV – Contudo, apenas caminhadas são recomendáveis.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas as assertivas I e IV são verdadeiras.
- b) Apenas as assertivas II, III e IV são verdadeiras.
- c) Apenas as assertivas I, II e III são verdadeiras.
- d) Nenhuma das assertivas é verdadeira.
- e) Todas as assertivas são verdadeiras.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

33. Transtorno de humor caracteriza-se por uma comorbidade afetiva persistente e habitualmente flutuante, em que seus episódios não são muito graves, mas como persiste por anos e, por vezes, durante a maior parte da vida adulta do paciente, pode levar a sofrimento e incapacidade consideráveis. Os benefícios do exercício físico para a saúde mental têm sido bastante relatados na literatura científica e há aspectos dessa relação já bem reconhecidos, tais com:

- I – Exercícios físicos regularmente realizados podem reduzir os sintomas de depressão e ansiedade;
- II – A prática de atividades físicas é uma das principais ferramentas para o tratamento de depressão e ansiedade, podendo até substituir o tratamento medicamentoso e a psicoterapia;
- III – A variável de treino mais importante parece ser a intensidade, que deve ser moderada. Intensidades baixas ou altas parecem não oferecer os melhores resultados.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas as assertivas I e II são verdadeiras.
- b) Apenas as assertivas II e III são verdadeiras.
- c) Apenas as assertivas I e III são verdadeiras.
- d) Apenas a assertiva I é verdadeira.
- e) Todas as assertivas são verdadeiras.

34. A maioria dos adultos habitantes dos centros urbanos em todo o mundo é constituída de indivíduos insuficientemente ativos ou sedentários. A associação desse perfil comportamental ao progressivo envelhecimento globalizado conduziu, inexoravelmente, a uma crise sem precedente nos sistemas de saúde em todo o mundo. Muito dos problemas advirão do acentuado declínio da massa muscular (sarcopenia), encontrado na maioria das pessoas longevas.

Qual das alternativas abaixo **NÃO** apresenta relação com a sarcopenia:

- a) É um dos marcadores da síndrome da fragilidade;
- b) Está associada à resistência insulínica e diabete mellitus tipo 2;
- c) Está associada à hipertensão arterial;
- d) Tem etiologia unifatorial: falta de exercício físico ao longo da vida;
- e) Está associada à hiperlipidemia.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

35. A doença coronariana é caracterizada pelo comprometimento funcional das artérias coronárias. Pode evoluir para angina, insuficiência cardíaca e infarto do miocárdio. É sabido que o sedentarismo está entre seus principais fatores de risco, portanto, a atividade física pode atuar tanto na sua prevenção quanto na intervenção terapêutica. Por exemplo, eleva a taxa do HDL – colesterol, reduz a frequência de repouso, dentre outros benefícios. Qual das alternativas abaixo apresenta uma condição que significa efeito positivo do exercício físico no estado clínico do coronariopata:

- a) Aumento do Tônus simpático;
- b) Redução da relação carga/duplo produto;
- c) Elevação da tolerância à glicose;
- d) Elevação dos triglicérides séricos,
- e) Nenhuma das alternativas acima.

36. As doenças que afetam vias respiratórias e as outras estruturas dos pulmões são classificadas como doenças respiratórias. Podem ser agudas, tais como pneumonia e bronquite, ou crônica, sendo a asma e a doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) as mais comuns. Programas de atividade física para pessoas com doenças respiratórias crônicas devem incluir, além dos exercícios aeróbios, os de flexibilidade e de força. Contudo, o próprio exercício pode ser um fator desencadeador de uma crise. Em caso de asma, algumas condutas podem evitar respostas adversas ao exercício físico:

- I – Adotar sessões de treino de intensidade moderada e de curta duração, precedida por um aquecimento adequado;
- II – Evitar temperatura e/ou umidade extremas;
- III – Preferencialmente, evitar treinamentos pela manhã;
- IV – Não se exercitar em ambientes com cheiros fortes.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas a assertiva I é falsa.
- b) Apenas a assertiva II é falsa.
- c) Apenas a assertiva III é falsa.
- d) Apenas a assertiva IV é falsa.
- e) Nenhuma assertiva é falsa.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

37. Distúrbios musculoesqueléticos estão entre as condições crônicas mais comuns. Podem causar dor e deformação nas articulações, resultando em graves limitações nas atividades diárias. Dentre eles, destaca-se a artrite reumatoide, por sua elevada incidência e, frequentemente, causar muito sofrimento. Uma correta prescrição de exercício físico para esse tipo de paciente deve seguir algumas recomendações gerais:

I – Os pacientes em crise de agudização devem se engajar em exercícios de fortalecimento muscular estático; devem realizar exercícios de amplitude de movimento suaves e evitar exercícios de resistência (dinâmicos e repetitivos);

II – Durante as remissões, os pacientes podem ser submetidos a um programa de exercícios mais ativos de amplitude de movimento, força e resistência;

III – Os pacientes devem deixar a dor determinar a intensidade do programa. Dor aguda durante o exercício indica necessidade de ajustes no programa, enquanto dor vaga e difusa que some algum tempo após a cessação do exercício não requer modificações.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas a assertiva I é falsa.
- b) Apenas a assertiva II é falsa.
- c) Apenas a assertiva III é falsa.
- d) Apenas as assertivas II e III são falsas.
- e) Nenhuma assertiva é falsa.

38. A lesão da medula espinal (LME) geralmente reduz a capacidade do indivíduo para as atividades da vida diária, com isso aumenta a prevalência de comprometimentos secundários como doença cardiovascular, diabetes e maior risco para fraturas pela desmineralização óssea. Portanto, a importância da prática regular de exercício físico e a participação em esportes para a reabilitação de indivíduos com lesão da medula espinal já é amplamente reconhecida. Contudo, a programação de exercícios físicos para pessoas com LME requer certas precauções. Abaixo estão relacionadas algumas das razões para tal conduta. Qual das opções é FALSA?

- a) Problemas de regulação térmica;
- b) Débito cardíaco naturalmente diminuído;
- c) Resposta diminuída do sistema nervoso simpático;
- d) Possibilidade de resposta pressórica anormalmente baixa em tetraplégicos;
- e) Maior sensibilidade dolorosa nos seguimentos paralisados.



INSTITUTO DE MEDICINA INTEGRAL PROFº FERNANDO FIGUEIRA - IMIP
Processo Seletivo da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso
Categoria Profissional: EDUCAÇÃO FÍSICA
FEVEREIRO/2014

39. O termo *doenças neuromusculares* (DNM) engloba distúrbios das células do corno anterior da medula, do nervo periférico, da junção neuromuscular e dos músculos esqueléticos. São agrupadas devido a sua relativa raridade e aspectos clínicos comuns, tais como fraqueza muscular progressiva, fadigabilidade e incapacitação. Mas, cada doença específica pode responder diferentemente ao exercício. Embora, um programa personalizado de atividade física possa ser a prescrição mais eficaz para pessoas com DNM, há recomendações gerais que podem ser úteis para a maioria dos casos como as descritas abaixo:

- I – Programas de fortalecimento devem enfatizar as contrações musculares concêntricas em vez das excêntricas;
- II – Exercícios de alta resistência não têm benefícios sobre os de resistência moderada;
- III – Músculos com níveis de força menor do que a antigravidade têm pouca capacidade de melhora, portanto o programa deve se concentrar nos músculos mais fortes;
- IV – O programa deve ter caráter permanente, não devendo incluir períodos de descontinuação do treinamento.

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas a assertiva I é falsa.
- b) Apenas a assertiva II é falsa.
- c) Apenas a assertiva III é falsa.
- d) Apenas a assertiva IV é falsa.
- e) Nenhuma assertiva é falsa.

40. A avaliação clínica pré-participação (APP) para atividades físico-esportivas deve ser entendida como uma avaliação médica antes da liberação para treinamento físico. O principal recurso utilizado na mesma é o teste ergométrico (TE). Contudo, há controvérsias quanto à utilização generalizada do TE. Na “*Diretriz em Cardiologia do Esporte e do Exercício da Sociedade Brasileira de Cardiologia e da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte*” (2013) há argumentos irrefutáveis a favor do seu uso apenas para:

- I – Atletas profissionais;
- II – Esportistas não profissionais, mas que realizam atividades em alta intensidade;
- III - Indivíduos assintomáticos e sem fator de risco cardiovascular que realizem atividade física de lazer, de intensidade leve ou moderada;
- IV - Indivíduos assintomáticos com fator de risco cardiovascular que realizem atividade física de lazer, de intensidade leve ou moderada;

Considerando as assertivas acima, marque abaixo a opção de resposta CORRETA:

- a) Apenas as assertivas I e II são verdadeiras.
- b) Apenas as assertivas I e IV são verdadeiras.
- c) Apenas as assertivas I, II e IV são verdadeiras.
- d) Todas as assertivas são falsas.
- e) Todas as assertivas são verdadeiras.