



IFMA

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO,
CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO MARANHÃO

Nutricionista

EDITAL DE CONCURSO PÚBLICO N° 01,
DE 06 DE ABRIL DE 2023

CÓD: SL-086MA-23
7908433236818

Língua portuguesa

1. Compreensão e Interpretação de textos verbais e não verbais.....	9
2. Linguagem, Discurso e Textualidade: Funções da linguagem	11
3. Os atos de fala.....	12
4. tipos de frase	13
5. O texto e seus aspectos de construção.....	14
6. Gêneros textuais; Modos de organização do texto.....	14
7. Coerência e coesão textuais; Relação de sentidos entre segmentos do texto;	21
8. Língua: variação e unidade.	22
9. Morfologia - As palavras: classes, variação e emprego; palavras e expressões denotativas	22
10. O léxico - Formação das palavras: composição e derivação; outros aspectos da criação lexical;	30
11. O significado lexical: conceitos básicos: denotação e conotação; Polissemia, paronímia, sinonímia, antonímia, ambiguidade;Relações semânticas no léxico: valor semântico das palavras;.....	31
12. Estilística - A língua e seus usos expressivos: Figuras de linguagem e outros recursos estilísticos;	32
13. Sintaxe - Período Simples; Período Composto; Orações e termos: classificação e funções;.....	34
14. Regência verbal e regência nominal	37
15. crase.....	39
16. Concordância nominal, concordância verbal;	40
17. Colocação pronominal.	41
18. Pontuação - A pontuação como recurso que possibilita a articulação entre as partes que compõem o texto e que afeta diretamente as possibilidades de sentido.....	42
19. Ortografia.....	44
20. Acentuação	45

Raciocínio Lógico

1. Raciocínio dedutivo a partir da Lógica Aristotélica Clássica: proposições e conectivos lógicos, quantificadores, regras de dedução, falácias.....	59
2. Análise combinatória e probabilidades: técnicas de contagem, princípio multiplicativo, permutações, arranjos e combinações, probabilidades em espaços amostrais finitos	68
3. Aritmética: problemas envolvendo operações elementares,	71
4. razões e proporções, regra de três simples e composta;	72
5. Teoria dos conjuntos: reuniões, interseções, complementos, cardinalidade;	75
6. Geometria: problemas básicos envolvendo os conceitos de perímetro, área e volume	76

Informática

1. Conceitos e fundamentos básicos	85
2. Conhecimento e utilização dos principais softwares utilitários (compactadores de arquivos, chat, clientes de e-mails, reprodutores de vídeo, visualizadores de imagem, antivírus).....	87
3. Identificação e manipulação de arquivos.....	92
4. Backup de arquivos.....	94

ÍNDICE

5. Conceitos básicos de Hardware (Placa mãe, memórias, processadores (CPU) e disco de armazenamento HDs, CDs e DVDs). Periféricos de computadores.	95
6. Ambientes operacionais: utilização dos sistemas operacionais Windows 7 e Windows 10.	97
7. Conceitos básicos sobre Linux e Software Livre.....	107
8. Utilização de ferramentas de texto, planilha e apresentação do pacote Microsoft Office (Word, Excel e PowerPoint) – versões 2010, 2013 e 2016	112
9. Utilização de ferramentas de texto, planilha e apresentação do pacote LibreOffice (Writer, Calc e Impress) - versões 5 e 6...	165
10. Utilização e configuração de e-mail no Microsoft Outlook.	177
11. Conceitos de tecnologias relacionadas à Internet e Intranet, busca e pesquisa na Web, mecanismos de busca na Web. Na- vegadores de internet: Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome.	180
12. Segurança na internet; vírus de computadores; Spyware; Malware; Phishing e Spam.	183
13. Transferência de arquivos pela internet.....	185

Legislação

1. Constituição da República Federativa do Brasil 1988: Capítulo III – Da Educação, da Cultura e do Desporto / Capítulo IV – Da Ciência e Tecnologia / Capítulo VII – Da Administração Pública	189
2. Lei nº 8.112/1990: Regime Jurídico dos Servidores Públicos Civis da União, das Autarquias e das Fundações Públicas Fede- rais	200
3. Decreto nº 1.171/1994: Código de Ética Profissional do Servidor Público Civil do Poder Executivo Federal	225
4. Lei nº 11.892/2008: Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica, cria os Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia, e dá outras providências.....	228
5. Lei nº 11.091/2005: Estruturação do Plano de Carreira dos Cargos Técnico-Administrativos em Educação	232
6. Lei nº 12.527/2011 – Lei de acesso à informação.....	236
7. Lei nº 13.709/2018 – Lei de Geral de Proteção de Dados Pessoais	243
8. Lei 14.133/2021 - Lei de Licitações e Contratos Administrativos.....	256
9. Lei nº 9.784/1999 - Regula o processo administrativo no âmbito da Administração Pública Federal.....	297
10. Lei 8.429/1992, alterada pela Lei nº14.230, de 2021 - Dispõe sobre as sanções aplicáveis em virtude da prática de atos de improbidade administrativa.....	304

Conhecimentos Específicos

1. Importância da alimentação para o homem e para a sociedade.....	319
2. Nutrientes energéticos, reguladores e construtores: Funções, necessidades diárias, fontes alimentares, fatores que modifi- cam a absorção	319
3. Finalidades e Leis da alimentação.....	322
4. Determinação de valor calórico total. Necessidades calóricas	323
5. Alimentação nos diferentes ciclos da vida	324
6. Dietas terapêuticas. Fisiopatologia e dietoterapia.....	324
7. Distúrbio do aparelho digestivo distúrbios metabólicos e hepatopatias, cardiopatias, ontologia, distúrbios renais, gota, do- enças infantis, estados febris, doenças carenciais. Transtornos alimentares	327

ÍNDICE

8. Cereais: tipos, princípios de cocção, massa alimentícias. Leguminosas: variedades, valor nutritivo, fatores que interferem na cocção. Hortaliças: valor nutritivo, pigmentos, cuidados no armazenamento e na cocção. Frutas: valor nutritivo, pigmentos, cuidados no armazenamento e na cocção. Carnes (bovinos, suínos, aves, pescados, vísceras): valor nutritivo, cortes, princípio de cocção. Gorduras: utilização culinária, decomposição. Técnicas básicas de congelamento	333
9. Leite e derivados: processos de industrialização, utilização culinária, decomposição	347
10. Produção de Alimentos: Processos básicos de cocção: pré-preparo, preparo cocção.....	347
11. Administração aplicada a Unidades de Alimentação e Nutrição: instrumentos administrativos: organograma e fluxograma. Custos: cálculos, controle de estoque, custo operacional e de materiais.....	348
12. Dimensionamento de espaço físico e pessoal	350
13. Organização dos serviços de alimentação: rotinas, roteiros, empregos e atribuições	351
14. Manual de Boas Práticas e Procedimentos Operacionais Padronizados.....	352
15. Modalidades de Serviços na área de alimentação: autogestão e terceirização.....	352
16. Administração de refeitórios e restaurantes populares.....	353
17. Refeições transportadas	353
18. Higiene alimentar e segurança no trabalho	354
19. Programação de compras: fator de correção, massas alimentares	363
20. Aproveitamentos de sobras e partes não convencionais dos alimentos	363
21. Controle do desenvolvimento microbiano em alimentos.....	364
22. Doenças transmitidas por alimentos: agentes biológicos, físicos e químicos, epidemiologia e medidas preventivas	365

A linguagem expressa, cria, produz ou comunica algo. Há linguagens verbais e **não verbais**. Cada uma delas é composta por diversos elementos. Alguns exemplos: letras e palavras são elementos da linguagem verbal; cores e formas são elementos da linguagem visual; timbre e ritmo são alguns dos elementos da linguagem sonora.

Linguagem verbal

A linguagem verbal é caracterizada pela comunicação através do uso de palavras. Essas palavras podem ser faladas ou escritas. O conjunto das palavras utilizadas em uma língua é chamado de léxico.

Linguagem não verbal

A comunicação não verbal é compreendida como toda a comunicação realizada através de elementos não verbais. Ou seja, que não usem palavras.

	Linguagem verbal	Linguagem não verbal
Elementos presentes	Palavras	Imagens Gestos Sons Expressões corporais e faciais
Exemplos	Conversas Discursos Textos Rádio	Língua de sinais Placas de aviso e de trânsito Obras de arte Dança

Interpretação de linguagem não verbal (tabelas, fotos, quadrinhos, etc.)

A simbologia é uma forma de comunicação não verbal que consegue, por meio de símbolos gráficos populares, transmitir mensagens e exprimir ideias e conceitos em uma linguagem figurativa ou abstrata. A capacidade de reconhecimento e interpretação das imagens/símbolos é determinada pelo conhecimento de cada pessoa.

Exemplos:

PLACAS



CHARGES



TIRINHAS

Por fim, estabelecemos que uma proposição ou é verdadeira ou é falsa, não havendo mais nenhuma opção, ou seja, excluindo uma nova (como são duas, uma terceira) opção).

DICA: Vimos então as principais estruturas lógicas, como lidamos com elas e quais as regras para *jogarmos este jogo*. Então, escreva várias frases, julgue se são proposições ou não e depois tente traduzi-las para a linguagem simbólica que aprendemos.

QUANTIFICADORES

Quantificadores são palavras/expressões que referem a quantidades tais como “todos” e “alguns” e indicam para quantos elementos do domínio um dado predicado é verdadeiro.

QUANTIFICAÇÃO PARCIAL

Consideremos, por exemplo, a expressão:

$$(\exists x \in A) (2x + y < 7)$$

Exemplos

A expressão: $(\exists x \in A) (2x + y < 7)$, sendo $A = \{1, 2, 3, 4, 5\}$ o universo das variáveis x e y . Podemos ler essa expressão como: “Existe pelo menos um $x \in A$ para o qual se tem $2x + y < 7$ ”.

Essa sentença não é uma proposição, visto que seu valor lógico não depende de x (variável aparente), depende ainda de y (variável livre). Portanto é uma sentença aberta em y , cujo conjunto verdade é $\{1, 2, 3, 4\}$, pois somente para $y = 5$ não existe $x \in A$ tal que $2x + y < 7$.

A expressão: $(\forall y \in A) (2x + y < 10)$, sendo $A = \{1, 2, 3, 4, 5\}$ o universo das variáveis x e y . Podemos ler essa expressão como: “Para todo $y \in A$ se tem $2x + y < 10$ ”.

Observamos novamente que a expressão não é uma proposição, é uma sentença aberta em x (variável livre), cujo conjunto verdade é $\{1, 2\}$, pois somente $x = 1$ e $x = 2$ se tem $2x + y < 10$ para todo $y \in A$.

QUANTIFICAÇÃO MÚLTIPLA

Toda sentença aberta precedida de quantificadores, um para cada variável (todas as variáveis quantificadas) é uma proposição, pois assume os valores lógicos V ou F.

Assim são proposições as seguintes expressões:

$$-(\forall x \in A) (\forall y \in B) (p(x, y))$$

$$-(\forall x \in A) (\exists y \in B) (p(x, y))$$

$$-(\exists x \in A) (\forall y \in B) (\forall z \in C) (p(x, y, z))$$

1[ALENCAR FILHO, Edgar de. *Iniciação a lógica matemática*. São Paulo, Nobel. 2002.

Exemplos

1) Consideremos os conjuntos:

$$H = \{\text{Jorge, Claudio, Paulo}\}, M = \{\text{Suely, Carmen}\}$$

e seja $p(x,y)$ a sentença aberta em $H \times M$: “ x é irmão de y ”.

A proposição

$$(\exists x \in H) (\forall y \in M) (p(x,y))$$

Se pode ler: “Para todo x de H existe pelo menos um y de M tal que x é irmão de y ”. Em outros termos: “Cada homem de H é irmão de Suely ou de Carmen”.

A proposição:

$$(\exists y \in M) (\forall x \in H) (p(x,y))$$

Se pode ler: “Pelo menos uma das mulheres de M é irmã de todos os homens de H ”. Observe-se que, mudando a ordem dos quantificadores, obtém-se uma proposição diferente.

2) Dado os conjuntos $A = \{1, 2, 3, 4\}$ e $B = \{0, 2, 4, 6, 8\}$ e a sentença aberta em $A \times B$: $2x + y = 8$.

A proposição:

$$(\forall x \in A) (\exists y \in B) (2x + y = 8) \text{ é verdadeira, pois:}$$

Para:

$x = 1$	$y = 6$
$x = 2$	$y = 4$
$x = 3$	$y = 2$
$x = 4$	$y = 0$

A proposição:

$$(\forall y \in B) (\exists x \in A) (2x + y = 8) \text{ é falsa, pois para } y = 8 \text{ temos que}$$

$$x = 0 \forall A.$$

A proposição:

$$(\exists y \in B) (\forall x \in A) (2x + y = 8) \text{ também é falsa, pois não existe um } y \in B \text{ tal que para todo } x \in A \text{ seja } 2x + y = 8.$$

A proposição:

$$(\exists x \in A) (\forall y \in B) (2x + y = 8) \text{ também é falsa analogamente (analisando as proposições acima).}$$

Placa-mãe

Se o CPU é o cérebro de um computador, a placa-mãe é o esqueleto. A placa mãe é responsável por organizar a distribuição dos cálculos para o CPU, conectando todos os outros componentes externos e internos ao processador. Ela também é responsável por enviar os resultados dos cálculos para seus devidos destinos. Uma placa mãe pode ser on-board, ou seja, com componentes como placas de som e placas de vídeo fazendo parte da própria placa mãe, ou off-board, com todos os componentes sendo conectados a ela.



Placa-mãe.⁵

Fonte

É responsável por fornecer energia às partes que compõe um computador, de forma eficiente e protegendo as peças de surtos de energia.



Fonte ⁶

Placas de vídeo

Permitem que os resultados numéricos dos cálculos de um processador sejam traduzidos em imagens e gráficos para aparecer em um monitor.



Placa de vídeo ⁷

Periféricos de entrada, saída e armazenamento

São placas ou aparelhos que recebem ou enviam informações para o computador. São classificados em:

– **Periféricos de entrada:** são aqueles que enviam informações para o computador. Ex.: teclado, mouse, scanner, microfone, etc.



Periféricos de entrada.⁸

– **Periféricos de saída:** São aqueles que recebem informações do computador. Ex.: monitor, impressora, caixas de som.

⁵ <https://www.terabyteshop.com.br/produto/9640/placa-mae-biostar-b360mhd-pro-ddr4-lga-1151>
⁶ <https://www.magazineluiza.com.br/fonte-atx-alimentacao-pc-230w-gamma-x-c40-dp-mch4-gmx-c40p-intel-am4-ryzen>

⁷ <https://www.techtudo.com.br/noticias/noticia/2012/12/conheca-melhores-placas-de-video-lancadas-em-2012.html>
⁸ <https://mind42.com/public/970058ba-a8f4-451b-b121-3ba35c51e1e7>

Art. 209. O ensino é livre à iniciativa privada, atendidas as seguintes condições:

- I - cumprimento das normas gerais da educação nacional;
- II - autorização e avaliação de qualidade pelo Poder Público.

Art. 210. Serão fixados conteúdos mínimos para o ensino fundamental, de maneira a assegurar formação básica comum e respeito aos valores culturais e artísticos, nacionais e regionais.

§ 1º O ensino religioso, de matrícula facultativa, constituirá disciplina dos horários normais das escolas públicas de ensino fundamental.

§ 2º O ensino fundamental regular será ministrado em língua portuguesa, assegurada às comunidades indígenas também a utilização de suas línguas maternas e processos próprios de aprendizagem.

Art. 211. A União, os Estados, o Distrito Federal e os Municípios organizarão em regime de colaboração seus sistemas de ensino.

§ 1º A União organizará o sistema federal de ensino e o dos Territórios, financiará as instituições de ensino públicas federais e exercerá, em matéria educacional, função redistributiva e supletiva, de forma a garantir equalização de oportunidades educacionais e padrão mínimo de qualidade do ensino mediante assistência técnica e financeira aos Estados, ao Distrito Federal e aos Municípios;

§ 2º Os Municípios atuarão prioritariamente no ensino fundamental e na educação infantil.

§ 3º Os Estados e o Distrito Federal atuarão prioritariamente no ensino fundamental e médio.

§ 4º Na organização de seus sistemas de ensino, a União, os Estados, o Distrito Federal e os Municípios definirão formas de colaboração, de forma a assegurar a universalização, a qualidade e a equidade do ensino obrigatório. (Redação dada pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

§ 5º A educação básica pública atenderá prioritariamente ao ensino regular.

§ 6º A União, os Estados, o Distrito Federal e os Municípios exercerão ação redistributiva em relação a suas escolas. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

§ 7º O padrão mínimo de qualidade de que trata o § 1º deste artigo considerará as condições adequadas de oferta e terá como referência o Custo Aluno Qualidade (CAQ), pactuados em regime de colaboração na forma disposta em lei complementar, conforme o parágrafo único do art. 23 desta Constituição. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

Art. 212. A União aplicará, anualmente, nunca menos de dez por cento, e os Estados, o Distrito Federal e os Municípios vinte e cinco por cento, no mínimo, da receita resultante de impostos, compreendida a proveniente de transferências, na manutenção e desenvolvimento do ensino.

§ 1º A parcela da arrecadação de impostos transferida pela União aos Estados, ao Distrito Federal e aos Municípios, ou pelos Estados aos respectivos Municípios, não é considerada, para efeito do cálculo previsto neste artigo, receita do governo que a transferir.

§ 2º Para efeito do cumprimento do disposto no «caput» deste artigo, serão considerados os sistemas de ensino federal, estadual e municipal e os recursos aplicados na forma do art. 213.

§ 3º A distribuição dos recursos públicos assegurará prioridade ao atendimento das necessidades do ensino obrigatório, no que se refere a universalização, garantia de padrão de qualidade e equidade, nos termos do plano nacional de educação.

§ 4º Os programas suplementares de alimentação e assistência à saúde previstos no art. 208, VII, serão financiados com recursos provenientes de contribuições sociais e outros recursos orçamentários.

§ 5º A educação básica pública terá como fonte adicional de financiamento a contribuição social do salário-educação, recolhida pelas empresas na forma da lei.

§ 6º As cotas estaduais e municipais da arrecadação da contribuição social do salário-educação serão distribuídas proporcionalmente ao número de alunos matriculados na educação básica nas respectivas redes públicas de ensino.

§ 7º É vedado o uso dos recursos referidos no caput e nos §§ 5º e 6º deste artigo para pagamento de aposentadorias e de pensões. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

§ 8º Na hipótese de extinção ou de substituição de impostos, serão redefinidos os percentuais referidos no caput deste artigo e no inciso II do caput do art. 212-A, de modo que resultem recursos vinculados à manutenção e ao desenvolvimento do ensino, bem como os recursos subvinculados aos fundos de que trata o art. 212-A desta Constituição, em aplicações equivalentes às anteriormente praticadas. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

§ 9º A lei disporá sobre normas de fiscalização, de avaliação e de controle das despesas com educação nas esferas estadual, distrital e municipal. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

Art. 212-A. Os Estados, o Distrito Federal e os Municípios destinarão parte dos recursos a que se refere o caput do art. 212 desta Constituição à manutenção e ao desenvolvimento do ensino na educação básica e à remuneração condigna de seus profissionais, respeitadas as seguintes disposições: (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

I - a distribuição dos recursos e de responsabilidades entre o Distrito Federal, os Estados e seus Municípios é assegurada mediante a instituição, no âmbito de cada Estado e do Distrito Federal, de um Fundo de Manutenção e Desenvolvimento da Educação Básica e de Valorização dos Profissionais da Educação (Fundeb), de natureza contábil; (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

II - os fundos referidos no inciso I do caput deste artigo serão constituídos por 20% (vinte por cento) dos recursos a que se referem os incisos I, II e III do caput do art. 155, o inciso II do caput do art. 157, os incisos II, III e IV do caput do art. 158 e as alíneas "a" e "b" do inciso I e o inciso II do caput do art. 159 desta Constituição; (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

III - os recursos referidos no inciso II do caput deste artigo serão distribuídos entre cada Estado e seus Municípios, proporcionalmente ao número de alunos das diversas etapas e modalidades da educação básica presencial matriculados nas respectivas redes, nos âmbitos de atuação prioritária, conforme estabelecido nos §§ 2º e 3º do art. 211 desta Constituição, observadas as ponderações referidas na alínea "a" do inciso X do caput e no § 2º deste artigo; (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

IV - a União complementarará os recursos dos fundos a que se refere o inciso II do caput deste artigo; (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

V - a complementação da União será equivalente a, no mínimo, 23% (vinte e três por cento) do total de recursos a que se refere o inciso II do caput deste artigo, distribuída da seguinte forma: (Incluído pela Emenda Constitucional nº 108, de 2020)

Macronutrientes

“Macro” significa grande, por isso os macronutrientes são os nutrientes mais necessários, conhecidos por proteínas, gorduras e carboidratos e exceptuando os alimentos com zero caloria, todos os outros possuem variações em quantidade destes mesmos nutrientes. Apesar da popularidade de algumas dietas, que requerem que se reduza drasticamente a ingestão destes macronutrientes, todos eles são de extrema importância para a sua saúde e devem ser incluídos na alimentação diária.

As proteínas são necessárias para a construção dos tecidos do corpo incluindo dos músculos, órgãos, pele e também as partes do sistema imunitário. O corpo pode usar as proteínas em excesso para converter em energia ou em gordura.

Os carboidratos incluem os açúcares, amido e fibras, com os dois primeiros a serem fundamentais para o fornecimento de energia que possibilita o funcionamento do corpo. Os carboidratos em excesso são convertidos em gordura, gordura esta que forma as membranas que envolvem todas as células do corpo, desde o normal funcionamento do cérebro, sistema nervoso ou hormonal.

Tal como as proteínas, a gordura extra pode ser utilizada pelo corpo para produzir energia, ou, em casos de sedentarismo, para armazenamento de gorduras.

Micronutrientes

“Micro” significa pequeno, e é por isso que os micronutrientes são todos aqueles que são necessários em quantidades mais pequenas. Estes incluem várias vitaminas, divididas em solúveis em água ou solúveis em gordura, dependendo do meio no qual se dissolvem, e também minerais que devem ser incluídos numa alimentação saudável.

As vitaminas solúveis em água incluem vitamina C e o complexo de vitaminas B, como vitamina B1, vitamina B2, vitamina B6, vitamina B12 ou folatos, com todas elas a possuírem uma variedade de funções essenciais para a saúde. As vitaminas solúveis em gordura incluem a vitamina A, vitamina D, vitamina E e vitamina K. As vitaminas A e E são absorvidas unicamente através dos alimentos ingeridos, enquanto que as vitaminas D e K podem ser sintetizadas pelo próprio organismo.

Apesar de ser extremamente difícil obter quantidades massivas destas vitaminas através dos alimentos, o corpo pode apresentar níveis de toxicidade e graves problemas de saúde caso se ingira de uma forma descontrolada suplementos vitamínicos em excesso.

Os minerais incluem Cálcio, Fósforo, Ferro, Magnésio, Potássio, Sódio ou Zinco, entre outros. Os minerais são importantes para a saúde dos dentes, dos ossos, músculos, equilíbrio hídrico do corpo e um conjunto de outras funções para o bom funcionamento do organismo.

Embora uma alimentação saudável e rica em fruta, legumes, frutos secos, vegetais, leguminosas, carne, peixe e produtos lácteos seja uma excelente forma de garantir a ingestão de todos os micronutrientes que precisa, existem algumas pessoas que podem necessitar da ajuda de suplementos dietéticos, como mulheres em risco de osteoporose ou pessoas com doenças de visão relacionadas com a idade. Aconselha-se sempre o uso de suplementos dietéticos de acordo com as instruções da embalagem e sob aconselhamento médico.

