

NOVO HAMBURGO-RS

PREFEITURA MUNICIPAL DE
NOVO HAMBURGO - RIO GRANDE DO SUL

Nutricionista III

EDITAL N° 01/2023

CÓD: SL-006NV-23
7908433244615

Língua Portuguesa

1. Leitura, interpretação e relação entre as ideias de textos de gêneros textuais diversos, fato e opinião, intencionalidade discursiva, análise de implícitos e subentendidos e de efeitos de sentido de acordo com José Luiz Fiorin e Francisco Platão Savioli.....	9
2. ideias principais e secundárias e recursos de argumentação de acordo com Eni Orlandi, Elisa Guimarães, Eneida Guimarães e Ingedore Villaça Koch	10
3. Linguagem e comunicação: situação comunicativa, variações linguísticas.....	11
4. Gêneros e tipos textuais e intertextualidade: características e estrutura de acordo com Luiz Antônio Marcuschi.	12
5. Coesão e coerência textuais de acordo com Ingedore Villaça Koch	14
6. Léxico: significação e substituição de palavras no texto, sinônimos, antônimos, parônimos e homônimos.....	15
7. Ortografia: emprego de letras, do hífen e acentuação gráfica conforme sistema oficial vigente (inclusive Acordo Ortográfico vigente, conforme Decreto 6.583/2012) tendo como base o Vocabulário Ortográfico da Língua Portuguesa e o dicionário online Aulete.....	16
8. Figuras de linguagem e suas relações de sentido na construção do texto nas perspectivas de Evanildo Bechara, Domingos Paschoal Cegalla e Celso Cunha e Lindley Cintra	18
9. Fonologia: relações entre fonemas e grafias; relações entre vogais e consoantes nas perspectivas de Evanildo Bechara, Domingos Paschoal Cegalla e Celso Cunha e Lindley Cintra	20
10. Morfologia (classes de palavras e suas flexões, significados e empregos; estrutura e formação de palavras; vozes verbais e sua conversão) nas perspectivas de Evanildo Bechara, Domingos Paschoal Cegalla e Celso Cunha e Lindley Cintra	22
11. Sintaxe (funções sintáticas e suas relações no período simples e no período composto) e tipos de sintaxe: sintaxe de colocação nas perspectivas de Evanildo Bechara e Domingos Paschoal Cegalla; sintaxe de regência nominal e verbal (inclusive emprego do acento indicativo de crase) nas perspectivas de Celso Pedro Luft, Evanildo Bechara, Domingos Paschoal Cegalla e Celso Cunha e Lindley Cintra; e sintaxe de concordância verbal e nominal nas perspectivas de Evanildo Bechara, Domingos Paschoal Cegalla e Celso Cunha e Lindley Cintra. Coordenação e subordinação: emprego de conjunções, locuções conjuntivas e pronomes relativos.	29
12. Pontuação (regras e implicações de sentido) nas perspectivas de Evanildo Bechara, Domingos Paschoal Cegalla e Celso Cunha e Lindley Cintra	37

Matemática / Raciocínio Lógico

1. Conjuntos Numéricos: Números naturais, inteiros, racionais, irracionais e reais; Operações fundamentais (adição, subtração, multiplicação, divisão, potenciação e radiciação), propriedades das operações; Múltiplos e divisores, números primos, mínimo múltiplo comum, máximo divisor comum.....	51
2. Razões e Proporções - grandezas direta e inversamente proporcionais, divisão em partes direta e inversamente proporcionais, regra de três simples e composta; Sistema de Medidas: comprimento, capacidade, massa e tempo (unidades, transformação de unidades), sistema monetário brasileiro.....	62
3. Cálculo algébrico: monômios e polinômios	71
4. Funções: Ideia de função, interpretação de gráficos, domínio e imagem, função do 1º grau, função do 2º grau - valor de máximo e mínimo de uma função do 2º grau.....	72
5. Equações de 1º e 2º graus. Sistemas de equações de 1º grau com duas incógnitas	80
6. Triângulo retângulo: relações métricas no triângulo retângulo, teorema de Pitágoras e suas aplicações, relações trigonométricas no triângulo retângulo	85
7. Teorema de Tales	87
8. Geometria Plana: cálculo de área e perímetro de polígonos. Circunferência e Círculo: comprimento da circunferência, área do círculo	88
9. Noções de Geometria Espacial - cálculo do volume de paralelepípedos e cilindros circulares retos	91
10. Matemática Financeira: porcentagem, juros simples	91

11. Estatística: Cálculo de média aritmética simples e média aritmética ponderada.....	93
12. Aplicação dos conteúdos acima listados em resolução de problemas	94
13. Estrutura lógica de relações arbitrárias entre pessoas, lugares, objetos ou eventos fictícios; deduzir novas informações das relações fornecidas e avaliar as condições usadas para estabelecer a estrutura daquelas relações. Diagramas lógicos; Argumentação e dedução lógica. Argumentos Lógicos Dedutivos; Implicação lógica	97
14. Proposições e conectivos: Conceito de proposição, valores lógicos das proposições, proposições simples, proposições compostas. Operações lógicas sobre proposições: Negação, conjunção, disjunção, disjunção exclusiva, condicional, bicondicional. Construção de tabelas-verdade. Tautologias, contradições e contingências., equivalência lógica, Leis De Morgan. Sentenças abertas, operações lógicas sobre sentenças abertas	110
15. Sentenças abertas, operações lógicas sobre sentenças abertas. Quantificador universal, quantificador existencial, negação de proposições quantificadas	114
16. Argumentos Categóricos.....	115

Legislação

1. Estatuto do Servidor do Município	126
2. Lei Orgânica do Município	152
3. Plano de Carreira do Município	168
4. Código de Posturas Municipal.....	171
5. Estatuto Estadual da Igualdade Racial (Lei Estadual do Rio Grande do Sul nº 13.694/2011)	178
6. Constituição Estadual do Rio Grande do Sul	180
7. Estatuto Nacional da Igualdade Racial (Lei Federal nº 12.288/2010)	220
8. Constituição Federal de 1988: a) Dos Princípios Fundamentais (Arts. 1º ao 4º)	227
9. b) Dos Direitos e Garantias Fundamentais (Arts. 5º ao 17).....	227
10. c) Da Organização do Estado (Arts. 18 ao 43)	237
11. d) Da organização dos Poderes (Arts. 44 ao 135)	250
12. e) Da Defesa do Estado e Das Instituições Democráticas (Arts. 136 ao 144).....	278
13. f) Da Ordem Social (Arts. 193 ao 232).....	281
14. Lei Federal nº 8.429/1992 – Lei de improbidade Administrativa.....	294
15. Lei nº 11.340 de 7 de agosto de 2006 e suas atualizações – Lei Maria da Penha	303
16. Decreto Estadual nº 48.598/2011 - Dispõe sobre a inclusão da temática de gênero, raça e etnia nos concursos públicos para provimento de cargos de pessoal efetivo no âmbito da Administração Pública Direta e Indireta do Estado do Rio Grande do Sul	310

Conhecimentos Gerais

1. Cultura popular, personalidades, pontos turísticos, organização política e territorial, divisão política, regiões administrativas, regionalização do IBGE, hierarquia urbana, símbolos, estrutura dos poderes, fauna e flora locais, hidrografia e relevo, matriz produtiva, matriz energética e matriz de transporte, unidades de conservação, história e geografia do País, Estado, do Município e da região que o cerca	315
2. Tópicos atuais, internacionais, nacionais, estaduais ou locais, de diversas áreas, tais como segurança, transportes, política, economia, esporte, agricultura, sociedade, educação, saúde, cultura, tecnologia, desenvolvimento sustentável e ecologia..	351

Conhecimentos Específicos

Nutricionista III

1. Administração de serviços de alimentação: planejamento, elaboração, organização, execução de cardápio e procedimentos de compras, recepção, estocagem e distribuição de gêneros, saneamento e segurança na produção de alimentos, aspectos físicos, métodos de conservação.	353
2. Técnicas de higienização da área física, equipamentos e utensílios	358
3. Técnica dietética: conceito, classificação e composição química. Características organolépticas, seleção, conservação, pré-preparo, preparo e distribuição dos alimentos.....	360
4. Higiene e manipulação de alimentos: microbiologia básica dos alimentos.....	361
5. Doenças Transmitidas por Alimentos (DTA).	362
6. Vigilância e legislação sanitária. Controle higiênico sanitário dos alimentos, análise de perigos e pontos críticos de controle (APPCC) e implantação do Manual de Boas Práticas para Serviços de Alimentação	364
7. Nutrição normal: conceito de alimentação e nutrição, critério e avaliação de dietas normais e especiais, leis da alimentação	366
8. Nutrientes: definição, propriedades, biodisponibilidade, função, digestão, absorção, metabolismo, fontes alimentares e interação	368
9. Alimentação nos diferentes ciclos da vida (da gestação ao idoso)	369
10. Guia alimentar para a população brasileira	370
11. Nutrição em Saúde Pública: Programa Nacional de Alimentação Escolar segundo Cadernos de Atenção Básica do Ministério da Saúde	370
12. Nutrição materno-infantil; crescimento e desenvolvimento em todas as faixas etárias segundo Cadernos de Atenção Básica do Ministério da Saúde.....	371
13. Avaliação do estado nutricional: métodos e critérios de avaliação segundo Cadernos de Atenção Básica do Ministério da Saúde	373
14. Avaliação Subjetiva Global.....	378
15. Recomendações nutricionais: conceito, uso e aplicação das DRI's.....	378
16. Ética profissional segundo Conselho Federal de Nutricionistas.....	379

Editorial: texto dissertativo argumentativo onde expressa a opinião do editor através de argumentos e fatos sobre um assunto que está sendo muito comentado (polêmico). Sua intenção é convencer o leitor a concordar com ele.

Entrevista: texto expositivo e é marcado pela conversa de um entrevistador e um entrevistado para a obtenção de informações. Tem como principal característica transmitir a opinião de pessoas de destaque sobre algum assunto de interesse.

Cantiga de roda: gênero empírico, que na escola se materializa em uma concretude da realidade. A cantiga de roda permite as crianças terem mais sentido em relação a leitura e escrita, ajudando os professores a identificar o nível de alfabetização delas.

Receita: texto instrucional e injuntivo que tem como objetivo de informar, aconselhar, ou seja, recomendam dando uma certa liberdade para quem recebe a informação.

IDEIAS PRINCIPAIS E SECUNDÁRIAS E RECURSOS DE ARGUMENTAÇÃO DE ACORDO COM ENI ORLANDI, ELISA GUIMARÃES, ENEIDA GUIMARÃES E INGEDORE VILLAÇA KOCH.

— **Definição**

Argumentação é um recurso expressivo da linguagem empregado nas produções textuais que objetivam estimular as reflexões críticas e o diálogo, a partir de um grupo de proposições. A elaboração de um texto argumentativo requer coerência e coesão, ou seja, clareza de ideia e o emprego adequado das normas gramaticais. Desse modo, a ação de argumentar promove a potencialização das capacidades intelectuais, visto que se pauta expressão de ideias e em pontos de vista ordenados e estabelecidos com base em um tema específico, visando, especialmente, persuadir o receptor da mensagem. É importante ressaltar que a argumentação compreende, além das produções textuais escritas, as propagandas publicitárias, os debates políticos, os discursos orais, entre outros.

Os tipos de argumentação

— **Argumentação de autoridade:** recorre-se a uma personalidade conhecida por sua atuação em uma determinada área ou a uma renomada instituição de pesquisa para enfatizar os conceitos influenciar a opinião do leitor. Por exemplo, recorrer ao parecer de um médico infectologista para prevenir as pessoas sobre os riscos de contrair o novo corona vírus.

— **Argumentação histórica:** recorre-se a acontecimentos e marcos da história que remetem ao assunto abordado. Exemplo: “A desigualdade social no Brasil nos remete às condutas racistas desempenhadas instituições e pela população desde o início do século XVI, conhecido como período escravista.”

— **Argumentação de exemplificação:** recorre a narrativas do cotidiano para chamar a atenção para um problema e, com isso, auxiliar na fundamentação de uma opinião a respeito. Exemplo: “Os casos de feminicídio e de agressões domésticas sofridas pelas mulheres no país são evidenciados pelos sucessivos episódios de violência vividos por Maria da Penha no período em que ela esteve

casada com seu ex-esposo. Esses episódios motivaram a criação de uma lei que leva seu nome, e que visa à garantia da segurança das mulheres.”

— **Argumentação de comparação:** equipara ideias divergentes com o propósito de construir uma perspectiva indicando as diferenças ou as similaridades entre os conceitos abordados. Exemplo: No reino Unido, os desenvolvimentos na educação passaram, em duas décadas, por sucessivas políticas destinadas ao reconhecimento do professor e à sua formação profissional. No Brasil, no entanto, ainda existe um *déficit* na formação desses profissionais, e o piso nacional ainda é muito insuficiente.”

— **Argumentação por raciocínio lógico:** recorre-se à relação de causa e efeito, proporcionando uma interpretação voltada diretamente para o parecer defendido pelo emissor da mensagem. Exemplo: “Promover o aumento das punições no sistema penal em diversos países não reduziu os casos de violência nesses locais, assim, resultados semelhantes devem ser observados se o sistema penal do Brasil aplicar maiores penas e rigor aos transgressores das leis.”

Os gêneros argumentativos

— **Texto dissertativo-argumentativo:** esse texto apresenta um tema, de modo que a argumentação é um recurso fundamental de seu desenvolvimento. Por meio da argumentação, o autor defende seu ponto de vista e realiza a exposição de seu raciocínio. Resenhas, ensaios e artigos são alguns exemplos desse tipo de texto.

— **Resenha crítica:** a argumentação também é um recurso fundamental desse tipo de texto, além de se caracterizar pelo juízo de valor, isto é, se baseia na exposição de ideias com grande potencial persuasivo.

— **Crônica argumentativa:** esse tipo de texto se assemelha aos artigos de opinião, e trata de temas e eventos do cotidiano. Ao contrário das crônicas cômicas e históricas, a argumentativa recorre ao juízo de valor para acordar um dado ponto de vista sempre com vistas ao convencimento e à persuasão do leitor.

— **Ensaio:** por expor ideias, pensamentos e pontos de vista, esse texto caracteriza-se como argumentativo. Recebe esse nome exatamente por estar relacionado à ação de *ensaiar*, isto é, demonstrar as proposições argumentativas com flexibilidade e despreensão.

— **Texto editorial:** dentre os textos jornalísticos, o editorial é aquele que faz uso da argumentação, pois se trata de uma produção que considera a subjetividade do autor, pela sua natureza crítica e opinativa.

— **Artigos de opinião:** são textos semelhantes aos editoriais, por apresentarem a opinião ao autor acerca de assuntos atuais, porém, em vez de uma síntese do tema, esses textos são elaborados por especialistas, pois seu objetivo é fazer uso da argumentação para propagar conhecimento.

IDENTIFICANDO O TEMA DE UM TEXTO

O tema é a ideia principal do texto. É com base nessa ideia principal que o texto será desenvolvido. Para que você consiga identificar o tema de um texto, é necessário relacionar as diferentes informações de forma a construir o seu sentido global, ou seja, você precisa relacionar as múltiplas partes que compõem um todo significativo, que é o texto.

Treze generais do Exército contestaram sua posse e, por meio de um manifesto, exigiram eleições presidenciais. Floriano ignorou o protesto e mandou prender os generais. Receosas com a instabilidade da República, as elites políticas de São Paulo, representadas pelo Partido Republicano Paulista (PRP), apoiaram o novo presidente. Floriano, por sua vez, percebeu que o suporte do PRP era fundamental.

Ele também contou com o apoio de importantes setores do Exército e da população do Rio de Janeiro. Oficiais da Marinha de Guerra (Armada) tornaram-se a sua principal oposição. Em 6 de setembro de 1893, posicionaram os navios de guerra na baía de Guanabara, apontaram os canhões para o Rio de Janeiro e Niterói e dispararam tiros contra as duas cidades - era o início da **Revolta da Armada**. Em março do ano seguinte a situação tornou-se insustentável nos navios - não havia munição, alimentos, água nem o apoio da população. Parte dos revoltosos pediu asilo político a Portugal, a outra foi para o Rio Grande do Sul participar de um conflito que eclodira um ano antes: a **Revolução Federalista**.

Revolução Federalista

A instalação da República alterou a política do Rio Grande do Sul. Com ela, o **Partido Republicano Rio-Grandense** alcançou o poder. Apoiada por Floriano Peixoto e liderada por **Júlio de Castilhos**, a agremiação de orientação positivista tornou-se dominante no estado em que passou a governar de maneira autoritária.

A principal força de oposição ao Partido Republicano era o **Partido Federalista**, liderado por Gaspar Silveira Martins, que defendia o parlamentarismo e a predominância da União Federativa sobre o poder estadual - enquanto os republicanos pregavam o sistema presidencialista e a autonomia dos estados.

Diante da violência e das fraudes eleitorais, os federalistas uniram-se a outras forças de oposição, dando origem a uma sangrenta guerra civil, que ficou conhecida como **Revolução Federalista** (1893-1895). Os conflitos não se limitaram ao estado do Rio Grande do Sul, estendendo-se aos de Santa Catarina e do Paraná, e só terminaram em junho de 1895 com a vitória dos republicanos sobre os federalistas. A Revolução Federalista causou muito sofrimento ao sul do país. Somente no Rio Grande do Sul, que contava com cerca de 900 mil habitantes, morreram de 10 a 12 mil pessoas, muitas delas degoladas.

Passados cinco anos da proclamação da República, chegava ao fim o governo de Floriano Peixoto. No dia 15 de novembro de 1894, o marechal passou a faixa presidencial ao paulista **Prudente de Moraes**, conferindo novos ares à República. Pela primeira vez, um civil ligado às elites agrárias, em especial aos cafeicultores, assumia o poder. Com a eleição de Prudente de Moraes, encerrava-se o período conhecido como República da Espada.

Modelo Político

A Constituição de 1891 estabeleceu eleições diretas para todos os cargos dos poderes Legislativo e Executivo. Também determinou que, excetuando os mendigos, os analfabetos, os praças de pré, os religiosos, as mulheres e os menores de 21 anos, todos os cidadãos brasileiros eram eleitores e elegíveis.

Apesar de suprimir a exigência de renda mínima constante da Constituição imperial, a primeira Constituição da República também excluía a maioria da população brasileira do direito de votar. O voto foi decretado aberto, mas, como não havia Justiça Eleitoral, na prática as eleições eram caracterizadas pela fraude. A organização

da eleição dos municípios, bem como a redação da ata da seção eleitoral, ficava a cargo dos chefes políticos locais, os chamados **coronéis**.

Isso lhes permitia registrar o que bem quisessem nas atas - daí o nome **“eleições a bico de pena”** - e também controlar as escolhas dos eleitores, por meio da violência ou do suborno. Era comum, por exemplo, que nas atas das seções eleitorais constassem votos de eleitores já mortos para o candidato dos coronéis.

Ou então que os coronéis reunissem os eleitores em um determinado lugar para receber as cédulas eleitorais já preenchidas. Esses locais eram chamados de **“curral eleitoral”**. De modo geral, os eleitores votavam no candidato do coronel por vários motivos: obediência, lealdade ou gratidão, ou em busca de algum favor, como dinheiro, serviços médicos e até mesmo proteção. Afinal, sem a garantia dos direitos civis e políticos, grande parte da população rural - vale lembrar que a imensa maioria dos brasileiros então vivia no campo - buscava a proteção de um coronel e acabava se inserindo em uma rede de favores e proteção pessoal.

O Poder dos Coronéis

Também conhecida como coronelismo, a chamada **“República dos coronéis”** era um sistema político que resultou da Constituição de 1891 e marcou a Primeira República. Se no Império os presidentes de estado (hoje denominados governadores) eram nomeados pelo poder central, com a República eles passaram a ser eleitos pelos coronéis. Nos municípios, eram os coronéis que, por meio da violência e da fraude eleitoral, controlavam os votos que elegiam o presidente de estado, e também os deputados estaduais e federais, os senadores e até mesmo o presidente da República.

Por outro lado, eles dependiam do governante estadual para nomear parentes e protegidos a cargos públicos ou liberar verbas para obras nos municípios. Assim, criava-se uma ampla **rede de alianças** e favores, em que coronéis, presidentes de estado, parlamentares e o próprio presidente da República estavam atados por fortes laços de interesses. Esse esquema se consolidou na presidência de Campos Sanes (1898-1902), idealizador do que veio a ser chamado de política dos governadores Ou dos estados.

Nela, o governo federal apoiava as oligarquias dominantes nos estados, que em troca sustentavam politicamente o presidente da República no Congresso Nacional, controlando a eleição de senadores e deputados federais - e evitando, dessa forma, que os candidatos da oposição se elegessem. Ainda assim, caso isso acontecesse, a **Comissão de Verificação de Poderes da Câmara Federal**, responsável por aprovar e confirmar a vitória dos candidatos eleitos, impugnava a posse, sob a alegação de fraude.

Apesar das fraudes eleitorais, as eleições periódicas foram importantes para a configuração do sistema político brasileiro. **Primeiro**, porque exigiam o mínimo de competição no jogo eleitoral, permitindo a renovação das elites dirigentes. **Segundo**, porque, mesmo com o controle do voto, havia alguma mobilização do eleitorado - com o qual as elites, mesmo dispostas de grande poder político, precisavam manter alguma interlocução.

Política do Café com Leite

A política dos governadores inaugurada por Campos Salles fundamentou a chamada **República Oligárquica**. Ela reforçou os poderes das oligarquias - sobretudo as dos estados de São Paulo e Minas Gerais. Como o número de representantes por estado no Congresso

- Batedeira e liquidificador industrial;
- Fogão industrial e fornos;
- Forno combinado, fritadeira, chapas e coifas;
- Caldeira para preparo de arroz e feijão;
- Passthrough e balcão térmico;
- Louças em geral: panelas, talheres, pratos, copos, bandejas e outros.

Organização de Lactários

Esse setor, deve ser dividido em ao menos três partes, e conter equipamentos essenciais para a produção, são eles:

- Ala de Paramentação: local de uniformização exclusivo do lactário, como descartáveis ou esterilizados, nesta ala deve haver pia para higienização das mãos;
- Ala de Preparo: local onde as fórmulas ou dietas serão efetivamente preparadas, os equipamentos essenciais são: geladeiras, fogão, autoclave (equipamento de esterilização) e pia.
- Ala de higienização: local onde se higieniza os utensílios.

Também é aconselhável que se tenha um depósito exclusivo de utensílios de uso do lactário como, rodos, vassouras, panos e outros.

Os equipamentos devem ser de material não corrosível, resistente à ação contínua de água e detergentes e uma autoclave. Além de, uma geladeira com abertura em ambos os lados, de modo que possam se abrir de uma sala para outra, a fim de que as mamadeiras cheias possam ser retiradas sem que pessoas não devidamente esterilizadas adentrem o local.

Balcões, cubas e mesas, de preferência em aço inoxidável. O fogão sem forno, batedeira elétrica e balanças, mamadeiras, bicos e outros necessários a atividade do local.

— Planejamento e organização, supervisão e controle

Planejamento

Elaboração antecipada de cardápios, visando orçamento mensal ou semanal e preferências do público-alvo; compras, baseado no planejamento do cardápio; logística, datas e horários de entrega, sempre verificando quantidade necessária e tempo de utilização; produção, procedimentos operacionais padronizados, receitas/ficha técnica e elaboração dos pratos; e custos, gastos gerais de despesas do serviço de alimentação.

Estruturação

Organização do planejamento, detalhando como as atividades serão realizadas.

Exemplo: Preparo de planilhas de controle de temperaturas, de retirada do lixo, de requisição, de pedidos, de custos.

Elaboração de organogramas (hierarquias e funções), rotinas e roteiros de trabalho, normas técnicas, escalas, contratações e rotinas de recursos humanos.

Coordenação ou Supervisão

Esta etapa consiste em acompanhar e executar o planejamento e estruturação/organização. Mesmo que o administrador não realize todas as funções, cabe a ele a supervisão e responsabilidade do sucesso do trabalho.

A supervisão busca, acompanhar e coordenar a produção efetiva das refeições, verificar se os procedimentos operacionais estão sendo executados, remanejar funcionários ou funções

quando necessário, gerir pessoal, acompanhar comprar e entregas, acompanhar distribuição e atendimento ao cliente, assim como aceitação das refeições e relatórios mensais de custos.

Em ambos os setores de UAN e Lactário deve existir uma sala para o nutricionista de local, de modo que facilite a fiscalização contínua de todo o serviço, como solicitações, preparos e entregas, podendo ser separado apenas por repartições de vidro ou visores.

Controle e Capacitação

Avaliar e verificar serviços, como: controle de estoque, metas de orçamento, desperdício x consumo, satisfação do cliente, produtividade, pagamento de pessoal, checklist e avaliação de aplicação de procedimentos operacionais padronizados.

Treinamentos rotineiros ou em casos de verificação de irregularidades para que os parâmetros normativos sejam executados por todos os profissionais da unidade de alimentação.

Dica: Para melhor entendimento e fixação, oriento a leitura integral das legislações a seguir: Portaria CVS 5, de 09 de abril de 2013, Resolução RDC n° 216, de 15 de setembro de 2004, Resolução RDC n° 275, de 21 de outubro de 2002.

Conjunto de refeições que compõem um dia alimentar ou de preparações de uma refeição, denomina-se cardápio.

Refeição, é o conjunto de preparações ou alimentos que compõem um horário alimentar, como: café da manhã, colação, almoço, café da tarde, jantar e ceia.

O cardápio de um dia pode ser dividido entre cinco a seis refeições, onde se divide os macro e micronutrientes, utilizando as porções orientadas pela pirâmide alimentar, efetuando um planejamento equilibrado e individual, instituindo as leis de Escudero: lei da quantidade, lei da qualidade, lei da harmonia e lei da adequação.

Preparo, conservação e acondicionamento dos alimentos

Preparo

Ao preparar um cardápio, deve-se pensar em atender as necessidades nutricionais e calóricas, e os seguintes tópicos para ajudar na aceitação do planejamento:

- Formatos;
- Cores;
- Sabores;
- Tipos de preparação;
- Texturas; e
- Variedade.

Além disso, o planejamento do cardápio deve conhecer o público para qual se destina, como em refeições coletivas, ajustando-se a cultura, aos gostos, ao estilo de vida, idade, sexo, hábitos regionais ou nacionais.

No caso de cozinhas industriais ou restaurantes, além dos itens de conhecimento de público-alvo, devemos verificar o número de comensais, para cálculo do cardápio.

Estrutura de um cardápio

- Entrada: pode ser fria, saladas, canapés, pães, antepastos ou quente, sopas, cremes, salgados;
- Prato Principal: Na maioria das vezes esta opção é composta pela preparação com maior aporte proteico;
- Opção: segunda opção ao prato principal;

- Consumo de alguns alimentos com função anti-inflamatória, antiviral, antifúngica, bactericida e que protege de várias infecções, como a cebola e o alho, o gengibre e os alimentos ricos em vitamina C;
- Assim, como outros alimentos ricos em óleos essenciais e outros minerais que aumentam a imunidade.

Vigilância Nutricional

A vigilância alimentar e nutricional visa aplicar ferramentas que busca observar, coletar e analisar informações descrevem as condições alimentares e nutricionais de uma população. Traz como objetivo elencar assuntos e temas para as ações políticas, auxiliando no planejamento, monitoramento e gerenciamento de programas e atividades favorecendo melhoria do hábito e padrão alimentar e do estado nutricional do povo.

Sua principal estratégia é verificar o estado de nutricional nas fases da vida, principalmente crianças e gestantes e população de baixa renda que estão mais propensos a condições nutricionais problemáticas.

Atividades de nutrição em Programas integrados de saúde pública

A presença de política e programas de nutrição em saúde pública visa promover o direito igualitário de todos à alimentação de qualidade, promovendo em si práticas de promoção à saúde através do acesso a alimentação saudável. Entre os programas atuais encontram-se:

- Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN);
- Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN)
- Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN);
- Bolsa Família;
- Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT);
- Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

O PNAN principalmente, como política nacional consolida em suas 9 abordagens em sua prática, que são: Organização da Atenção Nutricional, Promoção da Alimentação Adequada e Saudável, Vigilância Alimentar e Nutricional, Gestão das Ações de Alimentação e Nutrição, Participação e Controle Social, Qualificação da Força de Trabalho, Controle e Regulação dos Alimentos, Pesquisa, Inovação e Conhecimento em Alimentação e Nutrição e Cooperação e articulação para a Segurança Alimentar e Nutricional.

E dentro destes programas, o papel do nutricionista é promover a saúde em suas fases de vida, do nascer ao envelhecer, favorecendo e auxiliando nas escolhas alimentares promovendo alimentação e segurança alimentar e do estado nutricional do indivíduo ou coletividade.

NUTRIÇÃO MATERNO-INFANTIL; CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO EM TODAS AS FAIXAS ETÁRIAS SEGUNDO CADERNOS DE ATENÇÃO BÁSICA DO MINISTÉRIO DA SAÚDE

Gestação

A gestação é um período que em as necessidades nutricionais estão aumentadas. Um aporte de nutrientes insuficiente pode causar sérias complicações à mãe e ao feto, portanto o estado nutricional materno é um importante indicador de saúde e qualidade de vida para mãe e para o crescimento do bebê. Os extremos durante uma gestação são prejudiciais ao bebê, uma mãe que apresenta obesidade ou com baixo peso podem ter complicações gestacionais tais como diabetes, hipertensão arterial, macrossomia, sofrimento fetal, restrição no crescimento intrauterino, prematuridade e trabalho de parto prolongado. Nos primeiros 3 meses de gravidez uma nutrição adequada é importante para que auxiliar na formação dos órgãos do bebê, já nos outros trimestres uma alimentação equilibrada fará diferença no crescimento e ganho de peso do bebê.

A avaliação antropométrica da gestante deve incluir a aferição de peso e altura para determinar um IMC (Índice de Massa Corporal) gestacional, se possível perguntar para gestante seu peso pré-gestacional para que possa ser calculado o IMC pré-gestacional. Também é importante saber de quantas semanas de gestação esta mulher está. Após este cálculo existem tabelas de referência que o avaliador pode consultar para classificar esta mulher em baixo peso, peso adequado sobrepeso e obesidade, de acordo com estado nutricional desta mulher o nutricionista consegue estipular o ganho de peso durante a gestação. Veja a tabela a seguir:

ESTADO NUTRICIONAL PRÉ-GESTACIONAL	IMC (KG/M ²)	GANHO DE PESO DURANTE A GRAVIDEZ (KG)	GANHO DE PESO SEMANAL 2º E 3º TRIMESTRE (KG)
Baixo peso	<18,5	12,5-18	0,5
Peso adequado	18,5-24,9	11-16	0,4
Sobrepeso	25,0-29,9	7-11,5	0,3
Obesidade	>30,0	5-9	0,2

Quando se trata da avaliação da ingestão alimentar, podemos utilizar os questionários alimentares como o de frequência alimentar, recordatório de 24h entre outros. É importante que o nutricionista se atente as preferências e aversões alimentares desta mulher que no período da gestação pode estar bem diferente da pré gestação.

AValiação DO ESTADO NUTRICIONAL: MÉTODOS E CRITÉRIOS DE AValiação SEGUNDO CADERNOS DE ATENÇÃO BÁSICA DO MINISTÉRIO DA SAÚDE

A vigilância em saúde tem como objetivo a análise permanente da situação de saúde da população para a organização e a execução de práticas mais adequadas ao enfrentamento dos problemas existentes, devendo estar inserida no cotidiano das equipes de Atenção Básica (AB). A Vigilância Alimentar e Nutricional (VAN) é parte da vigilância em saúde e foi instituída no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) pela Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, em seu artigo 6º.

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) tem a VAN como uma de suas diretrizes, apontando-a como essencial para a atenção nutricional no SUS, ou seja, para organização e gestão dos cuidados em alimentação e nutrição na Rede de Atenção à Saúde (RAS). Essa organização deverá ser iniciada pelo reconhecimento da situação alimentar e nutricional da população adstrita aos serviços e às equipes de AB.

A identificação da situação alimentar e nutricional configura-se, ainda, como importante instrumento para o monitoramento da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) e da promoção da soberania e da segurança alimentar e nutricional, na medida em que a análise de indicadores de saúde e nutrição expressa as múltiplas dimensões da (in)segurança alimentar e nutricional, permitindo aos gestores públicos e às instâncias de controle social e de participação da sociedade civil analisar a situação e construir uma agenda de políticas públicas coerentes com as necessidades da população.

O cenário epidemiológico brasileiro apresenta a coexistência de sobrepeso e obesidade, desnutrição e carências de micronutrientes. Nesse contexto, a organização da VAN nos serviços de saúde dos territórios é uma demanda crescente, possibilitando o monitoramento e a avaliação desses agravos e seus determinantes.

A VAN pode auxiliar gestores e profissionais na garantia do cuidado integral à saúde, subsidiando a elaboração de estratégias de prevenção e de tratamento dos agravos e o desenvolvimento de ações de promoção da saúde e de segurança alimentar e nutricional.

A Alimentação e a Nutrição na Perspectiva da Vigilância em Saúde

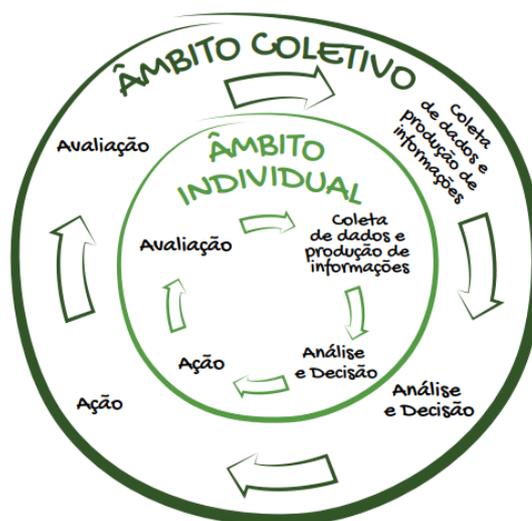
A vigilância em saúde objetiva fornecer subsídios para que gestores e profissionais qualifiquem a atenção integral às pessoas por meio de ações de promoção, proteção e recuperação da saúde.

Para tanto, pressupõe a análise contínua da situação de saúde da população, que abrange tanto a dimensão técnica de combinações tecnológicas destinadas a controlar determinantes, riscos e danos quanto a dimensão gerencial que organiza os processos de trabalho, confrontando os problemas e necessidades de saúde num dado território (AREAZZA; MORAES, 2010).

Nesse sentido, a vigilância é uma atitude primordial para avaliação, planejamento, organização e operacionalização dos serviços de saúde, subsidiando as ações em âmbito individual, familiar e comunitário, sendo parte fundamental do processo de desenvolvimento de políticas públicas (BRASIL, 2006; 2009c).

A VAN se insere nessa perspectiva, tendo em vista a estreita relação entre a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e as condições de saúde de sujeitos ou populações. Como um componente da vigilância em saúde, a VAN possibilita a descrição contínua e a predição de tendências da alimentação e nutrição da população e seus fatores determinantes.

Para exercer atitude de vigilância, recomenda-se utilizar como referência o Ciclo de Gestão e Produção do Cuidado, ilustrado na Figura 1. Esse ciclo abrange etapas de coleta de dados e produção de informações, de análise e decisão, de ação e de avaliação que podem ocorrer simultaneamente ou em momentos distintos, tanto no âmbito individual como nos atendimentos de rotina na UBS ou em domicílio, quanto no coletivo, quando se analisam as informações consolidadas por território.



Fonte: DAB/SAS/MS.

Figura 1

No exercício da VAN e para apoiar as ações de saúde e nutrição é importante identificar as redes de apoio disponíveis, como os equipamentos sociais (escolas, creches, centros de assistência social, outros serviços de saúde de referência, espaços comunitários para prática de atividade física e lazer, igrejas, associações ou grupos organizados), bem como reconhecer os espaços de produção, distribuição e comercialização de alimentos, tais como: feiras livres, supermercados, quitandas, cozinhas comunitárias, restaurantes populares, mercados públicos, lanchonetes e bares, entre outros.

Outro fator determinante sobre a situação alimentar e nutricional é o acesso ao alimento, posto que rendimentos muito baixos podem afetá-lo e incidir negativamente sobre a situação de SAN das famílias. Essa situação requer atenção dos profissionais da AB, no sentido de se articular com outras instâncias no território que possam permitir o apoio social necessário e a construção de alternativas para garantir às famílias o acesso aos alimentos ou a meios que lhes permitam consegui-los de forma autônoma.

Em síntese, a VAN, como componente da vigilância em saúde e potencializada nas ações de Atenção Básica, tem o papel fundamental de apoiar gestores e profissionais de saúde no processo de organização e avaliação da atenção nutricional, permitindo que sejam definidas prioridades com base no acompanhamento de indicadores de alimentação e nutrição da população assistida (BRASIL, 2012a).

As DRIs são divididas em quatro categorias: Ingestão Adequada (AI), Ingestão Diária Recomendada (RDA), Tolerância Máxima de Ingestão (UL) e Ingestão Adequada de Energia (EAR). A AI é estabelecida quando não há evidências suficientes para determinar um RDA, enquanto o UL representa o nível máximo de ingestão de um nutriente que não apresenta risco de efeitos adversos à saúde. Já a EAR é a quantidade de energia ou nutriente que atende às necessidades de 50% da população.

As DRIs são usadas para orientar a formulação de dietas equilibradas, permitindo que as pessoas possam escolher alimentos que atendam às suas necessidades nutricionais específicas. Além disso, as DRIs são úteis para a avaliação do consumo de nutrientes em populações, auxiliando no planejamento de políticas públicas de saúde.

No entanto, é importante destacar que as DRIs não devem ser utilizadas de forma isolada, e sim como uma ferramenta complementar para orientação nutricional. A dieta deve ser individualizada e adaptada às necessidades específicas de cada pessoa, levando em consideração fatores como condições de saúde, preferências alimentares e restrições alimentares.

Em resumo, as recomendações nutricionais são diretrizes importantes para uma alimentação saudável e equilibrada. As DRIs são uma das referências mais utilizadas, fornecendo informações sobre a ingestão diária recomendada de nutrientes. No entanto, é importante ressaltar que as DRIs devem ser utilizadas de forma complementar e adaptadas às necessidades individuais de cada pessoa.

ÉTICA PROFISSIONAL SEGUNDO CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS

Resolução CFN nº 599, de 25 de fevereiro de 2018

Aprova o CÓDIGO DE ÉTICA E DE CONDUTA DO NUTRICIONISTA e dá outras providências.

O Conselho Federal de Nutricionistas (CFN), no uso das atribuições que lhe são conferidas na Lei nº 6.583, de 20 de outubro de 1978, no Decreto nº 84.444, de 30 de janeiro de 1980, no Regimento Interno, ouvidos os Conselhos Regionais de Nutricionistas (CRN), e, tendo em vista o que foi deliberado na 322ª Reunião Plenária Ordinária, realizada nos dias 23, 24 e 25 de fevereiro de 2018;

RESOLVE:

Art. 1º Aprovar o CÓDIGO DE ÉTICA E DE CONDUTA DO NUTRICIONISTA, na forma do Anexo desta Resolução.

Art. 2º Esta Resolução e o Código de Ética e de Conduta do Nutricionista por ela aprovado entram em vigor na data de sua publicação no Diário Oficial da União, produzindo efeitos a partir de 60 (sessenta) dias após sua publicação, ficando, a partir de então, revogadas as Resoluções CFN nº 334, de 10 de maio de 2004, e nº 541, de 14 de maio de 2014.

O Código de Ética e de Conduta do Nutricionista, aprovado por esta Resolução, será publicado, na íntegra, no sítio eletrônico do Conselho Federal de Nutricionistas.

ÉLIDO BONOMO

Presidente do Conselho

JURAMENTO DO NUTRICIONISTA

Prometo que, ao exercer a profissão de nutricionista, o farei com dignidade e eficiência, valendo-me da ciência da nutrição, em benefício da saúde da pessoa, sem discriminação de qualquer natureza. Prometo, ainda, que serei fiel aos princípios da moral e da ética. Ao cumprir este juramento com dedicação, desejo ser merecedor dos louros que a profissão proporciona.

(Este juramento foi instituído pela Resolução CFN nº 382, de 27 de abril de 2006.)

CÓDIGO DE ÉTICA E DE CONDUTA DO NUTRICIONISTA

(Anexo integrante da Resolução CFN nº 599, de 25 de fevereiro de 2018)

APRESENTAÇÃO

O presente Código de Ética e Conduta do Nutricionista é um instrumento delineador da nossa atuação profissional. Seus princípios, responsabilidades, direitos e deveres devem ser reconhecidos como o cerne da prática diária em todas as áreas da Nutrição.

Esta edição substitui o Código publicado em 2004, com inovações que consideram os avanços e as novas nuances da prática profissional do século XXI. A elaboração deste Código merece destaque pela riqueza das contribuições e pelo processo participativo e democrático que envolveu milhares de profissionais na construção das condutas técnicas, políticas e ética para o exercício profissional. Um debate enriquecedor, que revelou que a construção coletiva tem um significado especial quando produzimos o alinhamento da nossa conduta como profissionais da área de saúde, que tem interface com outros setores e precisa atuar de forma interdisciplinar.

Este Código reflete a abrangência e a visibilidade da Nutrição, e é um instrumento que nos orienta acerca dos nossos direitos e deveres, mas tem a preocupação de se adequar à realidade e à nossa responsabilidade técnica, social, ética e política com a saúde, a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas. Este documento tem o objetivo de garantir que os princípios da Nutrição sejam respeitados e valorizados, e que a soberania e a segurança alimentar e nutricional sejam premissas na atuação dos nutricionistas.

Portanto, o compromisso de cada um de nós é adotar o novo Código de Ética e Conduta do Nutricionista como um guia, como o principal balizador dos direitos, deveres e limites do exercício profissional. Assim, a nossa atuação será pautada e reconhecida pela ética e pela defesa do direito à alimentação adequada e saudável.

Élido Bonomo

Presidente do Conselho Federal de Nutricionistas (CFN). Gestão 2015-2018

HISTÓRICO

A identificação da necessidade de construção de um novo Código de Ética partiu de um olhar bastante atento e cuidadoso do Conselho Federal de Nutricionistas (CFN), o qual acompanha, diante da complexidade do contexto contemporâneo, as mudanças da sociedade, a ampliação dos campos de atuação profissional e os avanços da ciência e das políticas públicas no campo da alimentação e nutrição.

Nesse sentido, em 2014 deu-se início ao processo de construção coletiva de um novo Código de Ética, no qual a participação ampla e efetiva da categoria pautou todas as ações da Comissão Especial para a Construção do Novo Código de Ética (CECE-CFN), que foi composta por profissionais indicados pelo Fórum dos Con-