

Nutrição

QUESTÃO DISCURSIVA 1

No primeiro trimestre de 2015, chegaram à Europa, de modo irregular, cerca de 57 300 imigrantes, número que corresponde, aproximadamente, ao triplo do verificado no mesmo período de 2014, ano em que todos os recordes haviam sido quebrados. Nesse cálculo, não foram incluídos os imigrantes que naufragaram no Mediterrâneo ao serem transportados em barcos precários, superlotados e inseguros, fretados por mercadores que cobram cerca de 2 mil dólares por passageiro.

Disponível em: <www.bbc.com>. Acesso em: 4 ago. 2016 (adaptado).

Considerando essas informações, elabore um texto dissertativo, posicionando-se a respeito dos referidos movimentos migratórios. Em seu texto, apresente quatro argumentos, sendo dois na perspectiva de quem migra e dois na perspectiva dos países que recebem os imigrantes. (valor: 10,0 pontos)

PADRÃO DE RESPOSTA

O estudante deve elaborar um texto dissertativo a respeito dos movimentos migratórios para o continente europeu.

- A respeito dos argumentos na perspectiva de quem migra, o estudante deve contemplar dois dos aspectos listados a seguir.
 - Fuga das atrocidades de guerra, fome, doenças (epidemia).
 - Fuga por causas político-ideológicas e religiosas.
 - Procura por emprego.
 - Procura por estabilidade.
 - Procura por novas perspectivas de vida.
- A respeito dos argumentos na perspectiva dos países que recebem os imigrantes, o estudante deve contemplar dois dos aspectos listados a seguir.
 - Argumentos contrários à migração:
 - sobrecarga da infraestrutura do Estado (educação, saúde, moradia, alimentação, segurança);
 - competição por empregos;
 - choques culturais e de costumes (xenofobia);
 - rompimentos políticos.
 - Argumentos favoráveis à migração:
 - países europeus precisam de imigrantes para enfrentar o problema demográfico (revitalização das cidades) e têm meios de responder à demanda oriunda do fluxo migratório;
 - imigrantes ocupam postos de trabalho não valorizados pelos cidadãos dos países europeus.

QUESTÃO DISCURSIVA 2

Para a Organização das Nações Unidas (ONU), a violência contra mulheres é uma grave violação dos direitos humanos que gera impactos físicos e psicológicos. A Central de Atendimento à Mulher (Ligue 180) aponta que, no Brasil, de janeiro a outubro de 2015, 38,72% das mulheres em situação de violência sofreram agressões diárias e 33,86%, agressões semanais. A violência doméstica é o tipo mais comum de violência contra a mulher e, para se tipificar essa violência como crime, foi promulgada, em agosto de 2006, a Lei Maria da Penha (Lei n. 11.340/2006), resultado de mobilizações para garantir justiça às vítimas e reduzir a impunidade de crimes cometidos contra as mulheres.

A partir dessas informações, redija um texto dissertativo sobre o impacto da Lei Maria da Penha no quadro de violência contra a mulher no Brasil. Em seu texto, aborde os seguintes aspectos:

- impacto da violência doméstica na vida da mulher, na família e na sociedade;
- mudanças nos mecanismos de proteção à mulher decorrentes da Lei Maria da Penha.

(valor: 10,0 pontos)

PADRÃO DE RESPOSTA

A violência tem consequências negativas não somente para as mulheres, mas também para suas famílias e para a sociedade.

Para a mulher, as consequências são: físicas, podendo chegar a lesões incapacitantes; psicológicas, podendo gerar traumas, baixa autoestima, dependência psicológica do agressor; cerceamento de direitos individuais; estéticas.

Para a família são: ruptura da estrutura familiar; desestabilidade emocional; naturalização da violência contra a mulher para as gerações futuras; desvalorização da figura materna.

Para a sociedade são: disseminação da violência contra a mulher; a violência tem enormes custos, desde gastos com saúde e despesas legais a perdas de produtividade.

As mudanças decorrentes da Lei Maria da Penha são: criminalização da violência doméstica/sexual; aumento das notificações de violência doméstica, apesar de continuar alta a incidência de mulheres agredidas; garantia legal de proteção à mulher contra a violência doméstica, independentemente de sua orientação sexual, ou seja, protege-se também a mulher homossexual vítima de ataque perpetrado pela parceira; possibilidade de prisão preventiva no caso de crimes de violência doméstica, embora ainda se verifique morosidade no julgamento do crime; criação de casas de refúgio ou casa-abrigo, para acolher mulheres vítimas de violência doméstica; reforço às Delegacias de Atendimento à Mulher, embora ainda insuficientes; inclusão da vítima em programas assistenciais do governo, programas de proteção à vítima e à testemunha, transferência de local de trabalho, se a vítima for servidora pública.

QUESTÃO DISCURSIVA 3

Mais do que um instrumento de educação alimentar e nutricional, o Guia Alimentar para População Brasileira, publicado em 2014, se insere na Política Nacional de Alimentação e Nutrição como estratégia de promoção da saúde e de enfrentamento do excesso de peso, que acomete um em cada dois adultos da população brasileira.

Considerando esse contexto, faça o que se pede nos itens a seguir.

- a) Identifique e descreva as quatro recomendações gerais contidas no Guia Alimentar para a População Brasileira sobre a escolha de alimentos. (valor: 6,0 pontos)
- b) Descreva duas orientações para ampliação da autonomia nas escolhas alimentares e superação dos potenciais obstáculos para a adoção das recomendações na escolha de alimentos. (valor: 4,0 pontos)

PADRÃO DE RESPOSTA

a) O estudante deve descrever as quatro recomendações gerais do Guia Alimentar para População Brasileira em um atendimento nutricional:

- fazer de alimentos *in natura* ou minimamente processados a base de sua alimentação;
- utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias mais saborosas;
- limitar o uso de alimentos processados, consumindo-os em pequenas quantidades, como ingredientes de preparações culinárias ou como parte de refeições baseadas em alimentos *in natura* ou minimamente processados;

- evitar alimentos ultraprocessados. Em suma, reforçar que propõem que os alimentos *in natura* ou minimamente processados, em grande variedade e predominantemente de origem vegetal, sejam a base da alimentação.

b) O estudante deve descrever duas orientações, entre as apresentadas a seguir, de como o indivíduo pode superar cada obstáculo para a adoção das recomendações na escolha de alimentos.

- utilizar fontes confiáveis de alimentação saudável, como o guia alimentar;
- discutir as informações e recomendações do Guia com os familiares, amigos e colegas e com os profissionais de saúde;
- abordar o Guia Alimentar em escolas (currículo escolar) e organizações da sociedade civil ou orientar crianças em escolas, segundo o Guia Alimentar;
- realizar campanhas de esclarecimento à população sobre o Guia Alimentar;
- fazer compras de alimentos em locais que comercializam todos os tipos de alimentos e dar preferência por alimentos *in natura* ou minimamente processados;
- preferir comprar em mercados, feiras livres, feiras de produtores e outros locais, como “sacolões” ou “varejões”, onde são comercializados alimentos *in natura* ou minimamente processados, incluindo os orgânicos e de base agroecológica;
- realizar cultivo doméstico de alimentos orgânicos em hortas nos quintais ou vasos;
- evitar comer fora de casa, evitar ir às redes de fast-food, e preferir os restaurantes e bares que ofereçam grande variedade de preparações culinárias, tais como: comida a quilo, self service, restaurantes populares e cozinhas comunitárias ou refeitórios adequados para a alimentação dos trabalhadores;
- levar a comida feita em casa para o local de trabalho ou estudo;
- regulamentar os alimentos que podem ser comercializados dentro dos edifícios públicos, como cantinas de escolas ou de hospitais;
- preferir alimentos que estão na safra;
- preferir alimentos regionais;
- adquirir e compartilhar habilidade no preparo de alimentos;
- evitar produto pronto que dispense preparação culinária;
- planejar as compras de alimentos e ingredientes culinários, organizar a despensa doméstica e definir o cardápio da semana;
- realizar o pré-preparo ou preparo de alguns alimentos e refrigerar ou congelar para uso durante a semana;
- reservar tempo para se alimentar, desfrutar o prazer proporcionado pela visão, aroma, textura e sabor dos alimentos e de suas preparações e partilhar deste prazer com familiares, amigos ou colegas;
- conhecer a legislação e os órgãos que protegem os consumidores de excessos publicitários;
- incentivar a leitura de rótulos;
- defender que as escolas sejam ambientes livres de propaganda de qualquer produto e que o currículo escolar discuta o papel da publicidade.

QUESTÃO DISCURSIVA 4

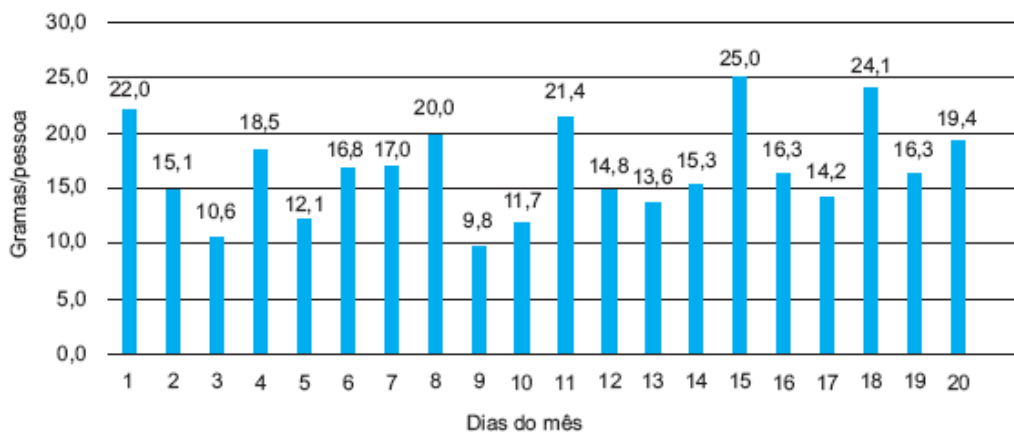
A produção de refeições envolve um conjunto de questões durante todo o processo produtivo, incluindo o planejamento do cardápio, a escolha dos gêneros alimentícios e dos fornecedores, bem como a reciclagem e o correto gerenciamento dos resíduos alimentares do serviço de alimentação. Atualmente, o debate sobre desenvolvimento sustentável envolve as dimensões ambiental, econômica e social, com o objetivo de compatibilizar crescimento econômico com preservação ambiental e melhoria da qualidade de vida da população.

No âmbito da dimensão ambiental da sustentabilidade, as empresas são levadas a considerar o impacto de suas atividades no ambiente, o que contribui para a integração da administração ambiental à rotina de trabalho. A dimensão econômica provê serviços para indivíduos e grupos e aumenta, assim, a renda monetária e o padrão de vida dos indivíduos. A dimensão social consiste nos aspectos relacionados às qualidades dos seres humanos, como suas habilidades, dedicação e experiências.

CLARO, P. B. O.; CLARO, D. P.; AMÂNCIO, R. Entendendo o conceito de sustentabilidade nas organizações. *Revista de Administração*, v. 43, n. 4, p. 289-300, 2008 (adaptado).

Em um serviço de alimentação, o cuidado e controle do Resto Ingestão é uma das formas de promover a sustentabilidade ambiental. O gráfico a seguir apresenta o Resto Ingestão diário de um serviço de alimentação institucional, que serve em média 2 500 refeições por dia, incluindo almoço e jantar, durante 20 dias.

Quantidade de Resto Ingestão diário de um serviço de alimentação, durante 20 dias do mês de março de 2016.



Com base nesse gráfico e no texto apresentado, faça o que se pede nos itens a seguir.

- Considerando que 18 g/pessoa é o valor máximo aceitável de Resto Ingestão nesse serviço de alimentação, calcule o percentual de dias da semana em que este indicador de qualidade apresentou resultados inaceitáveis. (valor: 1,0 ponto)
- Apresente três possíveis causas para o aumento do Resto Ingestão verificado em alguns dias. (valor: 6,0 pontos)
- Descreva duas ações que podem ser desenvolvidas para promover a sustentabilidade social em um serviço de alimentação. (valor: 3,0 pontos)

PADRÃO DE RESPOSTA

- O estudante deve considerar que foram 7 dias de Resto Ingestão com valores acima de 18g/dia, o que equivale a 35% do total dos dias analisados (20 dias).

b) O estudante deve apresentar três causas para o aumento do Resto Ingestão, entre os apresentados a seguir.

- Má qualidade da preparação (sabor e cheiro desagradáveis, excesso ou tipo de tempero, grau de cocção – malpassado, passado demais, queimado).
- Temperatura inadequada dos alimentos quentes (comida fria).
- Repetição frequente de preparações no cardápio.
- Falta de apetite do cliente, causada por diversos fatores: problemas psicológicos, fisiológicos, excesso de trabalho, dieta.
- Má aceitação de determinada preparação pelo cliente.
- Falta de conscientização do cliente, que nem sempre se compromete com a redução do desperdício.
- Pouco tempo disponível para o cliente realizar sua refeição.
- Falta de possibilidade de o cliente repetir as preparações, o que pode fazer com que ele se sirva mais do que o necessário.
- Inadequação dos utensílios de servir (conchas e colheres que porcionam grande quantidade ou pratos muito grandes), que podem levar o cliente a servir quantidades que não conseguirá consumir.
- Porcionamento inadequado das preparações. O fato da porção ser muito grande pode levar o cliente a servi-la sem conseguir comer tudo.
- Falta de identificação da preparação, que pode levar o cliente a servir por engano uma preparação de que não gosta ou que não quer comer.

c) A sustentabilidade social tem como principal objetivo garantir a qualidade de vida das pessoas, sejam elas colaboradores, fornecedores, clientes ou comunidade em geral. Assim, qualquer ação que tenha essa pretensão pode ser promotora da sustentabilidade social.

Desse modo, o estudante deve apresentar duas ações de promoção à sustentabilidade social em um serviço de alimentação, entre as listadas a seguir.

- Com relação aos colaboradores recomenda-se:
 - ter um número adequado de colaboradores, de tal forma que possam desenvolver suas atividades sem que se sobrecarreguem;
 - tratar com respeito e atenção os colaboradores;
 - auxiliá-los, quando possível, a lidar com os problemas pessoais;
 - oferecer remuneração justa e benefícios aos colaboradores, de forma a atender as suas necessidades e de seus familiares;
 - oferecer condições para um ambiente de trabalho seguro e saudável;
 - respeitar o direito à alimentação adequada e segura, oferecendo todas as condições necessárias para que a refeição produzida tenha essas características;
 - dispor de um programa de capacitação de colaboradores que seja real e exequível;
 - incentivar a melhoria da escolaridade dos colaboradores;
 - educar os colaboradores, conscientizando-os da importância da alimentação saudável e do seu papel como agente de saúde;
 - promover ações que desenvolvam a autonomia e o senso crítico dos colaboradores;
 - promover encontros de socialização entre os colegas de trabalho.

- Com relação aos fornecedores recomenda-se:
 - tratá-los com respeito;
 - cumprir com todas as obrigações contratuais e realizar os pagamentos nos prazos estabelecidos;
 - trabalhar com os fornecedores locais, de forma a fomentar o desenvolvimento social e econômico da região.
- Com relação aos clientes, recomenda-se:
 - realizar ações educativas sobre saúde e alimentação;
 - fornecer alimentação com excelente qualidade sensorial, higienicossanitária e nutricional;
 - atender suas necessidades e oferecer produtos de excelente qualidade;
 - adotar uma política de preços justos;
 - atendê-los prontamente;
 - respeitar o Código de Defesa do Consumidor.
- Com relação à comunidade em geral, recomenda-se:
 - apoiar obras sociais, encorajar o desenvolvimento e a melhoria da saúde e educação;
 - realizar ações educativas e culturais na comunidade;
 - cuidar para que os possíveis danos causados ao meio ambiente sejam sanados ou atenuados, de forma a impactar o mínimo possível a comunidade.

QUESTÃO DISCURSIVA 5

Uma mulher com 57 anos de idade teve diagnóstico de câncer na mama direita em 2011 e, em 2015, na mama esquerda. Nas duas ocasiões, fez quimioterapia e mastectomia radical, seguindo com tratamento medicamentoso com tamoxifeno. Em 2016, iniciou quadro de plenitude gástrica e emagrecimento involuntário. Procurou atendimento médico, foi internada e submetida a endoscopia por meio da qual foi visualizada lesão infiltrante no fundo e metade proximal do corpo gástrico. O exame histológico confirmou câncer gástrico metastático e a paciente iniciou tratamento quimioterápico.

Na triagem nutricional a paciente relatou fadiga aos mínimos esforços, redução da ingestão alimentar e perda de peso nas duas últimas semanas. Alguns dos dados coletados na avaliação nutricional são apresentados a seguir.

Variável	Valor
Peso	55 kg*
Estatura	1,64 m
IMC	20,45 kg/m ²
Dobra cutânea tricipital	17,5 mm (percentil 15)
Dobra cutânea subescapular	11,8 mm (percentil 15-25)
Circunferência muscular do braço	19,8 cm (percentil 10-25)

* peso ideal = 56,5 kg, peso habitual = 62 kg; perda de 7 kg ao longo dos últimos 6 meses

Dados bioquímicos	Valor	Valor de referência
Albuminemia	2,5 g/dL	> 3,5 g/dL
Hemoglobina	10,7 g/dL	12-16 g/dL
Hematócrito	34%	37-47%

Exame físico: desidratada, mucosas hipocoradas e com edema de membros inferiores. História alimentar: ingestão alimentar diária em torno de 60% das necessidades nutricionais e baixa ingestão hídrica.

Considerando esse caso clínico, faça o que se pede nos itens a seguir.

- Determine e explique, com base nos dados apresentados, o diagnóstico nutricional dessa paciente. (valor: 3,0 pontos)
- Determine e justifique as características da dieta a ser adotada para a paciente em questão, com ênfase na recomendação energética, proteica e hídrica. (valor: 4,0 pontos)
- Considerando que a ingestão alimentar diária dessa paciente permaneça em 60% das necessidades nutricionais, sem expectativa de melhora, defina a conduta nutricional adequada para ela. (valor: 3,0 pontos)

PADRÃO DE RESPOSTA

a) O estudante deve explicar que essa paciente está em risco nutricional ou em desnutrição, dadas a percentagem de perda de peso significativa ou grave (11,3%) e a baixa ingestão alimentar (<75% do recomendado).

O estudante deve, ainda, explicar que, com base nos exames laboratoriais (albumina, hematócrito e hemoglobina) e na avaliação física (desidratação, mucosas hipocoradas e edema), pode-se detectar o estado de desnutrição proteico-calórica, além da depleção de tecido adiposo e muscular (dobras cutâneas tricipital e subescapular e circunferência muscular do braço).

O estudante deve ser capaz de compreender que, embora o IMC esteja dentro da faixa aceitável, não é um bom parâmetro de diagnóstico nutricional para este caso, em função da presença de edema.

b) O estudante deve mencionar e descrever uma dieta hipercalórica (30 a 45 kcal por quilo de peso atual por dia, caso utilize a fórmula de bolso) e hiperproteica (1,5 a 2,0 g de proteína por quilo de peso atual por dia), ambas recomendações baseadas na situação de quimioterapia associada à necessidade de recuperação do estado nutricional (repleção proteica). Em relação à recomendação hídrica, considerando que a paciente está desidratada, deve-se sugerir uma oferta hídrica que deverá necessariamente estar no limite superior da recomendação normal, ou seja, entre 30 mL a 40 mL por quilo de peso atual por dia ou 1,0 mL/Kcal/dia.

c) O estudante deve apresentar uma das condutas listadas a seguir.

- A passagem de sonda para a alimentação, uma vez que, por via oral, a paciente só está ingerindo 60% de suas necessidades nutricionais e apresenta depleção nutricional importante.
- A utilização de terapia nutricional enteral para a alimentação, uma vez que, por via oral, a paciente só está ingerindo 60% de suas necessidades nutricionais e apresenta depleção nutricional importante.
- A utilização de dieta por jejunostomia, uma vez que, por via oral, a paciente só está ingerindo 60% de suas necessidades nutricionais e apresenta depleção nutricional importante.