

NUTRIÇÃO

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA (HUB)

PROCESSO SELETIVO:
RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL 2021

PROVAS OBJETIVAS

MANHÃ

LEIA COM ATENÇÃO AS INSTRUÇÕES ABAIXO.

- 1 Ao receber este caderno de provas, confira inicialmente se os dados transcritos acima estão corretos e se estão corretamente registrados na sua **Folha de Respostas**. Confira também seus dados em cada página numerada deste caderno de provas (desconsidere estas instruções, caso se trate de caderno de provas reserva). Em seguida, verifique se ele contém a quantidade de itens indicada em sua **Folha de Respostas**, correspondentes às provas objetivas. Caso o caderno esteja incompleto, tenha qualquer defeito e(ou) apresente divergência quanto aos seus dados, solicite, de imediato, ao(a) aplicador(a) de provas mais próximo(a) que tome as providências necessárias.
- 2 Durante a realização das provas, não se comunique com outros(as) candidatos(as) nem se levante sem autorização de um(a) dos(as) aplicadores(as) de provas.
- 3 Na duração das provas, está incluído o tempo destinado à identificação — que será feita no decorrer das provas — e ao preenchimento da **Folha de Respostas**.
- 4 Ao terminar as provas, chame o(a) aplicador(a) de provas mais próximo(a), devolva-lhe a sua **Folha de Respostas** e deixe o local de provas.
- 5 Nenhuma folha deste caderno pode ser destacada, exceto a **Folha de Respostas**, cujo cabeçalho será destacado pelo(a) chefe de sala ao final das provas, para fins de desidentificação.
- 6 A desobediência a qualquer uma das determinações constantes em edital, no presente caderno ou na **Folha de Respostas** implicará a anulação das suas provas.

O CEBRASPE TRABALHA PARA OFERECER O MELHOR!

OBSERVAÇÕES

- Não serão conhecidos recursos em desacordo com o estabelecido em edital.
- É permitida a reprodução deste material apenas para fins didáticos, desde que citada a fonte.

INFORMAÇÕES ADICIONAIS

0(XX) 61 3448-0100
www.cebraspe.org.br
sac@cebraspe.org.br

- Cada um dos itens das provas objetivas está vinculado ao comando que imediatamente o antecede. De acordo com o comando a que cada um deles esteja vinculado, marque, na **Folha de Respostas**, para cada item: o campo designado com o código **C**, caso julgue o item **CERTO**; ou o campo designado com o código **E**, caso julgue o item **ERRADO**.
- A ausência de marcação ou a marcação de ambos os campos não serão apenadas, ou seja, não receberão pontuação negativa. Para as devidas marcações, use a **Folha de Respostas**, único documento válido para a correção das suas provas objetivas.
- Caso haja item(ns) constituído(s) pela estrutura **Situação hipotética**: ... seguida de **Assertiva**: ..., os dados apresentados como situação hipotética deverão ser considerados premissa(s) para o julgamento da assertiva proposta.
- Eventuais espaços livres — identificados ou não pela expressão “**Espaço livre**” — que constarem deste caderno de provas poderão ser utilizados para rascunho.

-- CONHECIMENTOS BÁSICOS --

Julgue os próximos itens, relativos à Política Nacional de Humanização (PNH).

- 1 A PNH tem como princípios a transversalidade, a indissociabilidade entre atenção e gestão, o protagonismo, a corresponsabilidade e a autonomia dos sujeitos e coletivos.
- 2 Na produção dos modos de cuidar e também nas relações de trabalho, a inclusão das diferenças nos processos de gestão e de cuidado é considerada um preocupante problema a ser combatido.
- 3 A PNH destaca dois grupos de dispositivos de cogestão direcionados à organização de um espaço coletivo de gestão e aos mecanismos que garantam a participação ativa de usuários e familiares no cotidiano das unidades de saúde.

Considerando que as condições de vida e de trabalho dos indivíduos e grupos da população estão relacionadas com sua situação de saúde, julgue os itens subsequentes.

- 4 Os determinantes sociais da saúde são fatores sociais, econômicos, culturais, étnicos/raciais, psicológicos e comportamentais que influenciam a ocorrência de problemas de saúde e seus fatores de risco na população.
- 5 De acordo com a Lei Orgânica da Saúde, os fatores determinantes e condicionantes da saúde são a alimentação, a moradia, o saneamento básico, a prática de atividades físicas, as questões de gênero, o trabalho, a renda, a cultura, o transporte, o lazer e o acesso aos bens e serviços essenciais para a saúde.
- 6 Segundo a Comissão Nacional sobre os Determinantes Sociais da Saúde (CNDSS), a análise da situação de saúde abrange as conexões entre condições de vida, ambiente e trabalho, com destaque para as relações entre saneamento, alimentação, habitação, ambiente de trabalho, poluição, acesso à informação e serviços de saúde e seu impacto nas condições de saúde dos variados grupos da população.

Em 2006 foi instituído o Pacto pela Saúde, um conjunto de reformas nas relações institucionais voltado ao fortalecimento da gestão do Sistema Único de Saúde (SUS). Ele introduziu mudanças nas relações entre os entes federados, inclusive nos mecanismos de financiamento, significando, portanto, um esforço de atualização e aprimoramento do SUS. A adesão dos gestores ao Pacto pela Saúde se dá mediante assinatura de um termo de compromisso que estabelece compromissos entre os gestores em três dimensões: pacto pela vida, pacto em defesa do SUS e pacto de gestão. Com relação a essas três dimensões presentes no Pacto pela Saúde, julgue os itens a seguir.

- 7 No pacto em defesa do SUS, são definidos compromissos em torno de medidas que resultem em melhorias da situação de saúde da população brasileira, e a partir dele se definem prioridades e metas a serem alcançadas nos municípios, nas regiões, nos estados e em todo o país.
- 8 O Pacto pela Vida firma-se em torno de ações que contribuam para aproximar a sociedade brasileira do SUS, tendo como diretriz a repolitização da saúde, como movimento que retoma a reforma sanitária brasileira, atualizando as discussões em torno dos desafios atuais.
- 9 No pacto de gestão, são abordadas a regionalização, a qualificação do processo de descentralização e ações de planejamento e programação, além de propostas de mudanças no financiamento.

Nos últimos anos, um debate muito importante tem sido realizado no Brasil quanto a modelos de atenção à saúde, abrangendo-se o Modelo de Atenção às Condições Agudas, o Modelo de Atenção Crônica (MAC) e o Modelo de Atenção às Condições Crônicas (MACC), proposto por Mendes e adaptado para o SUS. A respeito desses modelos, julgue os seguintes itens.

- 10 O Modelo de Atenção às Condições Agudas é adequado para organizar a atenção às condições agudas e às agudizações das condições crônicas, sendo o seu objetivo promover, em tempo hábil, o diagnóstico e propor o manejo das condições agudas.
- 11 Considerando-se a pirâmide de risco, a análise do MAC revela que grande parte da população está no nível 1: cerca de 70% a 80% das pessoas com condições simples e com necessidade do autocuidado apoiado.
- 12 São elementos fundamentais do MACC o uso de instrumentos de autocuidado orientado desenvolvidos com base em evidências, a realização de reuniões de grupos de usuários, para estímulo ao autocuidado, e a educação em saúde dos usuários.
- 13 O MACC considera que os profissionais de saúde interagem com os portadores de doenças crônicas durante um pequeno número de horas durante o ano, por isso um dos elementos-chave do modelo preconiza que esse quantitativo de horas seja, no mínimo, cinco vezes maior que o habitualmente praticado.

Acerca dos princípios e das diretrizes do SUS, julgue os itens a seguir.

- 14 As ações e os serviços públicos de saúde, bem como os serviços privados contratados ou conveniados que integram o SUS, devem ser desenvolvidos de acordo com o princípio da preservação da autonomia das pessoas na defesa de sua integridade física e moral.
- 15 No conjunto das legislações que regem o SUS, são apresentados simultaneamente como princípios e diretrizes a descentralização, a integralidade no atendimento e a participação da comunidade.
- 16 De acordo com a Constituição Federal de 1988, são diretrizes do SUS a universalidade, a equidade e a integralidade.
- 17 As ações e os serviços públicos de saúde integram uma rede regionalizada e hierarquizada e constituem um sistema único organizado de acordo com princípios, entre os quais se incluem a descentralização, com direção única em cada esfera de governo, e o atendimento integral, com prioridade para as atividades e os serviços assistenciais.

Considerando a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, julgue os seguintes itens.

- 18 Por serem muito complexas, as ações motivadoras que visam ao abandono do uso de álcool, do tabagismo e do sedentarismo entre pessoas idosas devem ser realizadas a partir do nível secundário de atenção à saúde.
- 19 O envelhecimento bem-sucedido pode ser compreendido a partir de três componentes: menor probabilidade de doença; alta capacidade funcional física e mental; e engajamento social ativo com a vida.
- 20 Considera-se idoso independente aquele que seja capaz de realizar, sem dificuldades e sem ajuda, ao menos uma das atividades da vida diária.

Com relação às comissões gestoras, instâncias de pactuação do Sistema Único de Saúde (SUS) entre os entes federativos, julgue os itens a seguir. Considere que as siglas CIB e CIT, sempre que utilizadas, referem-se a Comissão Intergestores Bipartite e Comissão Intergestores Tripartite, respectivamente.

- 21 A CIT é o colegiado, no âmbito da União, que define a composição do Conselho Nacional de Saúde.
- 22 A CIB, no âmbito dos estados, está vinculada às secretarias estaduais de saúde, para efeitos administrativos e operacionais.
- 23 À CIB compete a pactuação dos critérios para o planejamento integrado das ações e dos serviços de saúde da região de saúde, em razão do compartilhamento da gestão, porém essa comissão não delibera sobre o financiamento.
- 24 Cabem à CIT a pactuação das diretrizes gerais sobre regiões de saúde, a integração de limites geográficos, a referência e a contrarreferência e demais aspectos vinculados à integração das ações e dos serviços de saúde entre os entes federativos.
- 25 Uma das funções da CIB, no âmbito estadual, é definir e aprovar o orçamento a ser executado pelos gestores municipais.

As conferências de saúde, previstas dentro dos princípios fundamentais do SUS, são convocadas pelo Poder Executivo ou, extraordinariamente, pelos conselhos de saúde. Acerca das conferências de saúde, julgue os próximos itens.

- 26 As conferências de saúde são realizadas a cada quatro anos e constituem o fórum de deliberação das políticas de saúde, congregando trabalhadores da saúde, gestores, usuários e prestadores de serviços.
- 27 As conferências de saúde buscam estimular a participação, o controle e a avaliação dos cidadãos nos serviços de saúde.
- 28 As conferências de saúde têm a finalidade de apoiar os processos de educação popular na saúde, para ampliar e qualificar a participação social no SUS.
- 29 Representações governamentais e gestores não participam das conferências de saúde, porque devem atuar exclusivamente na CIB e na CIT.
- 30 É prerrogativa da Conferência Nacional de Saúde definir a composição da CIT, ao passo que às conferências estaduais de saúde cabe a definição da composição da CIB nos estados.

A respeito de epidemiologia, julgue os itens a seguir.

- 31 Estudos ecológicos são comumente empregados para a análise de desfecho em grupos de pessoas, porém, o uso desses estudos é inadequado quando se deseja gerar hipóteses.
- 32 A coorte é um exemplo de estudo que pode ser aplicado em sujeitos que não apresentam a doença a ser investigada.
- 33 Para avaliar os efeitos de um novo medicamento sobre uma doença infectocontagiosa, é recomendado o emprego de ensaio clínico randomizado.
- 34 As diferenças de perfil sociodemográfico e de características biológicas entre participantes selecionados para pesquisas clínicas podem ser desprezadas na avaliação para detectar uma possível associação entre exposição e desfecho.

Com relação à segurança da pessoa idosa na atenção à saúde, julgue os próximos itens.

- 35 Complicações iatrogênicas em idosos raramente ocorrem em hospitais, mas são muito comuns no domicílio quando os idosos estão sob os cuidados dos familiares.
- 36 Vacinas, adoção de estilo de vida salutar e atenção familiar são importantes determinantes que constituem a prevenção primária na promoção da segurança e do envelhecimento saudável dos idosos.
- 37 Nos casos em que o idoso apresentar diminuição da visão e confusão mental, é recomendada a fixação de faixa colorida nas portas de vidro e na altura que esteja dentro do campo visual do idoso.

No que se refere à vigilância em saúde, julgue os itens seguintes.

- 38 A notificação compulsória de uma doença só é permitida para profissionais da área de saúde: médicos, enfermeiros, odontólogos, médicos veterinários, biólogos, biomédicos, farmacêuticos e outros no exercício da profissão.
- 39 Na estratégia de saúde familiar a ser adotada por equipes multidisciplinares na segurança e na atenção da saúde da população, deve-se preconizar o modelo biomédico de atenção à saúde, que é voltado para uma visão centrada na doença.

Com relação à gestão de serviços em saúde, julgue o item a seguir.

- 40 A proposta de implantação da estratégia saúde da família (ESF) deve prever equipamentos necessários para garantir que a unidade básica de saúde possa responder aos problemas de saúde das famílias na área sob sua responsabilidade.
-

Espaço livre

-- CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS --

Conforme os princípios e as recomendações da segunda edição do Guia Alimentar da População Brasileira, publicada em 2014, julgue os itens seguintes.

- 41 A constituição da autonomia para escolhas mais saudáveis no campo da alimentação depende não só do próprio sujeito, mas também do ambiente onde ele vive, no sentido de que fatores de natureza física, econômica, política, cultural ou social podem influenciar, positiva ou negativamente, o padrão de alimentação das pessoas.
- 42 Uma espiga de milho-verde é um alimento *in natura*; o milho em conserva e enlatado é processado, pois apresenta adição de sal; e o salgadinho de milho é ultraprocessado, por ter matéria-prima processada e ser composto por diversos ingredientes, como sal, gorduras, aromatizantes, aditivos e conservantes.
- 43 Para alcançar uma alimentação saudável, convém que a pessoa prefira sempre alimentos *in natura* ou minimamente processados, utilize óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades e limite o consumo de alimentos processados.
- 44 A depender de suas características, o sistema de produção e distribuição dos alimentos pode promover justiça social e proteger o ambiente ou, ao contrário, gerar desigualdades sociais e ameaças aos recursos naturais e à biodiversidade.
- 45 Alimentos *in natura* ou minimamente processados em grande variedade e predominantemente de origem animal são a base para uma alimentação nutricionalmente balanceada.

Com relação à dieta para pacientes com sinais e sintomas relacionados ao tratamento oncológico, levando-se em consideração suas necessidades nutricionais, restrições dietéticas, tolerância, estado clínico e efeitos colaterais esperados, julgue os itens a seguir.

- 46 Aumentar a ingestão de líquidos, com preferência por sucos laxativos e água, melhora a constipação intestinal.
- 47 Maçã sem casca, caju, goiaba e banana-prata são exemplos de alimentos constipantes utilizados em caso de diarreia.
- 48 A diminuição do fracionamento das refeições associada com o consumo abundante de bebidas, especialmente durante as refeições, auxilia na saciedade precoce.
- 49 Para pacientes com disfagia, recomenda-se a exclusão de alguns alimentos e a modificação de outros, para facilitar a deglutição, sendo recomendada, quanto à textura, uma dieta pastosa.

A avaliação do estado nutricional configura estratégia fundamental para o diagnóstico, a intervenção e o acompanhamento de pacientes clínicos e cirúrgicos em situação de risco nutricional. A respeito desse assunto, julgue os itens que se seguem.

- 50 Medidas antropométricas e bioquímicas, comumente utilizadas na avaliação nutricional, podem sofrer influência de fatores não nutricionais na vigência do câncer e, por isso, não ser de grande utilidade para o diagnóstico nutricional de pacientes com câncer.
- 51 O índice P/E (peso sobre estatura), por expressar a harmonia entre massa corpórea e estatura, desconsidera a idade cronológica da criança e pode identificar tanto o excesso de peso quanto o emagrecimento.
- 52 O método antropométrico permite a avaliação do peso, da estatura e de outras medidas do corpo humano.
- 53 O registro alimentar consiste em definir e quantificar todos os alimentos e bebidas consumidos nas 24 horas que antecedem a consulta com nutricionista.
- 54 Para avaliar o estado nutricional da gestante, é necessário que, na primeira consulta, seja realizada a aferição do peso e da estatura da mulher, além do cálculo da semana gestacional.
- 55 A avaliação nutricional subjetiva global é um instrumento indicado para detectar risco nutricional em fase pré-operatória.

Acerca da doença diverticular, julgue os próximos itens.

- 56 Uma dieta rica em fibras, que auxilia a formação do bolo fecal e ajuda o trânsito intestinal, reduz a chance de inflamação dos divertículos.
- 57 O tratamento dessa doença pode incluir repouso, dieta líquida ou com poucas fibras e antibióticos.

No que diz respeito à terapia nutricional parenteral (TNP), julgue os itens subsequentes.

- 58 Na TNP, a administração de nutrientes como glicose e proteínas, além de água, eletrólitos, sais minerais e vitaminas, é realizada pela via endovenosa.
- 59 Na administração da alimentação parenteral pela via periférica, podem ser oferecidas somente soluções hipo-osmolares, soluções hipoconcentradas e gorduras.
- 60 A TNP é contraindicada para pacientes com trato gastrointestinal não funcionante ou que apresentam distúrbios que requerem repouso intestinal.

Camila levou suas filhas gêmeas, de 11 meses de idade, para consulta com um nutricionista, o qual orientou a mãe a oferecer frutas e castanhas como lanche para as filhas.

Considerando essa situação hipotética e aspectos a ela relacionados, julgue os itens a seguir.

- 61 A orientação dada pelo nutricionista é falha, pois as castanhas, embora sejam consideradas alimentos *in natura* ou minimamente processados, são alimentos duros e podem causar engasgos, sendo terminantemente contraindicados para a faixa etária das crianças em questão.
- 62 O Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos é um documento oficial do Ministério da Saúde que visa fornecer informações atualizadas, objetivas e em linguagem acessível sobre alimentação e nutrição de crianças nos dois primeiros anos de vida.
- 63 Camila deve oferecer diariamente para suas filhas alimentos que sejam fonte de ferro e de vitamina A, como ovo e espinafre.
- 64 Recomenda-se que, desde o início da alimentação complementar, as crianças sejam alimentadas com a comida da família, desde que esta seja preparada com temperos naturais, pouco óleo e quantidade mínima de sal.
- 65 Como crianças menores de 1 ano de idade são pouco resistentes à bactéria causadora do botulismo, Camila deve ser orientada a oferecer mel às suas filhas somente a partir de 1 ano de idade.

Acerca do câncer de mama e de temas correlatos, julgue os itens seguintes.

- 66 A prática de atividade física moderada pode ajudar na prevenção do câncer de mama.
- 67 O consumo moderado de bebidas alcoólicas com alto teor de polifenóis, como o vinho tinto, é um fator de proteção para o câncer de mama, assim como para doenças cardiovasculares.
- 68 As mulheres que não amamentam seus filhos têm menor probabilidade de desenvolvimento de câncer de mama, pois os tecidos envolvidos na amamentação são preservados e não sofrem ação de radicais livres.
- 69 A apoptose é um mecanismo celular que pode ocorrer para proteger as células de adquirir características do câncer.
- 70 A obrigatoriedade de identificação de açúcares totais e adicionais nas tabelas de informação nutricional dos alimentos embalados pode ajudar a reduzir o consumo de bebidas açucaradas e, conseqüentemente, colaborar para a prevenção do câncer.

No que diz respeito aos sistemas alimentares, julgue os itens subsequentes.

- 71 A má nutrição é uma das principais causas de doenças e mortes prematuras no mundo.
- 72 Sindemia global é o termo adotado para descrever as pandemias de obesidade, desnutrição e mudanças climáticas atualmente vivenciadas em diferentes países e regiões do mundo.
- 73 O sistema alimentar é um fator que impulsiona a sindemia global.
- 74 A taxação de carnes é uma ação que pode interferir em diferentes partes da sindemia global, de forma simultânea.

A respeito de aspectos referentes a alimentação e nutrição, julgue os próximos itens.

- 75 Desertos alimentares correspondem a locais com pouca ou nenhuma oferta de alimentos saudáveis.
- 76 Para evitar desconforto intestinal, a água do remolho utilizada no preparo de leguminosas secas, como o feijão, deve ser descartada antes da cocção.
- 77 Para a adequada classificação do estado nutricional de adolescentes, recomenda-se a utilização do índice peso-idade.
- 78 Crianças com IMC-idade superior a 1 escore-z são classificadas como obesas.
- 79 Pela comparação dos dados da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) de 2019 com a Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) 2002-2003, observa-se um aumento na prevalência estimada de excesso de peso mais acentuado entre os homens.
- 80 Recomenda-se ao indivíduo adulto obeso a restrição mínima de 1.500 kcal/dia do gasto energético estimado.

Em relação às vitaminas lipossolúveis, julgue os itens subsequentes.

- 81 O consumo de vitamina A acima do limite recomendado pode causar cegueira noturna em mulheres grávidas.
- 82 A vitamina E atua na redução da peroxidação lipídica nas membranas celulares, protegendo-as contra danos oxidativos.
- 83 A vitamina D é essencial para a homeostase do cálcio e do folato no organismo.
- 84 O excesso de vitamina K pode afetar o funcionamento da bomba de sódio e potássio nas membranas celulares.

Acerca de avaliação nutricional em idosos, julgue os itens a seguir.

- 85 Os pontos de corte do índice de massa corporal para a classificação como eutrofia em idosos estão entre os valores 18,5 kg/m² a 24,9 kg/m².
- 86 A circunferência da panturrilha é um parâmetro sensível para mensurar perda de massa muscular em idosos.
- 87 A albumina é um marcador sensível e agudo do estado nutricional de idosos, principalmente daqueles hospitalizados.

O Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) apresenta orientações sobre alimentação saudável e adequada. No que se refere às informações presentes nesse guia acerca de alimentos ultraprocessados, julgue os itens a seguir.

- 88 Alimentos ultraprocessados são aqueles que apresentam origem industrializada, sendo produzidos inteiramente a partir de substâncias extraídas de alimentos e(ou) derivadas de constituintes de alimentos.
- 89 O referido guia indica que alimentos ultraprocessados sejam consumidos, no máximo, entre duas a três vezes por semana.
- 90 São exemplos de alimentos ultraprocessados cereais açucarados para o desjejum matinal, misturas para bolo e bebidas lácteas adoçadas e aromatizadas.

Um paciente diagnosticado com nefrolitíase e formação de cálculos de oxalato de cálcio foi atendido pela equipe de nutrição.

Espaço livre

Considerando essa situação hipotética, julgue os itens a seguir, com relação a orientações nutricionais.

- 91 Recomenda-se, nesse caso, a redução do consumo de alimentos que sejam fonte de cálcio, para a prevenção da formação de cálculos.
- 92 Devem ser evitadas megadoses de vitamina C nesse caso, uma vez que o ácido ascórbico pode ser metabolizado a ácido oxálico, o que aumenta a excreção de oxalato e o risco de formação de cálculos.
- 93 O consumo de laranja e limão, frutas que são fontes de citrato, é recomendável nesse caso, pois o citrato forma um complexo solúvel com o cálcio, o que inibe a cristalização deste e a posterior formação de cálculos.

Acerca da terapia nutricional enteral durante o tratamento de pancreatite aguda grave, julgue os itens que se seguem.

- 94 A localização da sonda enteral deve ser preferencialmente após o ângulo de Treitz, na porção jejunal do intestino, para reduzir o estímulo da secreção exócrina do pâncreas.
- 95 A fonte de lipídio dietético recomendada nesse tipo de situação é o triglicérido de cadeia longa, uma vez que ele apresenta absorção facilitada pelo sistema linfático.
- 96 Considerando-se o hipermetabolismo comumente apresentado nessa doença, recomenda-se o uso de fórmula hiperproteicas.

O documento Dieta, Nutrição, Atividade Física e Câncer: Uma Perspectiva Global – Um Resumo do Terceiro Relatório de Especialistas com uma Perspectiva Brasileira, publicado pelo Instituto Nacional do Câncer (INCA) em outubro de 2020, atualiza as recomendações para a prevenção de câncer adaptadas para o Brasil. A respeito das recomendações do INCA, julgue os itens a seguir.

- 97 Recomenda-se ser fisicamente ativo e manter o peso adequado, pois, entre os 17 tipos de câncer estudados, 12 apresentavam evidência convincente ou provável de maior gordura corporal na idade adulta como fator de risco.
- 98 Recomenda-se o consumo de, pelo menos, 400 g de frutas e vegetais não amiláceos por dia.
- 99 Recomenda-se limitar o consumo de carne vermelha e carnes processadas a somente uma porção por semana, para manter a adequação dos níveis de vitamina B12.
- 100 Para a prevenção de câncer, recomenda-se o uso de suplementos antioxidantes, como vitamina E e selenio.