

313 – Profissional de Nível Superior Jr

INSTRUÇÕES

1. Confira, abaixo, o seu número de inscrição, turma e nome. Assine no local indicado.
2. Aguarde autorização para abrir o caderno de prova. Antes de iniciar a resolução das questões, confira a numeração de todas as páginas.
3. A prova é composta de 40 questões objetivas.
4. Nesta prova, as questões objetivas são de múltipla escolha, com 5 alternativas cada uma, sempre na sequência **a, b, c, d, e**, das quais somente uma deve ser assinalada.
5. A interpretação das questões é parte do processo de avaliação, não sendo permitidas perguntas aos aplicadores de prova.
6. Ao receber o cartão-resposta, examine-o e verifique se o nome impresso nele corresponde ao seu. Caso haja qualquer irregularidade, comunique-a imediatamente ao aplicador de prova.
7. O cartão-resposta deverá ser preenchido com caneta esferográfica preta, tendo-se o cuidado de não ultrapassar o limite do espaço para cada marcação.
8. Não serão permitidos empréstimos, consultas e comunicação entre os candidatos, tampouco o uso de livros, apontamentos e equipamentos eletrônicos ou não, inclusive relógio. O não cumprimento dessas exigências implicará a eliminação do candidato.
9. Os aparelhos celulares deverão ser desligados e colocados OBRIGATORIAMENTE no saco plástico. Caso essa exigência seja descumprida, o candidato será excluído do concurso.
10. A duração da prova é de 4 horas. Esse tempo inclui a resolução das questões e a transcrição das respostas para o cartão-resposta.
11. Ao concluir a prova, permaneça em seu lugar e comunique ao aplicador de prova. Aguarde autorização para entregar o caderno de prova e o cartão-resposta.
12. Se desejar, anote as respostas no quadro abaixo, recorte na linha indicada e leve-o consigo.

Português

Conhecimento
Específico

DURAÇÃO DESTA PROVA: 4 horas

NÚMERO DE INSCRIÇÃO

TURMA

NOME DO CANDIDATO

ASSINATURA DO CANDIDATO

✕

RESPOSTAS

01 -	06 -	11 -	16 -	21 -	26 -	31 -	36 -
02 -	07 -	12 -	17 -	22 -	27 -	32 -	37 -
03 -	08 -	13 -	18 -	23 -	28 -	33 -	38 -
04 -	09 -	14 -	19 -	24 -	29 -	34 -	39 -
05 -	10 -	15 -	20 -	25 -	30 -	35 -	40 -

PORTUGUÊS

O texto a seguir é referência para as questões 01 a 04.

Você sabe com quem está falando?

1 Não deixa de ser curioso que o ser vivo mais consciente da própria morte, o animal mais certo de que sua única certeza é
2 um limite final e definitivo – a morte –, seja o bicho que mais inventa e questiona limites. Os seus limites e os dos outros. Mais os
3 dos outros que os seus.

4 A reflexão sobre os limites, sobre o que é suficiente ou bastante para cada um de nós (e conseqüentemente para os outros)
5 é o resultado de mais igualdade, liberdade, oportunidade, poder de consumo e daquilo que se chama de “modernidade”: de
6 mercado, de competição eleitoral e de democracia. Da operação consistente de um sistema que tem no centro o indivíduo-cidadão
7 livre e igual perante a lei. Todas as sociedades que passaram por uma aguda transformação no sentido de maior igualdade,
8 acoplada a uma consciência mais intensa de liberdade, vivem um aparente paradoxo. Como usufruir a liberdade e a igualdade
9 sem ofender os outros e, mais do que isso, sem levar o sistema a uma anarquia e a um caos no qual alguns podem fazer tudo, o
10 outro não existe e – como consequência – quem ocupa cargos importantes, sobretudo no governo, acaba virando um mandão (ou
11 mandona), de modo que, em vez de igualdade e limite, temos o justo oposto: uma hierarquia e o enriquecimento dos poderosos
12 por meio daquilo que é o teste mais claro do limite e da igualdade, o sistema eleitoral que os elegeu.

13 Neste momento em que o Brasil consolida sua democracia e torna-se um ator global, é crucial discutir esse equilíbrio. Não
14 nos parece tarefa fácil conciliar desejos (que geralmente são ilimitados e odeiam controles) e a questão fundamental de cumprir
15 regras, seguir leis e construir espaços públicos seguros e igualitários, válidos para todos, numa sociedade que também tem o seu
16 lado claramente aristocrático e hierárquico. Um sistema que ama a democracia, mas também gosta de usar o “Você sabe com
17 quem está falando?”, que é justamente a prova da persistência dessa tradição, conforme disse em *Carnavais, malandros e heróis*,
18 um livro publicado, imagine, em 1979!

19 Ali, eu descobri o nosso amor simultâneo pela igualdade e, a seu lado, o nosso afeto pelo familismo e pelo partidarismo
20 governados pela ética de condescendência tão nossa conhecida, que diz: nós somos diferentes e temos biografia: para os amigos
21 tudo, aos inimigos (e estranhos, os que não conhecemos) a lei!

22 Não há nada mais claro da nossa aversão aos limites do que essa recusa de obedecer à lei, ao cargo público para o qual
23 fomos eleitos ou ao sinal de trânsito. Uma pessoa, como digo no citado ensaio, que não foi criada para pensar em limites, porque
24 todos somos (ou fomos) filhinhos de mamãe e criados em ambientes onde sabíamos bem quem era superior, quem era
25 subordinado, quem mandava e quem obedecia, não pode funcionar igualmente na rua, onde ninguém é de ninguém ou sabe
26 quem são os outros.

(Adaptado de DAMATTA, Roberto. <www.revistatrip.uol.com.br/revista/196/reportagens/voce-sabe-com-quem-esta-falando.html>. Acessado em 13 out.2011)

01 - Identifique como verdadeiras (V) as afirmativas que correspondem às opiniões expressas por Damatta no texto e como falsas (F) as que não correspondem ao ponto de vista do autor.

- () A consciência da morte como limite inevitável torna os homens mais tolerantes para a aceitação dos limites necessários para a convivência com os demais.
- () O exercício da democracia, regime centrado na igualdade de direitos, entra em choque com a liberdade plena dos cidadãos.
- () O paradoxo apontado na linha 8 do texto diz respeito à impossibilidade do exercício da democracia no Brasil, devido às desigualdades sociais.
- () A consolidação da democracia no Brasil não resultou na igualdade de direitos no espaço público e no respeito aos limites definidos pelas leis.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta, de cima para baixo.

- a) V – V – F – F.
- b) F – F – V – F.
- c) V – V – V – V.
- d) V – F – V – V.
- ▶ e) F – V – F – V.

02 - Para o autor, o uso da pergunta “Você sabe com quem está falando?” é uma prova:

- ▶ a) da permanência de valores aristocráticos na sociedade brasileira.
- b) do apreço dos brasileiros pela democracia.
- c) da mudança de comportamento observada no país após 1979.
- d) do esforço para construir espaços públicos igualitários.
- e) da importância que os brasileiros atribuem à família.

03 - Assinale a alternativa que apresenta substituições ADEQUADAS para cada uma das palavras destacadas, de acordo com o sentido original no texto.

- a) aguda (linha 7) → sutil; acoplada (linha 8) → conectada; crucial (linha 13) → difícil.
- ▶ b) aguda (linha 7) → intensa; acoplada (linha 8) → associada; crucial (linha 13) → fundamental.
- c) aguda (linha 7) → nítida; acoplada (linha 8) → semelhante; crucial (linha 13) → decisivo.
- d) aguda (linha 7) → discreta; acoplada (linha 8) → paralela; crucial (linha 13) → inócuo.
- e) aguda (linha 7) → forte; acoplada (linha 8) → vinculada; crucial (linha 13) → irrelevante.

04 - Leia o trecho abaixo:

Um sistema que ama a democracia, mas também gosta de usar o “Você sabe com quem está falando?”, que é justamente a prova da persistência dessa tradição, conforme disse em *Carnavais, malandros e heróis*, um livro publicado, imagine, em 1979!

A respeito desse trecho, considere as seguintes afirmativas:

1. As aspas, maiúscula e interrogação utilizadas em “Você sabe com quem está falando?” assinalam a inserção de uma frase de uso corrente.
2. O itálico é utilizado para assinalar que o autor não se responsabiliza pelo conteúdo das informações destacadas.
3. As vírgulas no trecho “..., que é justamente a prova da persistência dessa tradição, ...” apontam o caráter explicativo da oração delimitada por esse sinal de pontuação.
4. São recursos para destacar a ênfase que o autor dá às suas afirmações a inserção de um verbo no imperativo entre vírgulas e o ponto de exclamação.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente a afirmativa 3 é verdadeira.
- b) Somente as afirmativas 2 e 4 são verdadeiras.
- c) Somente as afirmativas 1, 3 e 4 são verdadeiras.
- d) Somente as afirmativas 1, 2 e 3 são verdadeiras.
- e) As afirmativas 1, 2, 3 e 4 são verdadeiras.

O texto a seguir é referência para as questões 05 a 09.

1 Com tantos protestos sociais espontâneos irrompendo por toda parte, desde a Tunísia até Tel Aviv e Wall Street, é evidente
2 que existe algo ocorrendo globalmente e que necessita de definição. Estão em circulação duas teorias unificadoras que me
3 intrigam. Uma delas diz que isso é o início da “Grande ruptura”. A outra afirma que tudo o que está ocorrendo faz parte da “Grande
4 mudança”. Você decide.

5 Paul Gilding, ambientalista australiano, argumenta que essas manifestações se constituem em um sinal de que o atual
6 sistema capitalista obcecado pelo crescimento está atingindo os seus limites financeiros e ecológicos. “Eu vejo o mundo como um
7 sistema integrado, de forma que não enxergo esses protestos, a crise da dívida, a desigualdade, a economia ou a mudança
8 climática de forma isolada. O nosso sistema está passando por um processo doloroso de ruptura”, afirma Gilding. “O que estamos
9 presenciando agora – de forma mais extrema nos Estados Unidos, mas basicamente no mundo inteiro – é a maior de todas as
10 quebras de promessas”, acrescenta Gilding. “Sim, os ricos estão ficando mais ricos e as corporações estão lucrando – e os
11 executivos delas são regiadamente recompensados. Mas, enquanto isso, a situação do povo está piorando – a população está se
12 afogando em dívidas referentes à casa própria ou à educação –; muita gente que trabalhou duro está desempregada; muitos que
13 estudaram bastante não conseguem obter um bom emprego; o meio ambiente está sendo cada vez mais danificado; e as pessoas
14 estão percebendo que os seus filhos ver-se-ão em uma situação ainda mais difícil que a dos pais”.

15 Mas John Hagel III e John Seely Brown veem as coisas de forma um pouco diferente. Eles sugerem que estamos nos
16 estágios iniciais de uma “Grande mudança”, precipitada pela fusão da globalização com a revolução das tecnologias de
17 informação. Nos estágios iniciais, experimentamos essa mudança como uma pressão que se acumula, deteriorando o
18 desempenho e provocando um aumento de estresse porque nós continuamos a operar com instituições que são cada vez menos
19 funcionais – de maneira que o surgimento de movimentos de protesto não é nenhuma surpresa. No entanto, a Grande mudança
20 desencadeia também um enorme fluxo global de ideias, inovações, novas possibilidades de colaboração e novas oportunidades de
21 mercado. “À medida que o fluxo ganha impulso, ele destrói as preciosas reservas de conhecimento que antigamente nos
22 proporcionavam segurança e riqueza. Ele nos conchama a aprender mais rapidamente com trabalho conjunto e a retirar de nós
23 próprios uma quantidade maior do nosso verdadeiro potencial, de maneira tanto individual quanto coletiva. Isso é algo que nos
24 entusiasma com as possibilidades que só podem ser concretizadas com a participação em uma gama mais ampla de fluxos”.

25 Portanto, temos diante de nós duas narrativas. Uma focada na ameaça, a outra na oportunidade, mas ambas envolvendo
26 mudanças colossais. O meu coração está com Hagel, mas a minha cabeça diz que seria arriscado ignorar Gilding.

(Adaptado de *New York Times*, 10 out 2011. <www.uol.com.br/jornais>.)

05 - Assinale a alternativa que está de acordo com o texto.

- a) Os protestos sociais observados em vários países reforçam a análise de Gilding e enfraquecem a de Hagel.
- b) As duas teorias – *Grande mudança* e *Grande ruptura* – apontam a degradação do meio ambiente como a principal causa da insatisfação dos manifestantes.
- c) Os adeptos da teoria da *Grande mudança* acreditam em uma renovação do conhecimento e das instituições como desdobramento da crise atual.
- d) O autor do artigo critica o otimismo de Hagel, mostra-se favorável à análise de Gilding e procura convencer os leitores a adotar o mesmo ponto de vista.
- e) As manifestações observadas em vários países têm motivações muito heterogêneas.

06 - Para a teoria da *Grande mudança*, a crise atual é motivada:

- a) pela crise de criatividade das instituições.
- b) pela globalização aliada ao desenvolvimento das tecnologias de informação.
- c) pelo endividamento da população com a aquisição de imóveis.
- d) pelas exigências que recaem sobre os trabalhadores, aumentando seu estresse.
- e) pela dificuldade de inserção dos jovens com alto nível educacional no mercado de trabalho.

07 - Para os adeptos da teoria da *Grande ruptura*, o efeito mais significativo da crise atual é:

- ▶ a) o acirramento da desigualdade social.
- b) a ineficiência dos sistemas de ensino.
- c) o pagamento de salários abusivos aos executivos de grandes empresas.
- d) a dificuldade financeira das grandes empresas.
- e) o endividamento dos países.

08 - Observa-se na linha 14 o emprego de uma forma pouco usada no português atual, a mesóclise “ver-se-ão”. Essa forma poderia ser substituída, respeitando as normas do português padrão escrito, por:

- a) se virão.
- b) verão-se.
- ▶ c) se verão.
- d) hão de ver.
- e) vir-se-ão.

09 - Portanto, temos diante de nós duas narrativas. Uma focada na ameaça, a outra na oportunidade, mas ambas envolvendo mudanças colossais.

Assinale a alternativa que reescreve o trecho acima, mantendo as mesmas relações de sentido.

- a) Logo, temos diante de nós duas narrativas, uma focada na ameaça, a outra na oportunidade e vice-versa, embora envolvendo mudanças colossais.
- b) Por outro lado, temos diante de nós duas narrativas, a primeira focada na ameaça, a segunda na oportunidade, portanto ambas envolvendo mudanças colossais.
- c) Temos diante de nós, entretanto, duas narrativas, focadas respectivamente na ameaça e na oportunidade, portanto ambas envolvendo mudanças colossais.
- ▶ d) Assim, temos diante de nós duas narrativas, a primeira focada na ameaça e a segunda na oportunidade, ambas contudo envolvendo mudanças colossais.
- e) Concluindo: temos diante de nós duas narrativas, a primeira focada na ameaça e a segunda na oportunidade, à medida em que envolvem mudanças colossais.

10 - Os versos abaixo são da canção “À primeira vista”, de Chico César:

Quando não tinha nada, eu quis
Quando tudo era ausência, esperei
Quando tive frio, tremi
Quando tive coragem, liguei...

Quando chegou carta, abri
Quando ouvi Prince, dancei
Quando o olho brilhou, entendi
Quando criei asas, voei...

Com o uso da conjunção “quando”, o autor expressa a relação de tempo (simultaneidade) entre as duas afirmações presentes em cada verso, entre “tive frio” e “tremi”, por exemplo. Além da relação de tempo, marcada no texto, as afirmações de cada verso apresentam também uma ideia de:

- a) divergência.
- b) finalidade.
- c) oposição.
- ▶ d) reação.
- e) comparação.

CONHECIMENTO ESPECÍFICO

11 - A Associação Internacional de Ergonomia divide essa disciplina nos domínios:

1. **cognitivo.**
2. **laboral.**
3. **organizacional.**
4. **administrativo.**
5. **físico.**

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente os itens 2 e 4 são verdadeiros.
- b) Somente os itens 1, 3 e 4 são verdadeiros.
- ▶ c) Somente os itens 1, 3 e 5 são verdadeiros.
- d) Somente os itens 2, 4 e 5 são verdadeiros.
- e) Somente os itens 1, 2, 3 e 4 são verdadeiros.

12 - O REBA (Rapid Entire Body Assessment) tem sido empregado para se realizar uma avaliação de estações de trabalho. Sobre sua aplicação, é correto afirmar:

- a) Sua análise considera ações corporais que são codificadas, porém apenas os membros superiores são analisados.
- b) É o melhor método para identificar problemas relacionados ao uso de computadores e foi especificamente idealizado para a análise desse tipo de trabalho.
- c) Os escores obtidos pelo REBA desconsideram ações rotacionais dos segmentos analisados.
- d) Escores entre 11 e 15 indicam que as tarefas estão bem controladas e nenhuma intervenção é requerida a curto ou médio prazo.
- ▶ e) Sua análise considera ações corporais que são codificadas e fornecem um sistema de escores para as atividades musculares que consideram posturas incorretas e/ou instáveis.

13 - Programas de atividade física que incluem exercícios reduzidos têm sido recomendados para a melhoria da função muscular, sendo reportados como efetivos para reduzir problemas musculares e prevenir distúrbios musculares relacionados ao trabalho. Para a prescrição de exercícios resistidos, deve-se atentar a algumas recomendações, a fim de garantir seus benefícios (ACSM, 2011). Tais recomendações quanto à intensidade incluem cargas:

- ▶ a) entre 60–70% de 1RM para praticantes novatos e intermediários.
- b) abaixo de 80% de uma 1RM para praticantes experientes.
- c) entre 70–80% de 1RM para pessoas mais velhas que iniciam um programa de atividades físicas.
- d) entre 70–80% de 1RM para sedentários que iniciam um programa de atividades físicas.
- e) abaixo de 30% para melhorar a resistência muscular.

14 - A antropometria é uma das áreas de estudo da ergonomia que visa determinar um conjunto de grandezas físicas que permitem dimensionar adequadamente um posto de trabalho. A construção de um posto de trabalho deve atender a vários usuários e precisa ser projetada de forma a ajustar-se a medidas entre:

- a) o percentil 10 e 90 da população em geral.
- b) o percentil 5 e 95 da população masculina.
- c) o percentil 5 da população masculina e 95 da população feminina.
- ▶ d) o percentil 5 da população feminina e 95 da população masculina.
- e) o percentil 1 e 99 da população em geral.

15 - O Instituto Nacional de Segurança e Saúde Ocupacional (NIOSH) determina que o limite permissível de cargas não seja superior a 23 kg quando todos os parâmetros envolvidos são adequados à tarefa. Todavia, à medida que alguns fatores se tornam menos adequados, a carga deve ser reduzida. O fator físico que mais influencia essa redução é:

- a) a altura em que o objeto é apanhado.
- ▶ b) a distância horizontal do objeto em relação ao corpo.
- c) a distância vertical percorrida.
- d) o fator de pega ou agarre do objeto.
- e) a rotação do tronco.

16 - Um dos domínios da ergonomia relaciona-se à análise de processos mentais, tais como percepção, atenção, cognição, controle motor, armazenamento e recuperação de memória, e a como eles afetam as interações entre seres humanos e outros elementos de um sistema. Tópicos relevantes incluem carga mental de trabalho, vigilância, tomada de decisão, desempenho de habilidades, erro humano, interação humano-computador e treinamento. Assinale a alternativa que se refere a esse domínio da Ergonomia.

- a) Organizacional.
- b) Psicológico.
- ▶ c) Cognitivo.
- d) Administrativo.
- e) Laboral.

17 - Existem várias formas de sobrecarga mecânica sobre o tecido muscular. Acerca disso, considere as seguintes afirmativas:

1. A tensão mecânica oriunda da contração prolongada de um grupamento muscular para cumprir uma determinada função que requer força causa bloqueio do fluxo sanguíneo e microlesões por hipoxia e falta de nutrientes.
2. A tensão mecânica sobre alguns tecidos conjuntivos, como os tendões e ligamentos, provoca estiramento e microlesões, que podem ser consideradas pouco relevantes quando comparadas àquelas que ocorrem especificamente no tecido contrátil propriamente dito.
3. As posturas estereotipadas induzem a pressões excessivas sobre alguns tecidos, provocam irritação sobre o tecido nervoso e dependem exclusivamente da força que é exercida.
4. O atrito entre estruturas moles pode desencadear vários sintomas dolorosos.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente as afirmativas 1 e 2 são verdadeiras
- ▶ b) Somente as afirmativas 1 e 4 são verdadeiras.
- c) Somente as afirmativas 2, 3 e 4 são verdadeiras.
- d) Somente as afirmativas 1, 2 e 3 são verdadeiras.
- e) Somente as afirmativas 1 e 3 são verdadeiras.

18 - É correto afirmar que a etiologia da síndrome do túnel do carpo está predominantemente associada às seguintes condições:

1. posições que envolvem angulações extremas da articulação do punho.
2. atividades realizadas acima da altura dos ombros e da cabeça.
3. força excessiva para apreender ou empunhar um objeto ou ferramenta.
4. tarefas que envolvem vibração, tendo uma maior probabilidade de influenciar o nervo mediano e desencadear sintomas.

Assinale a alternativa correta.

- ▶ a) Somente os itens 1, 3 e 4 são verdadeiros.
- b) Somente os itens 1, 2 e 3 são verdadeiros.
- c) Somente os itens 2, 3 e 4 são verdadeiros.
- d) Somente os itens 1 e 4 são verdadeiros.
- e) Os itens 1, 2, 3 e 4 são verdadeiros.

19 - O Questionário de Walton (Timossi *et al.*, 2009) tem sido aplicado para analisar a qualidade de vida no trabalho. A ferramenta proposta por Walton analisa domínios que compreendem:

1. salário e condições de trabalho.
2. uso das capacidades e oportunidades no trabalho.
3. integração social e relação com as leis do trabalho.
4. espaço que o trabalho ocupa em sua vida.
5. relevância social do seu trabalho.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente os itens 2 e 3 são verdadeiros.
- b) Somente os itens 1, 3 e 4 são verdadeiros.
- c) Somente os itens 1, 2 e 5 são verdadeiros.
- d) Somente os itens 2, 3, 4 e 5 são verdadeiros.
- ▶ e) Os itens 1, 2, 3, 4 e 5 são verdadeiros.

20 - Quanto ao modelo proposto por Taylor, também conhecido por taylorismo, considere as seguintes afirmativas:

1. É um método que institui um sistema de vigilância dos movimentos empregados pelo trabalhador, aumentando o fracionamento e a rigidez do trabalho.
2. É um modelo que reduz os movimentos repetitivos pelo fracionamento das tarefas.
3. Aumenta a diversificação de tarefas a serem realizadas e deve ser encorajado, para diminuir o estresse ocupacional.
4. A elevada especialização das tarefas tende a conduzir a problemas ósteo-musculares (LER/DORT), pela repetição dos gestos empregados pelos trabalhadores.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente a afirmativa 1 é verdadeira.
- b) Somente as afirmativas 2 e 3 são verdadeiras.
- c) Somente as afirmativas 1, 2 e 3 são verdadeiras.
- ▶ d) Somente as afirmativas 1 e 4 são verdadeiras.
- e) Somente as afirmativas 3 e 4 são verdadeiras.

21 - O treinamento de flexibilidade é considerado como um importante meio para aumentar a amplitude de movimento e como forma de prevenção para um conjunto de problemas musculares associados ao trabalho. Identifique como verdadeiras (V) ou falsas (F) as afirmativas abaixo sobre programas de exercício de flexibilidade conforme estejam ou não de acordo com o Colégio Americano de Medicina do Esporte (ACSM).

- () Os alongamentos devem ser sustentados por períodos que variam entre 10 e 30 segundos em uma amplitude que ofereça resistência ou leve desconforto.
- () A facilitação proprioceptiva neuromuscular é um dos métodos que propicia os maiores ganhos de flexibilidade e é obtida pela ativação isométrica, que excita os fusos musculares e causa um maior relaxamento, permitindo que o músculo seja alongado por uma força externa.
- () Os exercícios de flexibilidade devem ser a base dos programas de atividade física na empresa.
- () A maior efetividade dos programas de flexibilidade ocorre quando eles são ministrados entre duas e três vezes por semana, mas podem ser desenvolvidos de forma diária, para reduzir as tensões geradas pelas demandas ocupacionais.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta, de cima para baixo.

- a) F – V – V – F.
- b) F – V – V – V.
- c) V – V – F – F.
- d) V – F – V – V.
- ▶ e) V – F – F – V.

22 - A iluminação no ambiente de trabalho é um dos fatores analisados em contextos ergonômicos. Quanto a isso, identifique as afirmativas a seguir como verdadeiras (V) ou falsas (F):

- () A iluminação é um “agente agressivo” do ponto de vista de desencadeamento de certas doenças ocupacionais.
- () *Iluminância* refere-se ao fluxo luminoso recebido por unidade de área. É expressa em lux.
- () *Luminância* refere-se à intensidade recebida por unidade de área, na direção de observação. É expressa em cd/m^2 .
- () A NR 15 afirma que, quando não puder ser definido o campo de trabalho para efeito de determinação da luminosidade, este será feito no centro do ambiente e à altura do solo.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta, de cima para baixo.

- a) F – F – V – V.
- b) V – V – F – F.
- ▶ c) F – V – V – F.
- d) V – F – F – V.
- e) V – F – V – V.

23 - O controle das radiações não ionizantes é relevante em ambientes ocupacionais. Sobre o assunto, identifique as afirmativas a seguir como verdadeiras (V) ou falsas (F):

- () A radiação ultravioleta é muito pouco penetrante; dessa forma, seus efeitos serão sempre superficiais, quando se refere à pele.
- () Nos olhos, a radiação ultravioleta não produz qualquer efeito e não demanda proteção adicional em ambientes ocupacionais.
- () Os cremes protetores solares de uso popular também podem e devem ser utilizados em atividades ocupacionais.
- () Os locais que possuem exposição ao raio laser devem possuir paredes e teto em acabamento fosco e iluminação geral bem intensa, e o alvo do laser deve ser incombustível e absorvente.

Assinale a alternativa que apresenta a sequência correta, de cima para baixo.

- a) V – F – F – V.
- ▶ b) V – F – V – V.
- c) F – V – V – V.
- d) V – V – F – F.
- e) F – V – V – F.

24 - A Associação Brasileira de Normas Técnicas define um conjunto de normas que permitem a adaptação das condições de trabalho às características psicológicas e fisiológicas dos trabalhadores, de modo a proporcionar um máximo de conforto, segurança e desempenho eficiente. Tais normas estão prescritas na:

- ▶ a) NR-17.
- b) NR-07.
- c) NR-15.
- d) NR-11.
- e) NR-14.

25 - Algumas doenças ocupacionais são geralmente associadas a movimentos repetitivos. Existem agravos quando esses movimentos são aliados à exigência de força física. Sobre esse assunto, numere a coluna da direita de acordo com sua correspondência com a coluna da esquerda.

- | | | |
|-------------------|-----|--|
| 1. Tenossinovite. | () | É a inflamação dos tecidos sinoviais que envolvem os tendões em sua passagem por túneis osteofibrosos, polias e locais. |
| 2. Sinovite. | () | É provocada por ruptura ou estiramento dos pontos de inserção dos músculos flexores ou extensores do carpo no cotovelo, ocasionando processo inflamatório local que atinge os tendões, fâscias musculares e tecidos sinoviais. |
| 3. Bursite. | () | É qualquer processo inflamatório que acomete tecidos sinoviais articulares, intermusculares ou peritendinosos, com ou sem degeneração tecidual. |
| 4. Epicondilite. | () | É resultante de um processo inflamatório de uma bolsa serosa, constituída de fibras colágenas e revestida de membrana sinovial, geralmente próxima a inserções tendinosas e articulações. |

Assinale a alternativa que apresenta a numeração correta na coluna da direita, de cima para baixo.

- a) 3 – 4 – 1 – 2.
- b) 2 – 1 – 4 – 3.
- c) 1 – 3 – 4 – 2.
- ▶ d) 1 – 4 – 2 – 3.
- e) 3 – 1 – 4 – 2.

26 - O limite máximo de ruído para uma jornada de trabalho de 8 horas é:

- ▶ a) 85 dB.
- b) 90 dB.
- c) 100 dB.
- d) 112 dB.
- e) 115 dB.

27 - O Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO) prevê a realização dos seguintes exames médicos:

1. Exame de retorno ao trabalho e exame admissional.
2. No mínimo, exame demissional.
3. Exame periódico e exame de mudança de função.
4. Exame de retorno de férias e exames admissional e demissional.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente as afirmativas 1, 2 e 3 são verdadeiras.
- b) Somente as afirmativas 1, 2 e 4 são verdadeiras.
- c) Somente as afirmativas 2, 3 e 4 são verdadeiras.
- ▶ d) Somente as afirmativas 1 e 3 são verdadeiras.
- e) Somente as afirmativas 2 e 4 são verdadeiras.

28 - O processamento de dados, uma atividade realizada em muitas empresas, depende largamente da digitação de dados em um terminal de computador. Sobre esse tipo de atividade, é correto afirmar:

- ▶ a) Deve-se inserir pelo menos uma pausa na atividade a cada 50 minutos de trabalho, o qual não deve exceder a 5 horas diárias.
- b) O limite de toques não poderá ultrapassar a 8 mil por hora, desde que realizados numa jornada de no máximo 4 horas.
- c) O número de toques realizados por hora é um ótimo indicador de produção e deve ser incluído como forma de incentivar esse tipo de trabalho.
- d) O número de toques depende exclusivamente da habilidade pessoal e a legislação considera apenas a carga horária trabalhada nesses postos de trabalho.
- e) O número de pausas pode ser reduzido caso o digitador use teclados ergonômicos. Isso também é atrativo, pois permite que um maior número de toques possa ser realizado numa jornada de trabalho de 8 h.

29 - Quando o trabalho demanda um período prolongado em uma mesma postura (sentado ou em pé), do ponto de vista ergonômico, é importante adotar a seguinte recomendação:

- a) Modificar o posto, para que a postura sentada seja mantida pelo maior tempo possível, pois permite maior descanso quando comparada à posição em pé.
- b) Para cada hora trabalhada em pé, descansar sentado durante 15 a 20 minutos.
- c) Praticar exercícios físicos e alongamentos por, no mínimo, 5 minutos.
- ▶ d) Realizar pausas ao longo da jornada de trabalho, alternando a posição.
- e) Para cada hora trabalhada sentado, permanecer em pé por 15 a 20 minutos.

30 - A Norma Reguladora que trata dos aspectos ergonômicos NÃO incorpora os seguintes aspectos:

- a) Análise ergonômica dos equipamentos empregados no trabalho.
- b) Conforto e segurança.
- c) Organização do trabalho e mobiliário.
- d) Condições ambientais.
- ▶ e) Exames médicos e equipamentos de proteção individual.

31 - Com relação ao Programa de Prevenção de Riscos Ambientais (PPRA), considere as seguintes afirmativas:

1. Deve ser desenvolvido e controlado pelo responsável de cada posto ou seção.
2. É desenvolvido sob a responsabilidade exclusiva dos empregadores.
3. Considera como riscos os agentes físicos, os agentes químicos e os ergonômicos.
4. Entende que são agentes químicos as radiações, as poeiras e os gases resultantes dos processos produtivos.
5. Deve ser avaliado, no mínimo, uma vez por ano.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente as afirmativas 1, 2 e 3 são verdadeiras.
- b) Somente as afirmativas 1, 3 e 5 são verdadeiras.
- c) Somente as afirmativas 1 e 4 são verdadeiras.
- ▶ d) Somente as afirmativas 2 e 5 são verdadeiras.
- e) Somente as afirmativas 3 e 4 são verdadeiras.

32 - Quanto às recomendações para o uso de terminais de computadores, considere as seguintes afirmativas:

1. O monitor deve estar entre 45 e 70 cm de distância da sua cabeça e alinhado um pouco abaixo da altura dos seus olhos.
2. O teclado deve ficar em uma posição tal que os punhos fiquem flexionados.
3. A cadeira deve permitir um apoio razoável para a região dorsal, os pés do usuário devem poder tocar completamente o chão e os joelhos devem posicionar-se a 90 graus.
4. A inclinação do assento deve ser para trás, de forma que a maior pressão seja distribuída pela região posterior da coxa.
5. Os braços devem permanecer bem à frente do corpo, mantendo os cotovelos em uma posição de extensão.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente as afirmativas 2 e 3 são verdadeiras.
- b) Somente as afirmativas 1, 2 e 4 são verdadeiras.
- ▶ c) Somente as afirmativas 1 e 3 são verdadeiras.
- d) Somente as afirmativas 2, 3 e 5 são verdadeiras.
- e) Somente as afirmativas 1, 2, 4 e 5 são verdadeiras.

33 - O método OWAS tem sido aplicado como uma ferramenta para analisar postos de trabalho. Sobre ele, considere as seguintes afirmativas:

1. O método emprega a análise de quatro posturas para a região dorsal, três posturas para os braços e sete posturas para as pernas.
2. Quando a tarefa envolve a manipulação de objetos, seu peso é desconsiderado.
3. A postura do corpo é definida por um código de quatro dígitos que expressam as posições dos membros superiores, região dorsal e da carga.
4. O método permite identificar as posturas observadas no hemicorpo esquerdo e direito de forma separada.
5. Quanto mais altos os números de codificação, menores são os riscos associados aquela postura. Ex: 4437.

Assinale a alternativa correta.

- ▶ a) Somente a afirmativa 1 é verdadeira.
- b) Somente a afirmativa 4 é verdadeira.
- c) Somente as afirmativas 2 e 3 são verdadeiras.
- d) Somente as afirmativas 2, 4 e 5 são verdadeiras.
- e) Somente as afirmativas 1, 3 e 5 são verdadeiras.

34 - De maneira geral, a concepção dos postos de trabalho não leva em consideração o conforto do trabalhador na escolha da postura de trabalho, mas sim as necessidades da produção. Logo, determinadas tarefas requerem que os trabalhadores assumam posturas em pé. Posturas em pé são recomendadas quando a tarefa:

1. exige deslocamentos contínuos.
2. exige manipulação de cargas com peso igual ou superior a 4,5 kg.
3. exige a aplicação de forças para baixo.
4. exige precisão.
5. é executada por um período prolongado.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente os itens 1 e 5 são verdadeiros.
- b) Somente os itens 3, 4 e 5 são verdadeiros.
- ▶ c) Somente os itens 1, 2 e 3 são verdadeiros.
- d) Somente os itens 2 e 4 são verdadeiros.
- e) Os itens 1, 2, 3, 4 e 5 são verdadeiros.

35 - A obesidade tem sido considerada um dos grandes problemas de saúde pública mundial, pela sua íntima associação a um grande número de doenças (como problemas cardíacos, dores nas costas etc.). Medidas de controle da obesidade têm sido incluídas em vários programas de saúde ocupacional, nos quais o índice de massa corporal (IMC) tem sido aplicado como um indicador da obesidade. É correto afirmar que um IMC de 29 kg/m^2 é:

- a) peso normal.
- ▶ b) acima do peso.
- c) abaixo do peso.
- d) obesidade III – mórbida.
- e) obesidade I.

36 - O conceito fundamental da ergonomia consiste em:

- a) melhorar os aspectos técnicos e a usabilidade dos produtos.
- b) treinar os trabalhadores para que eles possam desempenhar suas tarefas com menos riscos de lesão.
- c) aumentar a produção e o lucro.
- d) melhorar a qualidade do produto.
- ▶ e) adequar o trabalho ao homem.

37 - Os principais fatores relacionados ao aparecimento de LER/DORT são:

1. resistência.
2. vibração.
3. posturas viciosas.
4. compressão mecânica.
5. repetitividade.
6. força.
7. frio/calor.
8. estresse psicológico.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente os itens 5, 6 e 8 são verdadeiros.
- b) Somente os itens 1, 2, 3 e 4 são verdadeiros.
- c) Somente os itens 1, 2, 6 e 7 são verdadeiros.
- ▶ d) Somente os itens 3, 4, 5 e 6 são verdadeiros.
- e) Somente os itens 2, 4, 6, 7 e 8 são verdadeiros.

38 - A correção postural dos postos de trabalho é uma das tarefas que devem ser priorizadas pelos ergonomistas. Entre as medidas para reduzir os problemas causados por postura, deve-se:

1. aplicar dados antropométricos para definir as dimensões do posto de trabalho, porém ajustes individuais são recomendáveis.
2. usar pausas a cada duas horas para que os sintomas de desconforto sejam aliviados.
3. não permitir que os braços fiquem elevados e sem apoio.
4. evitar posições que demandem rotações axiais.
5. evitar ângulos próximos de regiões neutras e centrais e colocar objetos no alcance visual e motor.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente as afirmativas 3 e 5 são verdadeiras.
- b) Somente as afirmativas 2, 3 e 4 são verdadeiras.
- ▶ c) Somente as afirmativas 1, 3 e 4 são verdadeiras.
- d) Somente as afirmativas 1, 2, 3 e 5 são verdadeiras.
- e) As afirmativas 1, 2, 3, 4 e 5 são verdadeiras.

39 - O "strain index" de Moore e Garg (1995) foi proposto como uma forma de determinar o risco de distúrbios músculo-esqueléticos relacionados ao trabalho das extremidades distais superiores (mão, punho e cotovelo). Em relação a essa ferramenta de análise, considere as seguintes afirmativas:

1. A percepção subjetiva do esforço (Escala de Borg) é fortemente considerada.
2. A duração do ciclo, número de esforços por minuto e a velocidade de execução compõem a análise do risco dessa ferramenta.
3. É possível realizar análises separadas referentes aos lados direito e esquerdo do corpo.
4. O número de horas diárias possui o menor fator de menor impacto quando comparado aos demais fatores.
5. Tarefas com índices acima de 7 são consideradas perigosas ao desenvolvimento de problema músculo-esquelético.

Assinale a alternativa correta.

- a) Somente as afirmativas 2 e 5 são verdadeiras.
- b) Somente as afirmativas 2, 3 e 4 são verdadeiras.
- c) Somente as afirmativas 1, 2 e 3 são verdadeiras.
- d) Somente as afirmativas 1, 3, 4 e 5 são verdadeiras.
- ▶ e) As afirmativas 1, 2, 3, 4 e 5 são verdadeiras.

40 - O Instituto Nacional de Segurança e Saúde Ocupacional (NIOSH) propõe que a carga a ser levantada seja adequada a um conjunto de parâmetros. Quando se divide a carga efetivamente levantada pela carga recomendável, obtém-se o índice de levantamento. É correto afirmar que índices de levantamento:

- a) abaixo de 1 possuem alto risco ocupacional na tarefa.
- ▶ b) abaixo de 1 representam tarefas em que 99% dos homens e 75% das mulheres possuem baixo risco ocupacional na tarefa.
- c) entre 1 e 2 requerem modificações urgentes na tarefa.
- d) abaixo de 1 são inaceitáveis e requerem interrupção da tarefa.
- e) acima de 3 são recomendáveis e indicam baixo risco ocupacional na tarefa.