

Resposta aos recursos -S51 PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA 30H

Questão	Justificativa	Conclusão (Deferido ou Indeferido)	Resposta Alterada para:
Questão 26-1 Questão 33-2 Questão 47-3	O gabarito correto é a letra D, porque reconhece a contribuição única dos profissionais de Educação Física na promoção da saúde integral, alinhada com os princípios da PNPIC, através da integração de práticas corporais e movimento consciente.	Deferido (mudança de gabarito apenas para a prova tipo 3)	D - A inserção de profissionais de Educação Física na PNPIC permite a integração de práticas corporais e de movimento consciente, visando a melhoria da qualidade de vida e o bem-estar dos usuários do SUS.
Questão 27-1 Questão 46-2 Questão 39-3	O gabarito correto é letra E, porque captura a essência da contribuição dos profissionais de Educação Física para o Programa Academia da Saúde, destacando seu papel ativo na promoção da saúde comunitária através de atividades físicas e educação em saúde.	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	E - Profissionais de Educação Física desempenham um papel essencial na elaboração, implementação e monitoramento de programas de atividades físicas e práticas corporais, integrando ações de educação em saúde no contexto comunitário.
Questão 28-1 Questão 37-2 Questão 35-3	O gabarito correto é a letra A, porque abrange a abordagem integrada e interdisciplinar que caracteriza a atuação dos profissionais de Educação Física no PSE, reconhecendo seu papel na promoção de uma visão ampla da saúde que inclui atividade física, nutrição e saúde mental.	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	A - Profissionais de Educação Física desempenham um papel crucial no PSE, integrando ações de educação física, nutrição e saúde mental para promover estilos de vida saudáveis e prevenir doenças entre os estudantes.

Questão 29-1 Questão 34-2 Questão 49-3	O gabarito correto é a letra D, pois reflete a visão atual da Educação Física, que busca integrar a prática de atividades físicas ao conceito ampliado de saúde, enfatizando a inclusão, a diversidade de práticas e o desenvolvimento integral do ser humano.	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	D - A Educação Física contemporânea integra a prática de atividades físicas com a promoção da saúde, valorizando a diversidade de práticas e a inclusão, e reconhecendo a importância do movimento para o desenvolvimento humano integral.
Questão 30-1 Questão 45-2 Questão 41-3	O gabarito correto é a letra C, pois destaca a necessidade de um planejamento cuidadoso e individualizado que considere as particularidades de cada grupo, promovendo uma abordagem inclusiva e eficaz na Educação Física.	Indeferido.	C - A elaboração de programas de Educação Física deve basear-se em uma avaliação cuidadosa das necessidades, capacidades e limitações de cada grupo, aplicando princípios de individualização e inclusão para promover saúde, bem-estar e desenvolvimento humano integral.
Questão 31-1 Questão 47-2 Questão 28-3	O gabarito correto é a letra C, pois enfatiza uma abordagem holística e individualizada na prescrição de atividades físicas para idosos, reconhecendo a importância de atender às necessidades físicas, cognitivas e sociais para promover um envelhecimento saudável e ativo.	Deferido (mudança de gabarito apenas para a prova tipo 3)	C - Prescrever atividades físicas que integrem aspectos físicos, cognitivos e sociais, adaptando os exercícios às capacidades individuais, para promover um envelhecimento ativo e saudável.
Questão 32-1 Questão 28-2 Questão 34-3	O gabarito correto é a letra A - V - F - F - F - V.	Deferido (mudança de gabarito apenas para a prova tipo 3)	A - V - F - F - F - V.
Questão 44 -2	O gabarito correto é a letra D,	Deferido (mudança de	D - As práticas de dança, lutas

	pois reconhece o amplo espectro de benefícios das práticas de dança, lutas e capoeira para adolescentes, abrangendo desenvolvimento físico, cognitivo, social e emocional, além de incentivar valores importantes como respeito e disciplina.	gabarito apenas para a prova tipo 2)	e capoeira são altamente benéficas para adolescentes, promovendo não apenas o desenvolvimento físico, mas também contribuindo significativamente para o desenvolvimento cognitivo, social e emocional, incentivando a expressão pessoal, o respeito mútuo e a disciplina.
Questão 34-1 Questão 36-2 Questão 50-3	O gabarito correto é a letra B, pois reconhece a importância de adaptar as atividades de Educação Física às fases do desenvolvimento motor dos participantes, promovendo uma experiência de aprendizado positiva, inclusiva e segura, que é essencial para o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e sociais.	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	B - A aplicação do conhecimento sobre o desenvolvimento motor em programas de Educação Física permite a adaptação das atividades às capacidades individuais, promovendo a aprendizagem motora, a participação ativa e a prevenção de lesões em diferentes faixas etárias.
Questão 35-1 Questão 49-2 Questão 30-3	O gabarito correto é a letra C, pois reconhece a necessidade de uma abordagem abrangente e contínua da avaliação física, incluindo aspectos físicos, psicológicos e sociais, para uma intervenção eficaz e adaptada às necessidades individuais.	Deferido (mudança de gabarito apenas para a prova tipo 2)	C - A avaliação física é um processo contínuo que deve incluir uma variedade de medidas, tanto objetivas quanto subjetivas, para monitorar o progresso e ajustar os programas conforme necessário, visando a melhoria contínua da saúde e do bem-estar.
Questão 36-1 Questão 41-2	O gabarito correto é a letra E, pois reconhece uma gama	Deferido (mudança de gabarito apenas para a prova	E - O treinamento de resistência aeróbica leva a

Questão 27-3	completa de adaptações benéficas do sistema cardiovascular ao treinamento de resistência aeróbica, incluindo aspectos cruciais como a redução da frequência cardíaca de repouso, o aumento do volume de ejeção e a melhoria do VO2 máximo.	tipo 2)	uma série de adaptações benéficas no sistema cardiovascular, incluindo redução da frequência cardíaca de repouso, aumento do volume de ejeção do coração e melhoria da capacidade máxima de consumo de oxigênio (VO2 máximo).
Questão 37-1 Questão 40-2 Questão 29-3	O gabarito correto é a letra D, pois reflete a abordagem contemporânea de lazer e recreação, que enfatiza a inclusão, a diversidade e a acessibilidade. O objetivo é oferecer programas que sejam acolhedores e engajadores para todos, independentemente de idade, habilidade ou interesse.	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	D - Programas de lazer e recreação devem ser planejados para promover a inclusão social, acessibilidade e a participação de pessoas de todas as idades e habilidades, oferecendo uma variedade de atividades que atendam a diferentes interesses e necessidades.
Questão 38-1 Questão 43-2 Questão 46-3	O gabarito correto é a letra A, pois reconhece a importância da diversidade e da acessibilidade na organização de eventos esportivos e recreativos. Oferecer uma variedade de atividades e garantir acessibilidade são práticas essenciais para inclusão e engajamento de um amplo espectro de participantes.	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	A - A inclusão de atividades diversificadas que atendam a diferentes interesses, habilidades e faixas etárias, bem como a acessibilidade dos locais, são fundamentais para promover a participação ampla e a satisfação dos participantes,
Questão 39-1 Questão 32-2 Questão 32-3	O gabarito correto é a letra C, pois reconhece a ampla gama de benefícios da prática	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	C - A prática regular de atividade física contribui significativamente para a

	regular de atividade física, incluindo a prevenção e controle de doenças crônicas, a melhoria da saúde mental e a promoção da longevidade, independentemente da intensidade da atividade.		prevenção e o controle de doenças crônicas não transmissíveis, melhoria da saúde mental e promoção da longevidade, independentemente da intensidade da atividade.
Questão 40-1 Questão 30-2 Questão 45-3	O gabarito correto é a letra A. Para analisar e justificar a resposta correta à questão apresentada, vamos examinar cada uma das afirmativas sobre a fisiologia do esforço: I – Durante exercícios de alta intensidade, o corpo utiliza predominantemente o metabolismo anaeróbico para a produção de energia. Esta afirmativa é verdadeira. Durante exercícios de alta intensidade que não podem ser sustentados por longos períodos, o corpo recorre ao metabolismo anaeróbico para obter energia rapidamente, uma vez que a produção de ATP (adenosina trifosfato) através do metabolismo aeróbico (que requer oxigênio) não é rápida o suficiente para atender à demanda. O metabolismo anaeróbico inclui a glicólise anaeróbica, que pode gerar energia na ausência de oxigênio, mas também produz	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	A – I, III e IV, apenas.

	<p>lactato como subproduto, o que contribui para a fadiga muscular.</p> <p>II – A frequência cardíaca máxima pode ser aumentada com treinamento regular, resultando em maior capacidade cardiovascular. Esta afirmativa é falsa. A frequência cardíaca máxima (FCmax) é um valor que tende a diminuir com a idade e geralmente não é significativamente alterado pelo treinamento. O que o treinamento regular pode melhorar é a capacidade cardiovascular e a eficiência do coração, permitindo que um indivíduo trabalhe a uma maior percentagem da sua FCmax por períodos mais longos, mas a FCmax em si é considerada uma característica fisiológica relativamente fixa.</p> <p>III – O treinamento de resistência muscular contribui para o aumento da densidade mineral óssea. Esta afirmativa é verdadeira. O treinamento de resistência, ou treinamento com pesos, aplica estresse mecânico aos ossos, o que é um fator chave na manutenção ou no</p>		
--	---	--	--

	<p>aumento da densidade mineral óssea. Isso é particularmente importante para prevenir a osteoporose, especialmente em mulheres e idosos.</p> <p>IV – A hiperventilação é uma estratégia eficaz para aumentar o desempenho em atividades de longa duração, pois aumenta significativamente o oxigênio disponível para os músculos. Esta afirmativa é falsa. A hiperventilação não é uma estratégia eficaz para melhorar o desempenho em atividades de longa duração. Embora a hiperventilação temporariamente possa aumentar a concentração de oxigênio no sangue, ela também reduz a quantidade de dióxido de carbono, o que pode alterar o equilíbrio ácido-básico do corpo e levar à alcalose respiratória. Isso pode causar tontura, confusão e até mesmo desmaio, diminuindo o desempenho.</p> <p>V – A sudorese durante o exercício atua na regulação térmica do corpo, prevenindo o superaquecimento. Esta afirmativa é verdadeira. A sudorese é um mecanismo</p>		
--	--	--	--

	<p>essencial de regulação térmica durante o exercício. À medida que o corpo se aquece, as glândulas sudoríparas liberam suor, que evapora na pele, ajudando a dissipar o calor e a manter a temperatura corporal dentro de limites saudáveis.</p> <p>Com base na análise das afirmativas, as corretas são I, III e V.</p>		
<p>Questão 41-1</p> <p>Questão 49-2</p> <p>Questão 26-3</p>	<p>O gabarito correto é a letra C - pois reconhece a importância da atividade física adaptada como componente central de programas de reabilitação. Esta abordagem ajuda na recuperação da função, contribui para a saúde mental e pode acelerar o processo de recuperação, adaptando-se às necessidades individuais de cada paciente.</p>	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	<p>C - A atividade física adaptada desempenha um papel crucial em programas de reabilitação, sendo essencial para a melhoria da função física, promoção da saúde mental e aceleração do processo de recuperação.</p>
<p>Questão 42-1</p> <p>Questão 35-2</p> <p>Questão 43-3</p>	<p>O gabarito correto é a letra D, pois reflete corretamente a ampla gama de benefícios da atividade física regular na prevenção e controle de diversas DNTs, reconhecendo também seu papel na promoção da saúde mental.</p>	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	<p>D - A atividade física regular contribui para a prevenção e controle de várias DNTs, incluindo doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, alguns tipos de câncer, e doenças respiratórias crônicas, além de promover a saúde mental.</p>
<p>Questão 43-1</p> <p>Questão 50-2</p>	<p>O gabarito correto é a letra B, pois reconhece a capacidade</p>	Deferido (mudança de gabarito apenas para as	<p>B - A atividade física regular tem um impacto positivo em</p>

Questão 31-3	da atividade física de impactar positivamente várias dimensões da qualidade de vida, promovendo um bem-estar holístico que vai além da saúde física.	provas tipo 2 e tipo 3)	múltiplas dimensões da qualidade de vida, incluindo saúde física, bem-estar psicológico, capacidade funcional, e interações sociais, contribuindo para uma vida mais satisfatória e plena.
Questão 44-1 Questão 38-2 Questão 44-3	O gabarito correto é a letra E, pois reflete a concepção atual da Educação Física, que aborda o ensino de forma holística e integrada, valorizando a cultura corporal de movimento e o desenvolvimento integral do aluno.	Deferido (mudança de gabarito apenas para a prova tipo 2)	E - A Educação Física contemporânea enfatiza uma abordagem multidisciplinar que integra o desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e social, reconhecendo a importância da cultura corporal de movimento.
Questão 45-1 Questão 26-2 Questão 36-3	O gabarito correto é a letra C, pois reconhece que a Educação Física possui um papel crítico e transformador em relação aos conceitos culturais do corpo. Esta abordagem permite uma reflexão sobre os diversos significados atribuídos ao corpo, promovendo a aceitação e a valorização da diversidade corporal e de expressões de movimento.	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	C - A Educação Física tem o potencial de questionar e expandir os significados culturais do corpo, promovendo uma compreensão diversificada e inclusiva da expressão corporal e da atividade física.
Questão 46-1 Questão 42-2 Questão 38-3	O gabarito correto é a letra B, pois reconhece a importância de adaptar as atividades físicas às diversas necessidades e capacidades dos alunos. Esta abordagem promove um ambiente de	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	B - Adaptando as atividades físicas para atender às necessidades específicas de cada aluno, promovendo a inclusão e o respeito pelas diferenças individuais, físicas, sociais e culturais.

	aprendizagem inclusivo e respeitoso, valorizando as diferenças e garantindo que todos os alunos possam participar e se beneficiar das atividades.		
Questão 47-1 Questão 39-2 Questão 33-3	O gabarito correto é a letra C, pois reconhece o valor educacional do lazer na Educação Física, incluindo a promoção da autonomia, criatividade, interação social, e o desenvolvimento de habilidades cognitivas e afetivas. Esta abordagem holística é essencial para o desenvolvimento integral dos indivíduos.	Deferido (mudança de gabarito apenas para a prova tipo 3)	C - O lazer na Educação Física é uma oportunidade para explorar a diversidade de práticas corporais, promovendo a autonomia, a criatividade, a interação social e o desenvolvimento de habilidades cognitivas e afetivas.
Questão 48-1 Questão 29-2 Questão 42-3	O gabarito correto é a letra D, pois reflete com precisão os benefícios bem documentados do exercício físico regular sobre a saúde cardiovascular e metabólica, incluindo a redução da pressão arterial em repouso, a melhoria do perfil lipídico e o aumento da sensibilidade à insulina.	Indeferido	
Questão 49-1 Questão 48-2 Questão 37-3	O gabarito correto é a letra E, pois reconhece a importância de se adaptar às diferentes temperaturas ambientais e de manter uma hidratação adequada como medidas	Deferido (mudança de gabarito apenas para as provas tipo 2 e tipo 3)	E - A adaptação a diferentes temperaturas ambientais e a manutenção da hidratação adequada são fundamentais para a prática segura de exercícios, tanto em

	essenciais para a prática segura de exercícios, reduzindo os riscos associados tanto ao calor quanto ao frio.		ambientes quentes quanto frios.
Questão 50-1 Questão 31-2 Questão 40-3	O gabarito correto é a letra A, pois reconhece a necessidade de uma abordagem cautelosa e individualizada na reintrodução da atividade física para pacientes com/pós COVID-19. Avaliações cuidadosas e a adaptação das atividades são essenciais para promover uma recuperação segura e eficaz, minimizando os riscos de agravamento de possíveis sequelas.	Deferido (mudança de gabarito apenas para a prova tipo 2)	A - A reintrodução da atividade física para pacientes com/pós COVID-19 deve ser gradual, baseada em avaliações cuidadosas e adaptada às capacidades individuais, considerando possíveis sequelas cardiorrespiratórias e musculares.