

CONCURSO PÚBLICO Nº 062/2026
UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS – UNICAMP

PROVA ESCRITA OBJETIVA

PROFISSIONAL DE SAÚDE – PERFIL FISIOTERAPEUTA

ABRA APENAS QUANDO AUTORIZADO.

PARA PREENCHER O CARTÃO-RESPOSTA USE CANETA ESFEROGRÁFICA DE COR PRETA.

Leia com atenção as seguintes instruções:

1. Este caderno de questões contém **50 questões** de múltipla escolha, constituídas de 5 alternativas de resposta, das quais somente uma deve ser assinalada no cartão-resposta.
Quando autorizado, folheie o caderno de questões e, caso haja algum problema, informe ao fiscal de sala.
2. Confira as informações no cartão-resposta, especialmente os seus dados pessoais e o cargo público/perfil para o qual está concorrendo. O cartão-resposta deve ser assinado e não deve ser dobrado, amassado ou rasurado.
3. Ao transferir as respostas para o cartão-resposta, marque com caneta de tinta de cor preta a letra correspondente à alternativa escolhida. A troca do cartão não será permitida em caso de marcação incorreta.
4. Durante a prova, não é permitido o uso de dispositivos eletrônicos de qualquer tipo, nem de celulares e materiais de consulta.
5. A saída definitiva da sala de prova só será permitida após decorridas **2 horas** do início da prova (conforme o horário registrado na sala) e após a entrega obrigatória ao fiscal de sala:
 - do seu cartão-resposta personalizado;
 - do seu caderno de questões, completo.
6. Encerrada sua prova, o candidato deverá devolver seu caderno de questões completo ao fiscal de sala de provas e deverá deixá-la levando consigo somente o material fornecido pela FUNCAMP para conferência da prova escrita objetiva realizada (rascunho de gabarito) e seus pertences pessoais.
7. Os três últimos candidatos da sala de provas devem nela permanecer até que o último deles entregue sua prova, assinando o termo respectivo e saindo juntos da sala.
8. As informações/instruções dadas no dia da prova complementam o edital.
9. Um exemplar do caderno de questões da prova escrita objetiva estará disponível no site FUNCAMP (www.concursosfuncamp.com.br) e na Área do Candidato, o link “Anexos”, a partir das 16 horas do primeiro dia útil após a realização da prova.

**DURAÇÃO TOTAL DA PROVA, INCLUINDO
TRANSCRIÇÃO DAS INDICAÇÕES DE
GABARITO PARA O CARTÃO-RESPOSTA:
QUATRO HORAS**

Escreva seu nome completo de forma legível.

NOME: _____

ESPAÇO PARA RASCUNHO

FISIOTERAPEUTA

QUESTÃO 1

O trabalho sentado parece confortável quando comparado com outras formas de trabalhar. No entanto, ficar sentado ao longo de muitas horas esgota do mesmo modo. Uma boa cadeira reduz o cansaço, melhora a eficiência do trabalho e aumenta a satisfação no emprego.

Qual alternativa apresenta uma configuração recomendada para os componentes de uma boa cadeira de trabalho?

- A) Regule o assento da cadeira acima do nível da extremidade superior da patela quando o trabalhador utilizar uma mesa muito alta, pois o apoio dos pés será desnecessário nessa situação.
- B) Empregue apoios fixos nas laterais para os braços em trabalhos que exijam muitos movimentos desses membros, pois eles limitam sua mobilidade.
- C) Utilize um espaldar fixo e acolchoado para o apoio da região lombar, à altura da cintura (de 40 a 45 cm acima da superfície do assento); assim, as pessoas poderão apoiar-se na cadeira, tanto para a frente quanto para trás.
- D) Providencie um assento plano, com borda frontal reta e angular, enchimento muito macio e com uma profundidade maior que o comprimento das coxas do trabalhador.
- E) Proporcione boa mobilidade e segurança, tanto para realizar o trabalho quanto para a troca ocasional de postura utilizando cinco pontos de apoio em uma cadeira giratória.

QUESTÃO 2

Uma trabalhadora de 28 anos de idade, atuando em *home office*, com carga contratual de 40 horas semanais procurou o fisioterapeuta com as seguintes queixas: dor em queimação na região cervical com irradiação para os ombros, cefaleia tensional, insônia e crises de ansiedade. Relatou que sua cadeira de trabalho não possui apoio lombar e que seus braços ficam desalinhados em relação a mesa, além dela utilizar dois monitores desalinhados com a altura dos olhos. A paciente também relatou que a empresa cobra metas abusivas e envia demandas fora do horário comercial impedindo o descanso e causando alta sobrecarga mental.

No caso dessa paciente, o inventário de riscos identificou riscos:

- A) Físico e psicossocial.
- B) Ergonômico e psicossocial.
- C) Químico e ergonômico.
- D) Psicossocial e biológico.
- E) De acidente e físico.

QUESTÃO 3

De acordo com a NR-1, cabe ao empregador implementar medidas de prevenção, ouvidos os trabalhadores, de acordo com a ordem de prioridade. Numere as medidas de prevenção abaixo seguindo a ordem no sentido da maior prioridade para a menor prioridade.

- () Eliminar os fatores de risco.
- () Adotar medidas de proteção individual.
- () Minimizar e controlar fatores de risco com medidas administrativas ou de organização do trabalho.
- () Minimizar e controlar fatores de risco com medidas de proteção coletiva.

Assinale a sequência correta.

- A) 1 4 3 2
- B) 4 3 2 1
- C) 2 3 1 4
- D) 4 2 1 3
- E) 3 2 4 1

QUESTÃO 4

Uma mulher de 50 anos de idade, trabalhadora de uma oficina mecânica, comparece ao serviço de reabilitação com diagnóstico de osteoartrite da primeira articulação carpometacarpal do polegar direito. Ela queixa-se de dor localizada na base do polegar que piora ao realizar movimentos de pinça forçada e ao manusear ferramentas manuais. Com base no quadro clínico o fisioterapeuta planeja uma intervenção focada em órteses, exercícios e autocuidado.

Considerando os critérios de posicionamento da órtese e os parâmetros do programa de exercícios recomendados para este caso clínico, assinale a alternativa correta.

- A) O programa de exercícios deve incluir a musculatura do oponente do polegar, do primeiro interósseo dorsal, do extensor e abdutor curto do polegar, sugerindo-se sua realização de 3 a 4 vezes por dia, com 10 a 15 repetições de cada movimento.
- B) Para garantir a eficácia mecânica e biológica, a órtese deve ser confeccionada obrigatoriamente em neoprene flexível de modelo longo, mantendo a primeira articulação CMC em adução palmar e extensão máxima.
- C) O programa de exercícios deve focar exclusivamente no fortalecimento do músculo adutor do polegar, sendo contraindicada a realização de mobilizações articulares passivas ou de liberação muscular local.
- D) Existe um consenso científico absoluto sobre o modelo ideal de órtese a ser utilizado, já a acupuntura e os recursos eletrofototérmicos são intervenções contraindicadas no tratamento dessa osteoartrite.
- E) O uso de órteses de modelos longos com imobilização obrigatória do punho é o mais recomendado, enquanto os modelos mais curtos com base na região tenar são contraindicados.

QUESTÃO 5

No contexto da gestão de riscos ergonômicos da NR-17, o empregador deve cruzar a identificação do perigo/risco com a respectiva estratégia de intervenção ou controle aplicável, assim como intervenções da engenharia e a organização do trabalho.

Relacione os tipos de riscos ergonômicos da (COLUNA I) com as respectivas medidas de controle (COLUNA II).

COLUNA I

1. Materiais, ferramentas e controles utilizados com maior frequência posicionados em uma área de difícil alcance manual do trabalhador.
2. Trabalho com tarefas de precisão ou em um computador mantendo o trabalhador em uma postura rígida e com tensão nos olhos.
3. Trabalho sob condições de esforço repetitivo, monotonia ou perturbações causadas por estresse devido à pressão do tempo.
4. Levantamento manual de caixa lisa e com peso próximo ao limite máximo de segurança.

COLUNA II

- () Providenciar alças ou pontos de preensão nas caixas de maneira que seja possível transportar a carga diante do corpo.
- () Criar uma área preferencial para o movimento da mão, sendo na altura dos cotovelos, entre 15 e 40 cm diante do corpo, e não mais do que 40 cm para os lados.
- () Colocar um pequeno estoque de produtos inacabados (estoque intermediário) entre os diferentes postos de trabalho.
- () Permitir pausas curtas, mudar as posições do corpo e dirigir a vista para outra coisa depois de cada hora de trabalho.

Assinale a sequência correta.

- A) 1 2 3 4
- B) 1 4 2 3
- C) 2 3 1 4
- D) 4 1 3 2
- E) 3 2 4 1

QUESTÃO 6

A ergonomia utiliza técnicas e métodos científicos para analisar o trabalho humano e pode ser classificada de três formas distintas quanto à sua contribuição. Quando a ergonomia é aplicada em uma situação real já existente para resolver problemas práticos, como fadiga crônica dos trabalhadores e o surgimento de doenças ocupacionais, ela é classificada como:

- A) Ergonomia de correção.
- B) Ergonomia de conscientização.
- C) Ergonomia física.
- D) Ergonomia de concepção.
- E) Ergonomia organizacional.

QUESTÃO 7

Analise as seguintes afirmativas sobre Gestão em Ergonomia e sua integração com o Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR):

- I. Por se tratar de um documento técnico altamente especializado e de natureza diagnóstica, a NR-17 recomenda restrições a participação ativa de trabalhadores não capacitados em ergonomia durante as etapas de levantamento e validação da Análise Ergonômica do Trabalho (AET).
- II. A organização deve detalhar em documento os critérios das gradações de severidade e de probabilidade, os níveis de risco, os critérios de classificação de riscos e de tomada de decisão utilizados no gerenciamento de riscos ocupacionais.
- III. A organização deve desenvolver ações em saúde ocupacional dos trabalhadores integradas às demais medidas de prevenção em Segurança e Saúde no Trabalho (SST), de acordo com os riscos gerados pelo trabalho.
- IV. Para atividades que exijam solicitação intelectual e atenção constante, a NR-17 estabelece que o nível de ruído aceitável deve ser de até 85 dB(A) de forma contínua.

Nesse contexto, pode-se afirmar:

- A) Apenas as afirmativas III e IV são verdadeiras.
- B) Apenas as afirmativas I e IV são verdadeiras.
- C) Apenas as afirmativas II e III são verdadeiras.
- D) Apenas as afirmativas I e II são verdadeiras.
- E) Apenas as afirmativas I, II e IV são verdadeiras.

QUESTÃO 8

Durante uma Avaliação Ergonômica do Trabalho (AET), um fisioterapeuta especialista em ergonomia avaliou um operário de expedição que desenvolveu fadiga muscular precoce nos braços ao tentar empurrar caixas pesadas em uma esteira travada usando movimentos extremamente rápidos e curtos. Para propor melhorias eficazes, o profissional deve cruzar o sintoma clínico e o posto de trabalho com o princípio biomecânico correspondente.

Qual orientação esse operário deve receber do fisioterapeuta nesse momento?

- A) Faça pausas longas e frequentes.
- B) Mantenha as articulações em posição de extensão.
- C) Conserve as caixas pesadas afastadas do corpo.
- D) Evite movimentos bruscos que produzem picos de tensão.
- E) Evite torções do tronco.

QUESTÃO 9

Os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT) são estabelecidos pelo Guia de Vigilância em Saúde como síndromes clínicas que afetam o sistema musculoesquelético e nervoso do paciente. Os DORT podem ser causados, mantidos ou agravados pelo trabalho e atingem diversas categorias profissionais.

Relacione as causas ocupacionais da COLUNA I com os DORT na COLUNA II.

COLUNA I

1. Compressão da borda ulnar do punho, que por exemplo ocorre no ato de carimbar.
2. Compressão palmar associada à realização de força que, por exemplo, ocorre no ato de apertar alicates.
3. Compressão da metade distal do antebraço que, por exemplo, no ato de carregar objetos pesados apoiados no antebraço.
4. Estabilização do polegar em pinça seguida de rotação ou desvio ulnar do carpo, principalmente se acompanhado de realização de força, que por exemplo no ato de torcer roupas.

COLUNA II

- () Dedo em gatilho.
- () Síndrome do Canal de Guyon.
- () Síndrome do Interósseo Anterior.
- () Tenossinovite de DeQuervain.

Assinale a sequência correta.

- A) 4 1 3 2
- B) 2 1 3 4
- C) 3 4 2 1
- D) 4 3 1 2
- E) 1 4 2 3

QUESTÃO 10

Um homem de 28 anos de idade, que trabalha como pintor residencial e industrial, compareceu ao ambulatório de saúde ocupacional relatando dor persistente na região anterior do ombro direito há cerca de um mês. Ele refere que a dor piora significativamente ao realizar atividades laborais, especialmente ao pintar tetos e partes altas de paredes com o braço elevado acima da linha do ombro. Durante a realização da manobra de Speed, a flexão do braço contra resistência, com o antebraço totalmente estendido e a mão em posição supinada, o paciente queixou dor na região anterior do ombro.

De acordo com a manobra realizada e a manifestação clínica descrita, a principal disfunção suspeitada é a:

- A) Epicondilite lateral.
- B) Tendinopatia do supra-espinhoso.
- C) Síndrome do desfiladeiro torácico.
- D) Tendinopatia do subescapular.
- E) Tendinopatia bicipital.

QUESTÃO 11

No ambiente laboral, fatores como ruído, vibrações, temperaturas extremas e iluminação inadequada atuam como estímulos ambientais que afetam diretamente o organismo do trabalhador. Para que esses estímulos externos sejam percebidos e gerem uma sensação (ou desconforto), é necessária uma sequência integrada de quatro condições: a ocorrência do estímulo, a transdução pelo receptor sensitivo, a condução do impulso e a integração encefálica.

Considerando as condições fisiológicas para a ocorrência de uma sensação e os riscos ambientais descritos, assinale a alternativa correta.

- A) Na exposição a ruídos excessivos em uma fábrica, as ondas sonoras atuam como energia química que ativa diretamente os neurônios motores do encéfalo, dispensando a etapa de condução por vias nervosas periféricas.
- B) O desconforto térmico (por exemplo: calor extremo) em uma metalúrgica é percebido porque os termorreceptores da pele atuam na transdução, convertendo o estímulo térmico em um sinal elétrico (impulso nervoso).
- C) As vibrações nos membros superiores sofridas por um operador de britadeira são integradas e transformadas em sensação de desconforto diretamente nos receptores sensitivos da pele, antes mesmo do sinal elétrico atingir o encéfalo.
- D) A baixa iluminação em um escritório causa fadiga visual porque os estímulos mecânicos produzidos pela luz não são suficientes para estimular os fotorreceptores da córnea durante a transdução.
- E) A integração ocorre na própria membrana do tímpano, que possui capacidade neurológica autônoma para interpretar e traduzir o desconforto acústico sofrido pelo trabalhador.

QUESTÃO 12

Com base nas indicações do uso de órteses para a coluna cervical, analise as seguintes afirmativas:

- I. As órteses SOMI (imobilizador esterno-occipitomandibular) são eficientes na limitação dos movimentos de flexão cervical e realizam controle moderado da extensão cervical.
- II. A síndrome cervicobraquial consiste em manifestações dolorosas que afetam as regiões cervical, dorsal e lombar da coluna vertebral, sendo indicado o uso de órteses.
- III. O colar Minerva é a órtese recomendada para obter uma elevada imobilização da coluna, limitando movimentos ao nível de C3 e do occipital.
- IV. O tratamento da síndrome cervicobraquial exige a aplicação do colar cervical em extensão forçada por um período mínimo de 6 meses.

Nesse contexto, pode-se afirmar:

- A) Apenas as afirmativas III e IV são verdadeiras.
- B) Apenas as afirmativas I e IV são verdadeiras.
- C) Apenas as afirmativas II e III são verdadeiras.
- D) Apenas as afirmativas I e III são verdadeiras.
- E) Apenas as afirmativas I, II e IV são verdadeiras.

QUESTÃO 13

No desenvolvimento de projetos ergonômicos para postos de trabalho, equipamentos e produtos, o estudo da antropometria desempenha um papel fundamental ao mapear as dimensões e os movimentos do corpo humano.

De acordo com os conceitos de antropometria (estática, dinâmica e funcional) e os critérios de dimensionamento estatístico baseados em percentis, assinale a alternativa correta.

- A) A antropometria funcional analisa o movimento de partes do corpo de forma individual, priorizando a ausência de esforço físico e ignorando a movimentação conjunta de outros segmentos corporais.
- B) Adotar o 5º percentil como limite inferior e o 95º percentil como limite superior para uma determinada variável antropométrica significa abranger os 90% centrais da população de referência, excluindo os 5% menores e os 5% maiores para essa medida.
- C) O projeto do arranjo físico de um painel de controle industrial complexo, que exige o alcance manual associado à rotação simultânea do tronco e inclinação das costas do operador, deve ser fundamentado primariamente em tabelas de antropometria dinâmica, visto que esta estuda o movimento isolado de cada segmento sem a interferência de outras cadeias musculares.
- D) Com base na diferenciação biológica dos caracteres sexuais secundários e na distribuição de gordura corporal, as dimensões antropométricas das mulheres são probabilisticamente menores que as dos homens em variáveis lineares de largura e perímetro, incluindo os diâmetros biacromial e bitrocantérico.
- E) O envelhecimento da força de trabalho ativa (indivíduos entre 20 e 65 anos de idade) mitiga a necessidade de regulagens antropométricas nos postos de trabalho, uma vez que a redução gradual da estatura na idade adulta é estatisticamente compensada pelo aumento simétrico do comprimento dos membros superiores.

QUESTÃO 14

Considerando as regras atuais da NR-17, assinale a alternativa que define corretamente o objetivo da Análise Ergonômica do Trabalho (AET) ou uma das situações em que a sua realização é obrigatória:

- A) O Microempreendedor Individual é obrigado a elaborar a AET a cada 5 (cinco) anos.
- B) As Microempresas e Empresas de Pequeno Porte enquadradas com os graus de risco 1 e 2 são obrigados a elaborar a AET.
- C) A AET passa a ser obrigatória em casos específicos, como quando a etapa preliminar não for suficiente para apontar soluções ou exigir aprofundamento.
- D) O relatório da AET, quando realizada, deverá ficar à disposição na organização pelo prazo obrigatório de 2 (dois) anos.
- E) A NR-17 não exige a AET quando houver sugestão do programa de controle médico de saúde ocupacional, pois o programa de gerenciamento de riscos independe da AET.

QUESTÃO 15

No inventário de riscos do Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR) a análise ergonômica voltada à prevenção de Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) exige a compreensão de que os fatores de risco interagem de forma dinâmica e sinérgica no ambiente laboral.

Com base nos fatores de risco e nos mecanismos fisiopatológicos do DORT, assinale a alternativa correta.

- A) A invariabilidade da tarefa, embora induza à monotonia psicológica, atua como um fator de proteção à estabilidade da função muscular do trabalhador, pois a previsibilidade das ações mecânicas extingue a ocorrência de episódios de sobrecarga biológica nas estruturas tendíneas.
- B) O fenômeno do atrito osteomuscular difere do conceito de tensão porque o primeiro refere-se especificamente à pressão hidrostática exercida sobre um canal anatômico (como o canal do carpo), enquanto a tensão descreve o cisalhamento de um tendão deslizando sobre a sua respectiva bainha.
- C) A caracterização da presença de posturas estáticas no ambiente de trabalho depende da avaliação integrada de três aspectos fundamentais: a fixação postural observada em oposição à gravidade, as tensões intrínsecas ligadas ao trabalho e a organização/conteúdo da tarefa.
- D) Em relação aos três mecanismos posturais que desencadeiam DORT, o peso extra imposto às estruturas osteoarticulares devido à aceleração da gravidade atua de forma independente do grau de alcance dos limites da amplitude articular do trabalhador.
- E) Por serem definidos como percepções subjetivas, os fatores psicossociais do trabalho manifestam-se de forma idêntica entre indivíduos expostos a uma mesma carga horária e ritmo produtivo, haja vista que as características físicas do posto de trabalho neutralizam as experiências biográficas anteriores do operário.

QUESTÃO 16

Durante a realização de uma Avaliação Ergonômica Preliminar (AEP) constatou-se que os trabalhadores realizavam o carregamento e descarregamento manual de engradados de bebidas (pesando entre 25 e 35 kg) em terrenos irregulares, com posturas forçadas de rotação do tronco e sem equipamentos auxiliares ou pausas. Sabendo que essa exposição gera riscos graves à saúde (como lombalgias e hérnias de disco), a empresa deve adotar as medidas recomendadas pela NR-17 para adequar o trabalho às características psicofisiológicas dos funcionários.

Com base nas condições observadas e nas recomendações da NR-17, assinale a alternativa que indica uma medida de prevenção correta.

- A) Para evitar posturas forçadas de flexão e rotação de tronco, os locais de pega e depósito das cargas devem ser organizados de forma a evitar movimentações excessivas do corpo do trabalhador.
- B) A implantação de pausas de recuperação psicofisiológica ou de rodízios de tarefas deve ser programada de modo que a exposição contínua a esforços físicos intensos nunca ultrapasse o limite de quatro horas de trabalho seguido.
- C) A fim de eliminar totalmente os riscos ergonômicos da movimentação, a empresa deve investir exclusivamente no treinamento das técnicas de levantamento, mantendo o peso das cargas unitárias inalterado entre 25 e 35 kg.
- D) O uso de equipamentos auxiliares de transporte, como carrinhos de rodas, paleteiras ou plataformas elevatórias, deve ser evitado em terrenos irregulares por aumentar o tempo total de exposição e a frequência de movimentação.
- E) A adequação dos espaços de carga e descarga foca unicamente no nivelamento e aplicação de pisos antiderrapantes, sendo a iluminação e a sinalização fatores irrelevantes para a redução da fadiga física e de lesões.

QUESTÃO 17

O trabalho muscular pode ser classificado em estático ou dinâmico, gerando impactos fisiológicos distintos no organismo do trabalhador. Assinale a alternativa correta sobre as características e efeitos dessas duas formas de trabalho.

- A) O trabalho dinâmico provoca o estrangulamento progressivo dos capilares devido à contração isométrica contínua.
- B) O trabalho estático atua como uma bomba hidráulica que aumenta o volume de sangue circulado em até vinte vezes em relação ao repouso.
- C) O efeito gravitacional aumenta a pressão sanguínea nas mãos quando os braços são esticados para cima, facilitando a irrigação dos capilares nessa posição.
- D) O trabalho dinâmico favorece a oxigenação muscular através da alternância entre contração e relaxamento, aumentando a resistência à fadiga.
- E) As paredes dos vasos capilares musculares são extremamente espessas, o que impede que o aumento da pressão interna do músculo prejudique a circulação de oxigênio.

QUESTÃO 18

Um técnico em manutenção eletromecânica de 42 anos de idade procura o serviço de fisioterapia do trabalho queixando-se de parestesia, dor e perda de força palmar no território de inervação do nervo mediano em sua mão dominante. O diagnóstico clínico confirma Síndrome do Túnel do Carpo, agravada pelo uso intenso de ferramentas manuais de preensão fina, movimentos repetitivos de acionamento de gatilhos com o dedo indicador e desvios biomecânicos constantes do punho. Durante a reabilitação, o fisioterapeuta propõe um plano de orientações ergonômicas e modificação de atividades no posto laboral.

Considerando as recomendações técnicas voltadas para a redução do estresse mecânico, diminuição do torque tendíneo e controle da repetitividade no trabalho, assinale a alternativa correta.

- A) Para minimizar os desvios mecânicos e diminuir a repetitividade forçada do movimento, o trabalhador deve concentrar a aplicação da força exclusivamente na falange distal dos dedos ao acionar gatilhos, além de manter o punho em desvio ulnar máximo.
- B) O enriquecimento e a organização do trabalho devem ser feitos mantendo-se a invariabilidade da tarefa ao longo do dia, orientando o operário a evitar pausas de alongamento para não interromper a contração em direção oposta dos flexores.
- C) Como estratégias de intervenção ergonômica nas ferramentas e na rotina, recomenda-se usar materiais com fricção nos cabos de utensílios, maximizar a superfície de contato com a mão, substituir ferramentas manuais pelas elétricas e alternar o dia com atividades variadas.
- D) No manuseio de ferramentas de pressão ou com acionamento por gatilho, o operário deve ser instruído a concentrar toda a força de preensão em um único dedo, reduzindo a área de contato e permitindo que as falanges proximais sofram maior torque na polia.
- E) O uso de materiais de alta fricção nos cabos das ferramentas é contraindicado, pois reduz o diâmetro da superfície de contato palmar, obrigando o punho a realizar movimentos constantes de compensação anatômica para fora da posição neutra.

QUESTÃO 19

Durante um acidente de trabalho, um motorista de caminhão sofreu um forte impacto nos joelhos contra o painel do veículo enquanto estava sentado dirigindo. Esse mecanismo de trauma gerou uma força que empurrou o fêmur para trás, causando uma luxação traumática no quadril.

Considerando os valores de referência da avaliação goniométrica padrão, qual é a amplitude de movimento média normal para o movimento de flexão do quadril, medida a partir da posição anatômica?

- A) 10° a 30°
- B) 35° a 45°
- C) 40° a 45°
- D) 45° a 50°
- E) 90° a 125°

QUESTÃO 20

Embora os músculos do corpo humano possuam a função natural de manutenção da postura, eles não têm a capacidade de permanecer contraídos isometricamente por períodos muito prolongados. Mesmo quando o trabalhador utiliza uma cadeira ergonômica com estofado confortável, bordas arredondadas e apoios adequados para antebraços e região toracolombar, a permanência prolongada na postura sentada desencadeia reações adversas no organismo.

Considerando os impactos da contração estática e da manutenção postural contínua, assinale com V as afirmativas verdadeiras e com F as falsas.

- () A manutenção da postura sentada prolongada associada à flexão do tronco, perda da lordose lombar e a falta de suporte lombar adequado geram reações negativas no corpo, como o aumento da carga compressiva sobre os discos intervertebrais lombares.
- () A manutenção prolongada da postura sentada e da contração estática pode comprimir tecidos, reduzir a perfusão local e favorecer dor, desconforto, formigamento ou redução da sensibilidade nos membros inferiores.
- () O aumento da estase venosa nos membros inferiores, decorrente da postura sentada prolongada, otimiza o retorno venoso e a oxigenação muscular, eliminando queixas de cansaço nos membros inferiores.
- () A exigência de contração constante da musculatura postural é um fator que atua diretamente na geração de cansaço e fadiga para o trabalhador.

Assinale a sequência correta.

- A) V V F V
- B) V F V F
- C) F V V V
- D) F V V F
- E) F F F V

QUESTÃO 21

Considerando a biomecânica do punho diante de tensões e forças de compressão estática, quais são as vantagens mecânicas específicas observadas quando o punho se encontra em uma posição articular neutra (posição média)?

- A) Redução das superfícies de contato articular, minimização das forças estáticas nos ligamentos e flexibilização dos tendões extensores.
- B) Contato adequado das superfícies articulares, equilíbrio musculotendíneo entre antagonistas, atuação do complexo de tecidos periarticulares e estabilização dinâmica do segmento por cocontração.
- C) Modulação imediata das tensões internas musculares, inversão do par de forças entre flexores e extensores e eliminação total das forças de apoio externo.
- D) Aumento da tensão concentrada por unidade de superfície, predomínio unilateral da força dos músculos flexores e alongamento passivo das estruturas periarticulares.
- E) Supinação completa do antebraço, redução da rigidez muscular dos grupos opostos e alongamento do tempo de repouso das estruturas capsuloligamentares.

QUESTÃO 22

A elaboração do relatório da Análise Ergonômica do Trabalho (AET) exige rigor metodológico tanto na apresentação formal quanto na delimitação do escopo das informações coletadas. Com base na estruturação desse documento, assinale a alternativa correta.

- A) O conhecimento prévio da Classificação Nacional de Atividades Econômicas (CNAE) atua como uma falha metodológica prejudicial, pois restringe o espectro de análise do ergonomista antes mesmo de sua entrada física no ambiente produtivo.
- B) Características físicas estruturais do ambiente laboral — como a paginação do piso ou a disposição das janelas — devem figurar na seção introdutória da AET como dados universais e obrigatórios, independentemente da natureza da demanda.
- C) A vinculação numérica e sequencial das páginas atende a um duplo propósito no relatório: conferir um acabamento estético sofisticado à página de rosto e atestar a integridade jurídica das assinaturas isoladas em folhas finais em branco.
- D) A descrição do ambiente sob análise e a análise da atividade correlacionam-se no documento, distinguindo-se pelo fato de que a primeira caracteriza o contexto físico e organizacional do trabalho, enquanto a segunda examina a atividade efetivamente realizada pelos trabalhadores.
- E) Variáveis administrativas e de saúde coletiva, tais como absenteísmo e rotatividade, possuem caráter puramente acessório na AET, devendo ser integralmente deslocadas da introdução para a seção de apêndices e referências bibliográficas do fechamento.

QUESTÃO 23

No desenvolvimento de uma Análise Ergonômica do Trabalho (AET), a etapa de entrevistas com os integrantes do contexto produtivo requer cuidados metodológicos e éticos por parte do ergonomista. Considerando a seleção de participantes, a condução e os registros dessas entrevistas, assinale a alternativa correta.

- A) As entrevistas na AET devem focar exclusivamente os operadores que executam as tarefas na rotina operacional, sendo vedada a inclusão de gestores para evitar distorções de dados.
- B) A preferência por realizar as entrevistas no próprio local de trabalho justifica-se porque o ambiente produtivo ajuda o trabalhador a se situar e a exemplificar situações reais da atividade.
- C) Caso o trabalhador demonstre alguma reação negativa ou mude de ideia após aceitar participar, o ergonomista deve insistir na entrevista para garantir que o relatório final seja completo.
- D) A inclusão de fotos dos rostos dos trabalhadores no relatório final é recomendada para atestar a autenticidade e a autoria das respostas coletadas.
- E) Trabalhadores que atuam em etapas anteriores ou posteriores ao foco principal da análise não devem ser entrevistados, pois não possuem potencial de influenciar a atividade investigada.

QUESTÃO 24

Sobre os achados clínicos, métodos diagnósticos e condutas de intervenção na Síndrome do Desfiladeiro Torácico, assinale com V as afirmativas verdadeiras e com F as falsas.

- () Os pacientes relatam dor e/ou parestesia que irradia no sentido descendente do pescoço ou do ombro até o antebraço e os dedos. Geralmente, esses pacientes têm dificuldade para executar atividades com os braços acima da cabeça.
- () Embora possa ter causas anatômicas congênitas, a síndrome pode ser desencadeada por fatores posturais, como o trabalho em computadores com a cabeça projetada para frente.
- () Para usuários de computador acometidos, o tratamento inicial preconiza posicionar o topo do monitor bem abaixo da linha visual para aliviar a postura da cabeça e orienta-se o aumento da altura do teclado e do mouse acima do nível do peito para aliviar os ombros.
- () Manobras provocativas mantidas por um minuto, como fazer exercícios acima do nível da cabeça ou permanecer de pé na posição do teste costoclavicular, provocam o aumento da amplitude do pulso radial ipsilateral e produzem sintomas.

Assinale a sequência correta.

- A) V F F V
- B) V V F F
- C) F V V F
- D) F V F V
- E) F F V V

QUESTÃO 25

Os programas de trabalho modificado envolvem uma série de ajustes estruturais e organizacionais para viabilizar a reabilitação e a reinserção ao trabalho em pacientes com restrição física. Assinale a alternativa correta a respeito desses programas e de sua implementação.

- A) O sucesso dos arranjos informais de trabalho modificado depende de que as tarefas sejam fixas e padronizadas pela gerência, evitando-se ajustes contínuos baseados nas necessidades individuais do trabalhador.
- B) A preferência da maior parte dos trabalhadores recai sobre as estratégias de reabilitação com foco estritamente individual e pessoal, em detrimento de alterações ergonômicas no posto de trabalho.
- C) Para alcançar a meta de reabilitação e o aumento da carga horária, os programas de trabalho modificado podem adotar exposições graduais do indivíduo às atividades laborais.
- D) As alterações nos locais de trabalho — como modificações em equipamentos e estações — devem ser aplicadas apenas de forma temporária, sendo vedadas mudanças permanentes.
- E) O retorno rápido às atividades profissionais deve ser priorizado a qualquer custo, mesmo que isso implique desconsiderar momentaneamente o suporte social ou as limitações físicas do empregado.

QUESTÃO 26

Analise as seguintes afirmativas sobre os fundamentos diagnósticos, achados clínicos e o tratamento da Hérnia de Disco Lombar:

- I. A dor de origem ciática caracteriza-se por uma irradiação que se assemelha a um choque elétrico no sentido descendente, estendendo-se frequentemente abaixo do nível do joelho.
- II. Sintomas clínicos como a dormência perianal e a incontinência intestinal ou urinária sugerem a síndrome da cauda equina, caracterizando uma emergência cirúrgica.
- III. No planejamento terapêutico de primeira linha para a fase aguda, a realização de radiografias simples é considerada o melhor método para avaliar a morfologia detalhada da herniação.
- IV. Embora possam ocorrer por doenças degenerativas sem um incidente específico, as hérnias de disco lombares são frequentemente causadas pela sustentação de cargas pesadas com as costas em flexão.

Está(ão) correta(s) a(s) afirmativa(s)

- A) I e III, apenas.
- B) II e III, apenas.
- C) I e II, apenas.
- D) I, II e IV, apenas.
- E) II, III e IV, apenas.

QUESTÃO 27

De acordo com os requisitos estabelecidos pela NR-17 a respeito do levantamento, manuseio e transporte individual e não eventual de cargas, assinale a alternativa correta.

- A) É permitido o levantamento não eventual de cargas pesadas com distância de alcance horizontal da pega superior a 60 cm em relação ao corpo do trabalhador, desde que ele utilize cinturão lombar de proteção.
- B) Na engenharia de postos de trabalho voltados ao manuseio não eventual de cargas, a imposição de um leiaute que force o trabalhador a realizar flexões ou rotações excessivas do tronco constitui infração direta à norma, exceto se essa condição estiver tecnicamente amparada em uma Avaliação Ergonômica Preliminar.
- C) A adoção de medidas preventivas na movimentação de materiais — como o controle da frequência e do número de movimentos — possui aplicação facultativa se a empresa comprovar documentalmente a aplicação rotineira de treinamentos metodológicos de carregamento a todos os funcionários.
- D) Nas atividades permitidas por lei, a carga suportada pelo trabalhador deve ser mantida com o mesmo peso padrão, independentemente de o funcionário ser um trabalhador menor ou uma trabalhadora mulher.
- E) No transporte e descarga de materiais por impulsão ou tração de aparelhos mecânicos, como carros de mão, deve-se observar fatores como a carga, a frequência, a pega e a distância percorrida para proteger o trabalhador.

QUESTÃO 28

Um fisioterapeuta do trabalho foi chamado para avaliar o posto de um operador de 45 anos de idade em uma indústria de autopeças. O trabalhador apresenta episódios recorrentes de lombociatalgia aguda. A tarefa do operador consiste em retirar caixas de papelão lisas e sem alças (classificadas de pega ruim) de 20 kg, localizadas no chão. Ele realiza a pegada inicial esticando os braços para a frente (afastando a carga do tronco) e, em um único movimento ascendente contínuo, eleva a caixa até uma prateleira a 0,6 metro de altura. Para depositar a caixa, ele precisa realizar um movimento de rotação do tronco em 45 graus devido à disposição das máquinas. Em seguida, o trabalhador caminha por 10 metros transportando a caixa sobre uma rampa inclinada até o setor de embalagem, repetindo esse ciclo de forma frequente ao longo do dia de trabalho (frequência de 4 vezes por minuto por duas horas seguidas). Ao planejar a intervenção ergonômica, a equipe de saúde debateu o uso da Equação do NIOSH e das diretrizes clássicas de levantamento de cargas. Foram calculados o limite de peso recomendável (LPR) e o índice de levantamento (IL) e obtidos os seguintes valores: LPR = 3,74Kg e IL = 5,34.

Considerando o caso clínico apresentado, as variáveis biomecânicas da tarefa e os limites teóricos e numéricos estabelecidos, assinale a análise tecnicamente correta.

- A) A redução imediata da carga unitária para 10 kg neutralizará completamente o risco ergonômico da tarefa na origem, pois esse valor garante a segurança do levantamento sob qualquer condição de distância horizontal, ângulo de rotação ou frequência de movimentação.
- B) A Equação do NIOSH é o instrumento ideal para mensurar o risco global deste posto de trabalho específico, pois suas seis variáveis limitantes conseguem prever matematicamente os riscos biomecânicos associados ao transporte da caixa ao longo da rampa inclinada.
- C) O estiramento dos braços para pegar a caixa longe do tronco minimiza os momentos laterais em torno do corpo, enquanto o desnível vertical contínuo executado do piso até a prateleira evita a fadiga precoce por reduzir as etapas do levantamento.
- D) A tarefa apresenta múltiplos fatores que violam os critérios ergonômicos descritos: o peso excede o LPR da equação NIOSH calculado para essa tarefa, a pegada inicial gera momentos indesejados pela distância horizontal, o arranjo físico impõe uma torção nociva à coluna, além disso o levantamento do piso deveria ser fracionado em etapas.
- E) O transporte da caixa por 10 metros sobre a rampa inclinada deve seguir a recomendação de ser feito de forma simétrica com uma única mão, o que anula a criação de momentos laterais em torno do corpo do trabalhador.

QUESTÃO 29

No campo da ergonomia, a aplicação de listas de checagem (*checklists*) permite realizar diagnósticos rápidos de fatores de risco osteomusculares. Associe as técnicas de *checklist* apresentadas na COLUNA I com suas respectivas características ou critérios de pontuação descritos na COLUNA II.

COLUNA I

- 1. PLIBEL
- 2. Checklist de Keyserling
- 3. Checklist de Michigan
- 4. Strain Index

COLUNA II

- () Possui 21 questões com respostas do tipo sim/não focadas em membros superiores; de forma atípica, quanto maior a quantidade de respostas “não”, maior é o risco indicado.
- () Avalia as condições em função do tempo de duração na jornada através de marcas de intensidade, em que qualquer trabalho que receba uma ou mais marcas de asterisco (*) ganha alta prioridade de análise.
- () Foca nos segmentos distais (braço, cotovelo, pulso, mão) e possui seis fatores avaliados. Cada fator tem um multiplicador, e o resultado final é fruto da multiplicação dos seis fatores.
- () Contém 34 questões de riscos osteomusculares e dez ambientais/organizacionais; as respostas são sim/não e quanto mais marcações “sim” forem computadas, maior será o risco.

Assinale a sequência correta.

- A) 3 2 4 1
- B) 1 2 4 3
- C) 2 4 3 1
- D) 4 2 1 3
- E) 1 4 2 3

QUESTÃO 30

A antropometria é a ciência que estuda as medidas do corpo humano, utilizando diferentes tecnologias para a coleta de dados.

Quais métodos tradicionais de antropometria são considerados os mais adequados para realizar as medições na antropometria estática?

- A) Os métodos bidimensionais.
- B) Os métodos tridimensionais.
- C) Os métodos funcionais avançados.
- D) Apenas os métodos dinâmicos.
- E) Os métodos intrusivos com roupas pesadas.

QUESTÃO 31

Um operário de 38 anos de idade, que trabalha há cinco anos operando uma prensa manual em uma estamparia de metais, foi encaminhado ao serviço de saúde do trabalho devido a queixas de fadiga muscular precoce e desconforto na região escapular direita ao final da jornada.

O fisioterapeuta do trabalho realizou uma análise detalhada da tarefa e registrou as seguintes observações:

- Observação 1: A atividade exige alta velocidade de membros superiores com forças de resistência moderadas, gerando assimetria de movimento e demandando que o tronco permaneça estável enquanto os braços se movem em múltiplos planos anatômicos.
- Observação 2: O operário possui um repertório de movimentos altamente automatizado devido ao tempo de experiência (efeito de aprendizagem), manifestando nítida dominância da extremidade superior direita para acionar a alavanca da máquina.
- Observação 3: A tarefa ocorre em turnos prolongados com alta frequência de esforços submáximos e tempos de recuperação curtos entre os ciclos, demandando uma atuação conjunta e equilibrada dos sistemas energéticos aeróbio e anaeróbio.

Considerando o caso clínico descrito e a abordagem orientada à tarefa para a seleção de testes funcionais, assinale a alternativa correta.

- A) As características descritas na Observação 1 compõem a dimensão do comportamento motor, evidenciando que os planos dominantes de movimento e as assimetrias corporais são os principais fatores que determinam a aprendizagem motora do trabalhador.
- B) Com base na Observação 2, as respostas iniciais ao treinamento neuromuscular e à progressão do teste funcional do paciente serão guiadas por fatores que pertencem à dimensão do comportamento motor, como a automatização da tarefa, o efeito de aprendizagem e a dominância lateral.
- C) A Observação 3 descreve a dimensão biomecânica da tarefa, demonstrando que a fadiga precoce do operário está ligada exclusivamente à incapacidade de utilizar o sistema de energia aeróbio de forma isolada durante os turnos.
- D) Para organizar adequadamente as dimensões do teste funcional, o clínico deve desconsiderar a necessidade simultânea de o corpo se mover e se manter estável (Observação 1), uma vez que a estabilidade do tronco não interfere nas demandas articulares dos braços.
- E) O nível de habilidade e os aspectos perceptivos e sensoriais demonstrados pelo operário no manuseio da prensa (Observação 2) são parâmetros classificados cientificamente dentro da dimensão fisiológica do movimento.

QUESTÃO 32

Um auxiliar de estoque de 32 anos de idade começou a sentir uma dor forte e queimação no ombro direito ao levantar os braços para organizar caixas em prateleiras altas. Ele foi ao fisioterapeuta da empresa, que identificou que ele está com a Síndrome do Impacto Secundário do Ombro. O profissional explicou que o músculo do ombro (manguito rotador) está fraco e os músculos que controlam a asa do ombro (escápula) estão desequilibrados, fazendo com que o osso do braço suba demais e aperte os tendões. O fisioterapeuta decidiu iniciar o tratamento logo nas primeiras semanas com exercícios bem leves para não causar dor. De acordo com as orientações de reabilitação precoce, qual conduta o fisioterapeuta deve adotar nos primeiros atendimentos desse trabalhador?

- A) Realizar exercícios pesados com o braço levantado bem alto (acima de 90°), mesmo que o trabalhador sinta muita dor.
- B) Fazer massagem no tendão colocando a mão do trabalhador bem alto, acima da cabeça, para esconder a região do úmero.
- C) Iniciar exercícios leves com o braço em posições baixas (abaixo de 60° ou em uma amplitude indolor) e ensinar o paciente a puxar o ombro para baixo em direção ao bolso de trás.
- D) Proibir o uso de qualquer exercício para a escápula nas fases iniciais do tratamento.
- E) Manter o braço do trabalhador totalmente imobilizado em uma tpoia rígida por três semanas, pois é contraindicado qualquer tipo de movimento livre de dor no início.

QUESTÃO 33

Um operário de 29 anos de idade, que trabalha em uma linha de produção realizando tarefas em pé e deslocamentos frequentes, está em reabilitação física após sofrer uma lesão no joelho esquerdo. O fisioterapeuta do trabalho planejou a inserção de exercícios de propriocepção para restabelecer a agilidade, o equilíbrio e a coordenação do funcionário, visando ao seu retorno seguro à fábrica. Considerando o plano de reabilitação proprioceptiva desse trabalhador, assinale a alternativa correta.

- A) Atividades de agilidade e coordenação que envolvem marcha a ré em esteira, marchas laterais e saltos unilaterais preparam o paciente para os exercícios funcionais avançados.
- B) Na fase II, os exercícios iniciais de propriocepção devem obrigatoriamente exigir o apoio total do peso corporal, sendo proibido realizar movimentos com os olhos fechados.
- C) Na progressão com apoio de peso no chão, o paciente deve iniciar diretamente pelo apoio unipodal em superfícies instáveis, como o disco de equilíbrio ou a minicama elástica, antes de tentar o equilíbrio em solo firme.
- D) Exercícios pliométricos de alta potência e saltos em alvos distantes devem ser mantidos como o foco principal do tratamento caso o paciente demonstre incapacidade de manter o centro de gravidade corporal na base de suporte.
- E) Se o paciente for incapaz de manter o equilíbrio em apoio unipodal na superfície instável, o fisioterapeuta deve suspender as instruções verbais e forçá-lo a fechar os olhos para focar no controle do centro de força (core).

QUESTÃO 34

Um conferencista de mercadorias de 29 anos de idade procura o ambulatório de saúde ocupacional com diagnóstico de Síndrome do Piriforme crônica. Ele relata dor profunda na nádega direita com irradiação até a panturrilha, desencadeada pelo hábito de correr em superfícies inclinadas e por passar longos períodos em pé durante o turno de trabalho. O exame físico confirmou restrição de tecidos moles na região glútea, dor à palpação local e presença de pontos-gatilho ativos que reproduzem os sintomas na perna devido à compressão do nervo isquiático. O médico do trabalho encaminhou o funcionário para o setor de fisioterapia corporativa para iniciar o tratamento. Considerando o quadro clínico do trabalhador e o tratamento para a Síndrome do Piriforme, assinale a alternativa que descreve corretamente a conduta terapêutica a ser adotada.

- A) Os exercícios de fortalecimento muscular são estritamente proibidos na reabilitação dessa síndrome, permitindo-se apenas a aplicação isolada de técnicas de liberação miofascial.
- B) As condutas recomendadas de reabilitação devem envolver a correção das causas subjacentes, a liberação miofascial e técnicas de liberação de pontos-gatilho, além de exercícios de alongamento e de fortalecimento.
- C) As técnicas de liberação de pontos-gatilho e a liberação miofascial devem ser substituídas por imobilização gessada da região do quadril por trinta dias, para conter a irritação do nervo isquiático.
- D) Como o músculo piriforme atua isoladamente, o plano de tratamento deve desconsiderar qualquer desequilíbrio nos músculos posteriores da coxa e da região lateral.
- E) O trabalhador deve ser orientado a manter a corrida em superfícies inclinadas diariamente, pois a falsa diferença gerada no comprimento das pernas ajuda no relaxamento dos tecidos moles.

QUESTÃO 35

Um operário de 28 anos de idade sofreu um acidente de trabalho com ruptura do ligamento cruzado anterior (LCA) no joelho direito. Foi submetido à cirurgia com autoenxerto de tendão da patela. Atualmente na 2ª semana pós-operatória (fase de proteção máxima), apresenta redução do edema, sem sinais de trombose venosa profunda e amplitude de movimento passiva em 90° de flexão e extensão completa.

Considerando as precauções biomecânicas para proteger o enxerto em cicatrização, assinale a conduta correta para o programa de reabilitação neste momento.

- A) Iniciar extensão do joelho em cadeia aberta resistida (arco curto) na amplitude entre 30° de flexão e extensão completa.
- B) Realizar agachamento ereto orientando o paciente a projetar voluntariamente os joelhos à frente da linha dos dedos dos pés.
- C) Realizar ativação voluntária isométrica intermitente do músculo quadríceps femoral com o joelho mantido em extensão completa.
- D) Aplicar resistência manual na região da tíbia distal durante os exercícios iniciais de fortalecimento dinâmico do quadríceps.
- E) Implementar o fortalecimento do quadríceps em cadeia fechada por meio de exercícios executados na amplitude entre 60° e 90° de flexão.

QUESTÃO 36

Um paciente de 34 anos de idade, sexo feminino, que trabalha há 5 anos como montadora em uma linha de produção de eletroeletrônicos, comparece ao serviço de Medicina do Trabalho. Ela queixa-se de dor intensa na borda lateral do punho direito (região do processo estilóide do rádio) há cerca de dois meses, com piora progressiva. Relata que a dor agrava-se ao realizar movimentos de pinça com o polegar e ao desviar o punho para o lado do dedo mínimo ao manipular as peças na fábrica. Ao exame físico, apresenta edema localizado na região afetada e dor à palpação do primeiro compartimento extensor do punho. O médico do trabalho suspeita de Tenossinovite de De Quervain e, para confirmar a hipótese diagnóstica, o fisioterapeuta realizou uma manobra provocativa na qual solicita que a paciente flexione o polegar sobre a palma da mão, feche os demais dedos sobre ele e, em seguida, promove um desvio ulnar passivo do punho.

Com base no quadro clínico e no teste descrito, assinale a alternativa correta.

- A) O Teste de Watson, indicado para identificar radiculopatias cervicais com irradiação para o membro superior afetado.
- B) Trata-se do Teste de Finkelstein, que avalia a presença de processo inflamatório nos tendões dos músculos abdutor longo e extensor curto do polegar.
- C) O teste descrito é o Teste de realocação de Derby, cujo resultado positivo confirma a compressão do nervo mediano no túnel do carpo.
- D) A manobra descrita corresponde ao Teste de Kleinman, que evidencia o sinal de parestesia ao longo do trajeto do nervo ulnar.
- E) Trata-se do Teste de compressão de Linscheid, utilizado primariamente para avaliar a estabilidade e integridade da cabeça longa do músculo flexor curto do polegar.

QUESTÃO 37

A análise das posturas corporais no ambiente de trabalho é fundamental para garantir a eficiência, o conforto e a saúde do trabalhador. As posturas básicas (deitada, em pé e sentada) apresentam exigências musculares e características fisiológicas distintas. Sobre essas posturas, assinale a alternativa correta.

- A) A postura em pé é a mais recomendada para trabalhos de extrema precisão e detalhes delicados com os dedos, pois a oscilação natural do corpo funciona como um ponto de referência espacial fixo.
- B) Na postura deitada, embora o consumo energético seja mínimo, realizar manutenções em espaços exíguos (ex: vão abaixo do motor de um carro) pode se tornar extremamente fatigante para a musculatura do pescoço devido à falta de apoio para a cabeça.
- C) A postura sentada ereta é fisiologicamente menos fatigante para o trabalhador do que a postura ligeiramente inclinada para a frente.
- D) A postura em pé apresenta a desvantagem de aumentar a pressão intradiscal na coluna quando comparada com a postura sentada de forma esparramada.
- E) A postura sentada gera um consumo energético idêntico ao metabolismo basal da postura horizontal, uma vez que a atividade muscular do dorso e do ventre é totalmente nula.

QUESTÃO 38

Roberto, 39 anos de idade, trabalha como movimentador de mercadorias em um centro de distribuição logística, realizando o levantamento e transporte manual de caixas que pesam entre 25 kg e 30 kg. O setor de Engenharia de Segurança constatou que os guindastes e esteiras rolantes automatizadas (controles de engenharia) estão em manutenção preventiva por tempo indeterminado. Diante do risco iminente de lesões na coluna (lombalgia e DORT), a empresa adquiriu e distribuiu cintas ergonômicas abdominais (Equipamentos de Proteção Individual - EPI) para todos os funcionários da área. O Técnico de Segurança do Trabalho solicitou ao fisioterapeuta trabalho que avaliasse os colaboradores para verificar as condições individuais de uso. Considerando o caso de Roberto e o uso de EPI, analise as afirmativas a seguir e a relação proposta entre elas:

- I. O uso da cinta ergonômica por Roberto deve ser encarado como a primeira linha de defesa na prevenção de lesões musculoesqueléticas provocadas pelo transporte de cargas pesadas, sendo suficiente para substituir a necessidade de ajustes no posto de trabalho, dispensando a avaliação de aptidão física pelo fisioterapeuta.

PORQUE

- II. Um programa de EPI adequado exige que o empregador realize previamente uma avaliação para assegurar a apropriabilidade do equipamento ao trabalhador e à tarefa, além de garantir que os funcionários sejam informados sobre os riscos envolvidos e devidamente treinados quanto ao seu uso, manuseio e conservação.

A respeito dessas afirmativas, assinale a alternativa correta.

- A) As afirmativas I e II são verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.
B) As afirmativas I e II são verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.
C) A afirmativa I é verdadeira, e a II é falsa.
D) A afirmativa I é falsa, e a II é verdadeira.
E) Ambas as afirmativas são falsas.

QUESTÃO 39

A biomecânica ocupacional, como ramo da ergonomia, investiga a interação entre o trabalhador, suas tarefas e o ambiente de trabalho. Para mitigar o estresse e prevenir distúrbios musculoesqueléticos, esse campo divide-se em diferentes frentes de avaliações e aplicações práticas.

Associe a COLUNA I (Aplicações práticas e avaliações em biomecânica ocupacional) à COLUNA II (Exemplos e descrições dessas ações no ambiente laboral).

COLUNA I

1. Design de posto de trabalho
2. Ferramentas e equipamentos
3. Técnicas de levantamento de peso
4. Avaliação e análise do posto
5. Treinamento e educação

COLUNA II

- () Desenvolvimento de métodos seguros para o transporte, levantamento e deposição de cargas, visando diminuir os riscos de lesões nas costas.
- () Instrução direcionada aos trabalhadores sobre posturas ideais de trabalho e técnicas seguras de movimentação para a prevenção de lesões.
- () Adaptação do ambiente à ergonomia física do operador, a exemplo do ajuste da altura da mesa e da posição do monitor do computador.
- () Coleta de dados quantitativos sobre as demandas físicas por meio de análise de vídeo, sensores de movimento e plataformas de força.
- () Projeção de utensílios que reduzam a necessidade de força de aperto e possuam formato ergonômico para minimizar o risco de distúrbios.

Assinale a sequência correta.

- A) 2 4 1 5 3
B) 2 1 5 3 4
C) 4 2 3 5 1
D) 1 5 3 4 2
E) 3 5 1 4 2

QUESTÃO 40

No processo de implementação do Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), a organização deve realizar a avaliação de riscos ocupacionais estruturando uma matriz que determine o nível de risco de cada perigo identificado. Uma grande indústria têxtil, ao mapear o setor de tecelagem, identificou a exposição de seus operadores a ruídos contínuos acima do limite de tolerância.

Considerando as diretrizes da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) sobre a gradação da probabilidade e da severidade na avaliação de riscos, analise as afirmativas a seguir e a relação proposta entre elas:

- I. No preenchimento da matriz de riscos do PGR, a equipe técnica da indústria deverá elevar o nível da probabilidade de ocorrência de agravos à saúde auditiva desses trabalhadores caso constate que os protetores auriculares fornecidos estão com os prazos de validade vencidos ou sendo higienizados incorretamente.

PORQUE

- II. A NR-1 determina explicitamente que, ao avaliar a probabilidade de um perigo causar uma lesão ou agravo à saúde, a organização deve considerar obrigatoriamente a eficácia e os requisitos das medidas de prevenção coletivas e individuais já implantadas no ambiente de trabalho.

A respeito dessas afirmativas, assinale a alternativa correta.

- A) As afirmativas I e II são verdadeiras, e a II é uma justificativa correta da I.
B) As afirmativas I e II são verdadeiras, mas a II não é uma justificativa correta da I.
C) A afirmativa I é verdadeira, e a II é falsa.
D) A afirmativa I é falsa, e a II é verdadeira.
E) Ambas as afirmativas são falsas.

QUESTÃO 41

Um montador de painéis elétricos de 38 anos de idade, diagnosticado com epicondilite lateral do cotovelo direito (doença ocupacional por esforço repetitivo), apresenta dor severa (EVA 7/10) na região do epicôndilo lateral ao realizar o movimento ativo de extensão do punho e preensão palmar, o que limita severamente sua produtividade laboral. O fisioterapeuta do trabalho optou por tratar a disfunção utilizando os princípios do Conceito Mulligan, especificamente a manobra de Mobilização com Movimento (MCM).

Considerando a aplicação clínica e os fundamentos biomecânicos e metodológicos descritos por Brian Mulligan para as extremidades, assinale a alternativa que apresenta a conduta correta para o manejo deste trabalhador.

- A) O fisioterapeuta deve aplicar um deslizamento lateral sustentado no cotovelo e solicitar a extensão ativa do punho; caso o paciente relate aumento ou manutenção da dor familiar (EVA $\geq$ 7/10) durante o movimento, a força deve ser mantida na mesma direção para vencer a barreira restritiva do tecido.
- B) Durante a manobra de MCM de sucesso, o deslizamento articular deve ser aplicado e mantido paralelo ao plano de movimento, sustentando-o por toda a amplitude ativa de extensão do punho, devendo o terapeuta aplicar uma pressão forte (*overpressure*) indolor na fase terminal da amplitude disponível.
- C) O protocolo metodológico inicial preconiza que o fisioterapeuta realize uma única série isolada de 10 repetições do deslizamento articular longitudinal e libere o trabalhador imediatamente para as atividades laborais de preensão, sem a necessidade de reavaliações na mesma sessão.
- D) Para garantir a eficácia mecânica de acordo com o conceito, a manobra deve ser executada obrigatoriamente em cadeia cinética aberta, com o paciente posicionado em decúbito dorsal sem qualquer tipo de suporte ou sustentação de peso no membro superior afetado.
- E) As técnicas de deslizamento apofisário natural sustentado e o deslizamento apofisário natural reverso são as manobras de primeira escolha do conceito Mulligan indicadas para reposicionar os ossos longos adjacentes do cotovelo e do punho.

QUESTÃO 42

Um trabalhador de 29 anos de idade, atuante na área de entrega de mercadorias, sofreu uma entorse de tornozelo por inversão e flexão plantar ao pisar em um buraco durante o expediente. Após a avaliação médica inicial e o controle da fase aguda, o colaborador foi encaminhado ao setor de fisioterapia do trabalho da empresa para iniciar o processo de reabilitação, visando ao restabelecimento de sua capacidade funcional e ao retorno seguro às atividades laborais de carga e de deambulação.

Considerando o tratamento fisioterapêutico, a reabilitação funcional e as complicações crônicas das entorses de tornozelo, analise as afirmativas a seguir:

- I. A implementação precoce de exercícios de reabilitação funcional e dinâmica é recomendada na rotina do trabalhador, pois atua promovendo a redução do tempo necessário para a retomada das atividades, além de aumentar o desempenho funcional e diminuir o índice de novas lesões autorrelatadas.
- II. O emprego da terapia manual, integrando técnicas de mobilização articular do tornozelo associadas a exercícios de alongamento, é uma conduta terapêutica indicada para produzir uma restauração mais célere e eficaz da amplitude de movimento do paciente.
- III. A aplicação de exercícios de propriocepção e de equilíbrio, utilizando ferramentas como a prancha oscilante, deve ser realizada de forma tardia e isolada, uma vez que o seu início nos primeiros meses após o trauma bloqueia a restauração funcional e eleva o risco de entorses recorrentes.
- IV. O tratamento subsequente de lesões de grau 2 e 3 exige a suspensão imediata de qualquer protocolo de fisioterapia ativa, sendo preconizada a imobilização rígida prolongada sem proteção de carga e sem o uso de órteses estabilizadoras pelos primeiros três meses.

É correto o que se afirma em:

- A) I e II, apenas.
- B) I, II e III, apenas.
- C) I, III e IV, apenas.
- D) II e IV, apenas.
- E) I, II, III e IV.

QUESTÃO 43

O estresse ocupacional e os seus impactos na saúde mental dos profissionais representam um desafio complexo no cenário corporativo contemporâneo. Diante dos fatores desencadeantes e das soluções recomendadas pela medicina e segurança do trabalho, qual das seguintes ações reflete corretamente uma estratégia prática de intervenção precoce e de gestão integrada dessa condição?

- A) Focar as ações de saúde mental unicamente no aconselhamento individual após o esgotamento do trabalhador, visto que a carga de trabalho e as metas organizacionais não influenciam o estresse.
- B) Ignorar os sinais iniciais, como a fadiga e as alterações de humor, priorizando intervenções complexas apenas quando houver um diagnóstico clínico consolidado de ansiedade crônica.
- C) Implementar programas de bem-estar e treinamentos voltados para funcionários e líderes, integrando a análise das condições organizacionais do ambiente com o suporte às capacidades individuais de enfrentamento.
- D) Restringir o gerenciamento do estresse à flexibilização pontual de prazos pelos supervisores, dispensando a necessidade de suporte institucional ou o acesso a serviços especializados de saúde mental.
- E) Concentrar os programas de qualidade de vida exclusivamente na fase de integração de novos profissionais, assumindo que o ritmo acelerado e a insegurança no emprego não afetam trabalhadores experientes.

QUESTÃO 44

No contexto da medicina do trabalho e da reabilitação física, a abordagem de trabalhadores acometidos por osteoartrite de joelho visa à manutenção da capacidade funcional e ao controle dos sintomas crônicos que impactam a execução das tarefas laborais. Entre as estratégias terapêuticas complementares, a fotobiomodulação tem sido empregada associada à cinesioterapia.

Considerando os efeitos clínicos e as respostas biológicas esperadas ao se aplicar a fotobiomodulação em um caso de osteoartrite de joelho, qual das seguintes condutas é a mais adequada?

- A) Utilizar a fotobiomodulação de forma isolada com o objetivo principal de reverter os danos estruturais da cartilagem, suspendendo a terapia por exercícios para evitar o estresse articular.
- B) Associar a fotobiomodulação a um programa de exercícios físicos, visando ao ganho de capacidade funcional e ao estímulo de vias anti-inflamatórias.
- C) Aplicar a terapia com o foco exclusivo de eliminar os sintomas no período de recrutamento, visto que as exigências de carga física diária no ambiente de trabalho não influenciam a progressão da doença.
- D) Restringir a aplicação do laser às fases de crise aguda para promover analgesia, sabendo que a combinação com exercícios físicos anula os benefícios de ganho de amplitude de movimento (ADM).
- E) Substituir permanentemente as intervenções ergonômicas no posto de trabalho pela fotobiomodulação, uma vez que a resposta biológica da luz reduz os efeitos da sobrecarga mecânica ocupacional.

QUESTÃO 45

Um trabalhador de uma linha de montagem industrial sofreu um trauma direto na região posterior da perna (contusão do músculo gastrocnêmio) após o desabamento de uma pilha de caixas de ferramentas. Ele foi levado ao setor de saúde ocupacional da empresa com quadro de dor aguda intensa, edema localizado e incapacidade de realizar a flexão plantar ativa do tornozelo. O Fisioterapeuta do Trabalho optou pelo manejo imediato da lesão por meio de crioterapia local e mobilização precoce.

Considerando os parâmetros de aplicação prática, as respostas fisiológicas e as evidências clínicas que envolvem o uso do gelo no tratamento inicial de contusões musculares agudas, analise as afirmativas a seguir:

- I. A aplicação de uma bolsa de gelo triturado, envolta em uma camada fina de tecido como proteção, diretamente sobre a pele é uma modalidade recomendada para o caso, pois proporciona melhor contato tecidual e um maior tempo de reaquecimento do músculo lesionado.
- II. O uso isolado do gelo na fase aguda reduzirá diretamente o inchaço e o acúmulo de líquido intersticial no gastrocnêmio, não exigindo a associação de contrações musculares ou exercícios de mobilização precoce para a resolução do edema local.

- III. A espessura do tecido adiposo na região da perna do trabalhador influenciará o tempo de condução terapêutica, visto que a dobra cutânea é inversamente proporcional ao resfriamento muscular, exigindo um aumento no tempo de aplicação do gelo se o trabalhador apresentar maior adiposidade local.
- IV. A dor aguda e o edema decorrentes da contusão muscular alteram a capacidade contrátil por meio da limitação de movimento; logo, o efeito analgésico do gelo diminui essa limitação, facilitando a ativação muscular precoce no processo de recuperação funcional.

É correto o que se afirma em:

- A) I e II, apenas.
- B) II, III e IV, apenas.
- C) I, III e IV, apenas.
- D) I e IV, apenas.
- E) I, II, III e IV.

QUESTÃO 46

Um trabalhador de 43 anos de idade, que exerce a função de vigilante patrimonial em uma instituição bancária e permanece em pé por tempo prolongado durante todo o seu turno de trabalho, é encaminhado ao setor de saúde ocupacional com diagnóstico médico confirmado de fascite plantar no pé direito. O colaborador relata uma queixa crônica de dor penetrante no calcanhar, que atinge intensidade máxima pela manhã, logo ao dar o "primeiro passo do dia", e que costuma reaparecer ao final do expediente. Durante a avaliação física inicial, o fisioterapeuta constatou sensibilidade viva à palpação do tubérculo calcâneo medial, dor na fásia plantar durante a dorsiflexão passiva do hálux e diminuição da amplitude de dorsiflexão do tornozelo por tensão do tendão do calcâneo.

Diante do diagnóstico estabelecido e o tratamento da fisioterapia, qual conduta o profissional deve adotar para garantir a correta reabilitação funcional desse trabalhador?

- A) Iniciar um programa focado no alongamento estruturado do tendão do calcâneo e da fásia plantar, instruindo o paciente a manter o joelho afetado estendido e o calcanhar plantado no solo por 15 a 30 segundos.
- B) Priorizar a realização de caminhadas rápidas e corridas de alto impacto logo nas primeiras semanas de tratamento para forçar mecanicamente o ganho de amplitude de dorsiflexão do tornozelo.
- C) Prescrever repouso absoluto na cama com imobilização rígida do tornozelo por 6 semanas, suspendendo os alongamentos para evitar a ativação do mecanismo de molinete do pé.
- D) Interromper imediatamente o protocolo de exercícios e dar alta ao trabalhador assim que ele relate a primeira melhora dos sintomas dentro das 6 semanas iniciais.
- E) Basear a reabilitação principalmente em terapias por ondas de choque extracorpóreas ou iontoforese, uma vez que há fortes evidências de alta qualidade que comprovam sua superioridade sobre o alongamento.

QUESTÃO 47

No manejo clínico e ocupacional de um paciente com síndrome do impacto subacromial, a condução de uma avaliação semiológica e diagnóstica precisa estar diretamente integrada ao planejamento da reabilitação física. De acordo com os achados clínicos, os métodos diagnósticos e os parâmetros de intervenção descritos para o acompanhamento e manejo da síndrome do impacto subacromial, qual conduta reflete corretamente uma recomendação para a avaliação ou para o tratamento fisioterapêutico desse paciente?

- A) Determinar a mão dominante e a ocupação do paciente apenas na fase pós-cirúrgica, visto que os sintomas clínicos da síndrome do impacto e as demandas sobre a articulação do ombro manifestam-se de forma idêntica em todas as profissões e faixas etárias.
- B) Indicar a interrupção imediata de todas as orientações sobre modificação de atividades, priorizando o repouso absoluto na cama para reverter a discinesia escapular observada no exame físico.
- C) Prescrever exercícios intensos de fortalecimento de forma universal para todos os pacientes, visto que a cinesioterapia ativa nunca intensifica a dor, mesmo na vigência de comprometimento grave ou rupturas dos tendões.
- D) Identificar na avaliação sintomas clássicos como dor ao mover o braço acima da cabeça e dor noturna ao dormir sobre o ombro, direcionando o tratamento fisioterapêutico para o fortalecimento do manguito rotador, estabilização da escápula e exercícios posturais.
- E) Basear a reabilitação em exercícios focados em restabelecer a amplitude de movimento passiva do ombro, dado que a perda total dessa mobilidade passiva é a principal manifestação clínica encontrada na avaliação inicial desses pacientes.

QUESTÃO 48

Um programador de 42 anos de idade, com histórico de dor lombar crônica intermitente e diagnóstico por imagem de hérnia discal contida em L4-L5, procura o setor de saúde ocupacional. Ele relata que sua rotina exige longas jornadas sentado e que, nas últimas semanas, passou a apresentar episódios de dor lombar de início abrupto (aguda), acompanhada de parestesia que se irradia para a face lateral da perna direita. O trabalhador questiona sobre quais estratégias ergonômicas e cinesioterapêuticas imediatas deve adotar em seu posto de trabalho para mitigar o quadro atual.

Considerando os princípios biomecânicos de controle postural, o manejo clínico da dor na coluna e as precauções ergonômicas essenciais para evitar a periferização de sintomas radiculares, assinale a conduta correta.

- A) Orientar o trabalhador a realizar exercícios de flexão ativa de tronco a partir da posição sentada durante as crises agudas, visando abrir o espaço intervertebral posterior e aliviar a compressão da raiz nervosa.
- B) Instruir o trabalhador a realizar agachamentos e levantamento manual de cargas leves do chão flexionando apenas a coluna, mantendo os joelhos estendidos para estabilizar os discos intervertebrais.
- C) Recomendar a manutenção rigorosa da postura sentada estática por meio de suportes de alta rigidez, minimizando qualquer mobilidade voluntária segmentar da coluna ao longo da jornada de trabalho.
- D) Adaptar o posto de trabalho com suporte lombar adequado e instruir o paciente a realizar movimentos frequentes da cabeça, coluna e membros ao longo de suas amplitudes, desde que essas movimentações frequentes gerem apenas sensação de alongamento e não ampliem os sintomas radiculares.
- E) Posicionar os equipamentos periféricos (como mouse e teclado) no limite máximo do plano de alcance funcional do trabalhador para induzir uma extensão reflexa protetiva do tronco e estabilizar a pelve.

QUESTÃO 49

Um auxiliar de almoxarifado de 29 anos de idade sofreu uma queda da própria altura no ambiente de trabalho, apoiando a palma da mão direita contra o solo, o que resultou em um diagnóstico médico de entorse do punho direito. Na avaliação fisioterapêutica realizada na fase aguda, o paciente apresenta dor intensa e incapacidade funcional para erguer cargas. Durante o exame cinético-funcional, o terapeuta identificou que os sintomas dolorosos e a instabilidade articular são exacerbados especificamente pelo movimento de hiperextensão do punho, enquanto os movimentos isolados dos dedos e da mão não interferem nos sintomas. O fisioterapeuta opta, então, por aplicar uma bandagem funcional rígida para promover o alívio dos sintomas e a estabilização articular, permitindo o início precoce de exercícios terapêuticos de força e alongamento.

Considerando os critérios técnicos e metodológicos indicados para o manejo da entorse de punho por meio de bandagens rígidas, assinale a alternativa que descreve a conduta de aplicação correta.

- A) Colocar âncoras em torno do punho e da mão, aplicar uma base sobre o dorso da mão com três tiras e fixar as tiras seguintes no formato de um X, sobre a base, tanto no aspecto dorsal quanto no palmar da mão, para limitar a hiperextensão.
- B) Aplicar de três a quatro tiras simples de bandagem rígida exclusivamente em torno do punho, pois o movimento isolado da mão e dos dedos não interfere nos sintomas do paciente.
- C) Posicionar o paciente obrigatoriamente em decúbito dorsal e fixar tiras elásticas longitudinais sobre o aspecto palmar para estimular e facilitar a hiperextensão do punho durante as tarefas.
- D) Utilizar uma bandagem elástica espiral sem âncoras na mão, direcionando o vetor de força para restringir o desvio ulnar e o desvio radial, ignorando o componente de flexão e extensão do carpo.
- E) Retardar a aplicação de qualquer modelo de bandagem e proibir exercícios terapêuticos até que o quadro inflamatório agudo e a dor intensa desapareçam por completo de forma espontânea.

QUESTÃO 50

A legislação de segurança e saúde no trabalho determina que, caso seja constatada a ocorrência ou o agravamento de doenças relacionadas ao trabalho, ou alterações na saúde do empregado, a organização deve adotar providências estruturadas em três pilares: preservação da saúde, preservação de direitos e prevenção de novos casos.

Considerando a associação entre a providência obrigatória e o seu respectivo objetivo, assinale a alternativa correta.

- A) O afastamento temporário do trabalhador doente e o seu encaminhamento para o devido tratamento são providências que visam a preservação dos direitos previdenciários da organização.
- B) A reavaliação das medidas de prevenção já adotadas e a reanálise dos riscos ocupacionais são ações obrigatórias cujo foco principal é preservar os direitos individuais do trabalhador afetado.
- C) A reavaliação dos riscos ocupacionais do setor só deve ser feita se mais de 50% da equipe apresentar os mesmos sintomas de disfunção biológica.
- D) A emissão da Comunicação de Acidente do Trabalho (CAT) é a providência formal adotada pela organização que se enquadra especificamente no objetivo de preservar os direitos do trabalhador.
- E) A reavaliação dos riscos ocupacionais do ambiente laboral deve ser realizada de forma isolada, não havendo necessidade de revisar as medidas de proteção coletiva ou individual que já estavam em vigor.



Segundo a Lei nº 9.610/1998, reproduções de natureza não pedagógicas das questões desta prova estão proibidas.