



250010287

ALUNO: -**AVALIAÇÃO:** -**SÉRIE/CURSO:** -**DISCIPLINA:** -**MATRÍCULA:** -**VALOR:** 70.00 pontos**PROFESSOR:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

Assine conforme o documento de identidade:

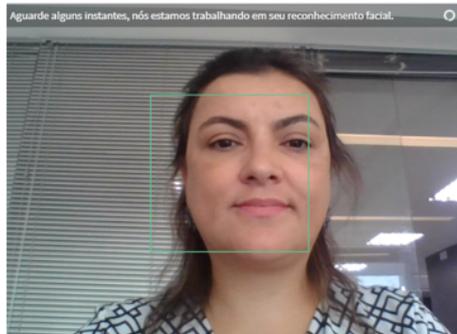
INSTRUÇÕES DA AVALIAÇÃO

Prezado(a) candidato(a),

Antes de iniciar a Prova Online do seu Processo Seletivo, é muito importante que você leia COM ATENÇÃO todas as INSTRUÇÕES a seguir:

1. A webcam deverá permanecer ligada e desobstruída durante todo o período da avaliação.
2. No início do exame, o sistema irá realizar o seu reconhecimento facial. Sendo assim, é necessário que você realize o acesso de um dispositivo que tenha webcam, conforme mostra a imagem a seguir:

Identificação



3. Para viabilizar a captura de sua imagem ao longo da prova, você deverá:
 - Ter uma boa iluminação no ambiente;
 - Enquadrar o rosto inteiro (visão frontal);
 - Não usar óculos escuros e/ou chapéu, boné, franjas ou colocar às mãos tampando o resto.
4. Você deverá manter-se à frente da câmera durante todo o tempo de prova para a execução do reconhecimento e monitoramento online. Caso utilize de meios ilícitos para realizar a sua prova, poderá sofrer eliminação do Processo Seletivo a qualquer tempo.
5. Fique atento(a) ao tempo de duração de sua prova. Você terá 4 (quatro) horas para realizar a avaliação disponível, a partir do momento que iniciar.
6. Você não poderá deixar o local de prova a partir do início da mesma, por isso, organize suas idas ao banheiro para os períodos que antecedem e sucedem a realização da prova.
7. Durante a realização da Prova, você usará o SAFE BROWSER 3.3, navegador seguro, conforme Edital de Convocação, o que impedirá o uso de qualquer outra tela até a finalização da sua avaliação.



250020286

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

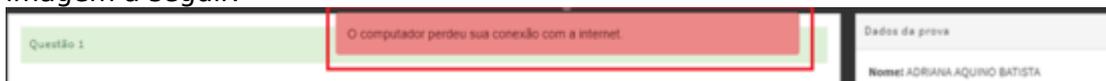
8. O quadro ao lado das questões possui uma legenda com a suas marcações. Ou seja, se foram selecionadas, salvas e/ou não salvas. Quando houver falha na conexão, a marcação da resposta ficará amarela. Veja na imagem a seguir:



9. Certifique-se de enviar a sua avaliação ao término no ícone “Entregar minha prova”.



10. O sistema informará se houver perda de conectividade com a internet, como indicado na imagem a seguir:



11. Caso haja falha na conexão, será aberta uma janela que notificará a tentativa de reconexão, como indicado na tela a seguir:



12. Após a leitura destas orientações, no canto inferior direito, você deve clicar em “Concordar com as Instruções” e, em seguida, “Continuar a Prova Online”.

13. Em caso de dúvida, no canto superior direito, você terá acesso ao texto destas instruções.

Boa prova!

Ethos Concursos Públicos



250030285

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

1) Lesões do tendão de Aquiles estão entre as lesões por overuse mais frequentemente reportadas na literatura e afetam principalmente indivíduos ativos, geralmente envolvidos com esporte profissional ou recreacional. Sobre essas lesões, considerando as recomendações do Guideline 2018 (MARTIN et al, 2018), analise as seguintes afirmações:

I. Achados ultrassonográficos que evidenciem perda da uniformidade estrutural do Tendão de Aquiles são bons preditores de evolução da lesão.

II. Alongamentos dos flexores plantares com joelhos fletidos e estendidos podem ser utilizados para reduzir dor e aumentar o nível de satisfação de pacientes com tendinopatia da porção média do Aquiles, mesmo na ausência de limitação da amplitude de movimento.

III. Exercício com carga mecânica devem ser utilizados para reduzir e dor e melhorar a função, e os programas podem se basear tanto em exercícios excêntricos como em exercícios com alta carga, baixa velocidade.

Assinale a alternativa que aponta a(s) correta(s):

1,0 ponto

- a) Apenas I.
- b) Apenas II.
- c) Apenas III.
- d) Apenas II e III.
- e) I, II e III.



250040284

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

2) **Ainda sobre as lesões de tendão de Aquiles, considerando as recomendações do Guideline 2018 (MARTIN et al, 2018), assinale a alternativa correta.**

1,0 ponto

- (a) Deve ser recomendada por fisioterapeutas a utilização de Laser de baixa frequência e/ou iontoforese com dexametasona como alternativas para reduzir dor e melhorar função em pacientes com Tendionopatia da porção média do Aquiles em fase aguda.
- (b) Não deve ser recomendada por fisioterapeutas a utilização de Laser de baixa frequência, mas a iontoforese com dexametasona pode ser considerada como alternativa para reduzir dor e melhorar função em pacientes com Tendionopatia da porção média do Aquiles em fase aguda.
- (c) Não deve ser recomendada por fisioterapeutas a utilização de iontoforese com dexametasona, mas Laser de baixa frequência pode ser considerado como alternativa para reduzir dor e melhorar função em pacientes com Tendionopatia da porção média do Aquiles em fase aguda.
- (d) Não deve ser recomendada por fisioterapeutas a utilização de recursos eletrotermoterapêuticos, somente o uso de exercício com carga pode ser considerado como alternativa para reduzir dor e melhorar função em pacientes com Tendionopatia da porção média do Aquiles em fase aguda.
- (e) NÃO é correto o que se afirma em nenhuma das alternativas anteriores.

3) **A atuação do Fisioterapeuta na Especialidade em Fisioterapia Esportiva deve observar alguns aspectos relacionados à prática esportiva. Considerando os termos da Resolução Nº. 337, de 08 de novembro de 2007, assinale a alternativa que apresenta um aspecto que NÃO é abrangido por essa resolução.**

1,0 ponto

- (a) Relação do esporte e atividade física no contexto da saúde coletiva e da prevenção das lesões.
- (b) Fisiologia do exercício, propriedades biomecânicas do tecido musculoesquelético e características biomecânicas das lesões esportivas.
- (c) Exercício físico e condicionamento físico dentro do processo de treinamento esportivo.
- (d) Fatores predisponentes (extrínsecos e intrínsecos) relacionados com as modalidades esportivas.
- (e) Fatores epidemiológicos e predisponentes à ação da assistência fisioterapêutica especializada na área.



250050283

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

4) **A tendinopatia patelar é uma lesão por sobrecarga caracterizada por dor e disfunção do tendão patelar e tem alta prevalência em atletas de elite envolvidos em modalidades esportivas com alta demanda de saltos, como voleibol e basquete. Sobre a tendinopatia patelar, é correto afirmar que**

1,0 ponto

- (a) exercícios de fortalecimento dos extensores de joelhos devem priorizar a fase excêntrica para que haja efeito sobre essa estrutura.
- (b) a extensão das alterações teciduais na estrutura do tendão está diretamente relacionada aos desfechos funcionais.
- (c) dor na região do tendão com início durante a atividade está sempre presente.
- (d) o fisioterapeuta deve estar atento ao controle de carga e ajustes nos parâmetros de treinamento durante o processo de reabilitação.
- (e) o uso, na região do tendão, de injeção de plasma rico em plaquetas pode potencializar os resultados de um programa de exercícios.

5) **Recursos terapêuticos podem ser utilizados para minimizar ou acelerar a recuperação após dano Muscular Induzido pelo Exercício. Considerando as características desse processo, analise as seguintes afirmações:**

I. Esse processo pode ser caracterizado por redução da capacidade de geração de torque, redução da ADM ativa, presença de dor e aumento da concentração sanguínea de proteínas.

II. Medidas subjetivas como Escalas de Percepção de Esforço ou Percepção de Bem-estar podem auxiliar na tomada de decisão para utilização de recursos terapêuticos.

III. Recursos terapêuticos apresentam bons resultados para efeito imediato e devem ser empregados sempre que os sinais estiverem presentes.

Assinale a alternativa que aponta a(s) correta(s):

1,0 ponto

- (a) Apenas I.
- (b) Apenas I e II.
- (c) Apenas II.
- (d) Apenas I e III.
- (e) I, II e III



250060282

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

6) **Em relação à utilização da criomersão para a recuperação muscular após exercício, é correto afirmar que**

1,0 ponto

- (a) têm sido demonstrados efeitos agudos como redução da dor tardia e melhora em avaliações subjetivas de recuperação muscular.
- (b) têm sido demonstrados efeitos a longo prazo de interferência com mecanismos de adaptação muscular ao exercício.
- (c) têm sido demonstrados efeitos agudos com melhora em avaliações objetivas de recuperação muscular.
- (d) melhores resultados podem ser alcançados com realização de sessões sucessivas de criomersão.
- (e) técnicas de criomersão apresentam maiores efeitos do que técnicas de fotobiomodulação na redução da dor tardia e melhora em avaliações subjetivas de recuperação muscular.

7) **Considere as seguintes afirmações sobre aspectos da reabilitação esportiva:**

I. A maior parte dos estudos não encontra relação entre sexo e risco para lesão de menisco.

II. Lesões do tendão de Aquiles são mais frequentes no sexo masculino.

III. Atletas mulheres respondem pior à utilização do exercício excêntrico nas tendinopatias de Aquiles, apresentando mais dor e menor melhora na função após 12 semanas.

Assinale a alternativa que aponta a(s) correta(s):

1,0 ponto

- (a) Apenas I.
- (b) Apenas II.
- (c) Apenas III.
- (d) Apenas II e III.
- (e) I, II e III.



250070281

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

8) **A carga de treinamento engloba uma variedade de estímulos estressores que são aplicados ao organismo com objetivo de gerar adaptações fisiológicas no atleta e pode ser descrita como interna ou externa. Assinale a alternativa INCORRETA quanto à carga interna e externa.**

1,0 ponto

- (a) A carga externa de treinamento é determinada pela quantidade, qualidade e organização do programa de exercícios físicos prescritos.
- (b) As medidas de carga externa devem ser específicas para cada contexto e objetivo do treinamento.
- (c) A carga interna tem relação com a resposta psicofisiológica do atleta durante as sessões de treinamento.
- (d) Em esportes coletivos, a carga interna pode ser descrita, por exemplo, como a distância total percorrida, distância percorrida em cada faixa específica de velocidade, número de acelerações e desacelerações.
- (e) Percepção subjetiva de esforço, consumo de oxigênio, variabilidade da frequência cardíaca e concentração de lactato, quando medidos durante o treinamento, são exemplos de medidas de carga interna.

9) **Uma das formas de fazer controle de carga de treinamento é calcular a razão entre a carga aguda e a carga crônica de treinamento, esse modelo é chamado Acute:chronic workload ratio. Assinale a alternativa que define carga aguda nesse modelo.**

1,0 ponto

- (a) É a carga de treino utilizada em um dia específico.
- (b) São as cargas de treino concluídas em um período recente (geralmente de 5 a 10 dias).
- (c) São as cargas de treino concluídas em um período mais longo (em geral, na média de 3 a 6 semanas).
- (d) É a soma das cargas internas de treinamento da última semana.
- (e) É a soma das cargas externas de treinamento da última semana.



250080280

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

10) **O Closed Kinetic Chain Upper Extremity Stability Test (CKQUEST) é um teste funcional que avalia a estabilidade, a potência e a agilidade dos membros superiores em cadeia cinética fechada. O teste consiste em permanecer na posição de prancha ventral, com os cotovelos em extensão e as mãos a uma distância de 36 polegadas (91,4cm). Ao início do teste, uma mão deve tocar a mão oposta sucessivamente durante quantos segundos?**

1,0 ponto

- a) 30 segundos.
- b) 40 segundos.
- c) 25 segundos.
- d) 60 segundos.
- e) 15 segundos.

11) **Para que um atleta possa participar formalmente do esporte paralímpico ele precisa ser considerado elegível e, para isso, ele deve passar pelo processo de classificação funcional. Assinale a alternativa INCORRETA quanto à classificação funcional.**

1,0 ponto

- a) Ao longo da carreira, o atleta não pode mudar sua classe funcional.
- b) A classificação funcional atesta a elegibilidade e define a classe funcional do atleta com base no tipo de deficiência e sequela.
- c) Sem classificação funcional, um atleta é proibido de participar de competições oficiais.
- d) A classificação funcional agrupa os atletas e equipes de acordo com o potencial funcional específico para os fundamentos da modalidade para que haja igualdade na disputa.
- e) A classificação funcional não leva em consideração a habilidade e o talento do atleta.



250090289

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

12) **O risco de lesões na face é inerente a muitos esportes de luta, já que essas modalidades envolvem muito contato físico. Como a face é uma região muito exposta, está sujeita a traumas provenientes de golpes, quedas ou choques com outros atletas. A respeito do assunto, analise as seguintes afirmações:**

I. Nas modalidades profissionais de boxe, muay thai, kickboxing e MMA, o uso de protetor de cabeça é proibido e a aplicação de vaselina sólida no rosto do lutador antes do início do combate é opcional.

II. Durante a luta, se ocorrer um corte em que o sangramento esteja atrapalhando o desempenho do atleta, o ideal é solicitar a interrupção da luta para atendimento ao lutador.

III. Nos cortes de gravidade leve, deve-se inicialmente comprimir a região com gaze estéril para estancar o sangramento. Em seguida, aplicar vaselina sólida sobre o corte para manter o estancamento e evitar que a lesão aumente.

Assinale a alternativa que aponta a(s) correta(s):

1,0 ponto

- a) Apenas I e II.
- b) Apenas II e III.
- c) Apenas I e III.
- d) I, II e III.
- e) Apenas III.



250100286

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

13) **A osteoartrite é um processo que engloba uma variedade de condições clínicas associadas a patologias distintas da cartilagem articular, com alterações morfológicas, estruturais e até funcionais. Por apresentar condições etiológicas diferentes, as respostas terapêuticas também devem ser diferenciadas. Sobre a osteoartrite assinale a alternativa INCORRETA.**

1,0 ponto

- (a) A atividade física é benéfica para o tratamento e a prevenção de quase todas as doenças crônicas, incluindo a osteoartrite.
- (b) A falta de exercício pode contribuir diretamente para osteoartrite causando atrofia muscular e déficit funcional, sobretudo em relação aos músculos que cercam a articulação.
- (c) A prática esportiva moderada, cinco vezes por semana, ajuda as articulações a permanecerem flexíveis na manutenção dos músculos que suportam e estabilizam os tornozelos, joelhos e quadris, auxiliando e sendo fator-chave no controle de peso.
- (d) O exercício físico é uma das modalidades mais recomendadas e consistentes sugerida por profissionais de todo o mundo e em diversos guias de tratamento, havendo relatos de que, por meio dele, seja possível a obtenção da diminuição dos sintomas de OA.
- (e) Corredores recreacionais apresentam incidência aumentada da OA radiográfica do joelho quando comparados com não corredores ao longo de um período de 18 anos.

14) **Durante a triagem de um paciente que sofreu entorse lateral aguda do tornozelo, o fisioterapeuta esportivo deve estar apto para identificar possíveis bandeiras vermelhas. De acordo com as Regras de Ottawa, uma radiografia deve ser solicitada quando se percebe**

1,0 ponto

- (a) dor na região maleolar, palpação dolorosa dos 6 cm distais e posteriores do maléolo lateral, ou incapacidade de suportar o peso corporal por 4 passos.
- (b) sensibilidade na base do quinto metatarso, palpação dolorosa ao redor do maléolo medial, ou cianose dos dedos do pé.
- (c) palpação indolor ao redor do maléolo medial, incapacidade de suportar o peso corporal por 4 passos ou dor sobre o osso navicular.
- (d) dor na região maleolar, cianose dos dedos do pé ou palpação dolorosa dos 6 cm distais e posteriores do maléolo lateral.
- (e) edema com hematoma e hiporreflexia do tendão do calcâneo.



250110285

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

15) **As entorses do tornozelo são frequentes em atletas saltadores (voleibol, basquetebol e handebol). As entorses grau II e III estão geralmente relacionadas à dor, edema articular e perdas de movimento. A longo prazo, podem evoluir para instabilidade crônica e diminuição da funcionalidade do tornozelo. São testes/questionários de avaliação da capacidade funcional do tornozelo:**

1,0 ponto

- (a) FAAM e Y teste.
- (b) Teste de CAIT e McMurray.
- (c) Teste de Lysholm e escala AKPS.
- (d) Teste de Jobe e aumento do ângulo Cobb.
- (e) Lunge teste e KOOS.

16) **PROMs (Patient-Related Outcome Measures) são ferramentas de avaliação muito utilizadas na rotina de uma fisioterapeuta esportivo. O questionário/escala mais indicado para ser aplicado em um atleta de reconstrução do ligamento cruzado anterior do joelho na fase de retorno ao esporte é**

1,0 ponto

- (a) ACL-RSI.
- (b) KOOS.
- (c) Roland Morris.
- (d) AKPS.
- (e) VISA-P.



250120284

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

17) **A biomecânica da corrida pode ser dividida nas fases de apoio e voo (suspensão). Mudanças no estilo da corrida podem afetar as etapas de cada fase. Por exemplo, correr descalço comparado com correr calçado altera o modo como o contato inicial no solo é realizado. A respeito do assunto, assinale a alternativa correta.**

1,0 ponto

- (a) Em geral, corredores descalços apresentam um padrão de ataque ao solo com a região do médio e antepé.
- (b) Em geral, corredores descalços apresentam um padrão de ataque ao solo com a região do retropé.
- (c) Em geral, corredores calçados apresentam um padrão de ataque ao solo com a região do médio e antepé.
- (d) Em geral, corredores descalços realizam a rotação da cintura pélvica no mesmo sentido da cintura escapular.
- (e) Em geral, corredores calçados sempre apresentam maior velocidade da corrida por causa do maior tamanho da passada.

18) **Atletas que praticam esportes de arremesso acima da cabeça (overhead) podem desenvolver algumas adaptações biomecânicas para aumentar o desempenho do gesto esportivo. O GIRD e o déficit na relação agonista/antagonista dos rotadores externos e internos do ombro são alguns exemplos. A respeito do assunto, assinale a alternativa correta.**

1,0 ponto

- (a) A rotação externa do ombro em grandes amplitudes é necessária na fase de armação para potencializar a transferência de energia cinética para a fase de aceleração.
- (b) A rotação interna do ombro em grandes amplitudes é necessária na fase de armação para potencializar a transferência de energia cinética para a fase de aceleração.
- (c) O encurtamento da cápsula e ligamentos posteriores do ombro não está relacionado com o GIRD.
- (d) Os exercícios de alongamento conhecidos como sleep stretching e cross-body stretching podem equilibrar a relação agonista/antagonista do manguito rotador do ombro.
- (e) Na fase de desaceleração do arremesso, é necessária muita força concêntrica dos músculos infraespinhosos e redondo menor.



250130283

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

19) **Sobre a biomecânica do salto e da aterrissagem, assinale a alternativa INCORRETA.**

1,0 ponto

- (a) A maioria das lesões associadas ao salto ocorre na fase aérea (fase de voo), o que faz com que a biomecânica dessa fase seja particularmente importante.
- (b) O objetivo de uma aterrissagem bem-sucedida é resistir ao colapso do sistema com a aplicação apropriada de momentos extensores nas articulações do membro inferior de forma a conter a velocidade do corpo, reduzindo-a a zero sem produzir lesões.
- (c) A aterrissagem de salto ideal permite que o atleta absorva o choque de forma eficiente e segura utilizando o movimento de suas diferentes articulações do membro inferior (quadril, joelhos e tornozelos).
- (d) Momentos extensores atuam de forma excêntrica para absorver a energia cinética do sistema musculoesquelético e ao mesmo tempo impedir que o indivíduo sofra uma queda.
- (e) A amplitude de dorso-flexão do tornozelo é importante durante a aterrissagem para permitir uma eficiente contração excêntrica dos gastrocnêmios e manter o alinhamento do membro inferior.

20) **Estudar a biomecânica do gesto esportivo pode ajudar a aumentar o rendimento do atleta ou reduzir sobrecargas para prevenir lesões. Sobre a cinética e cinemática do chute no futebol, é correto afirmar que**

1,0 ponto

- (a) a fase de aceleração é caracterizada como o período entre a máxima flexão do joelho até o contato do pé de balanço com a bola.
- (b) o deslocamento do membro de chute em direção à bola é feito pela inclinação posterior dos segmentos desse membro, sem a participação do tronco.
- (c) a capacidade excêntrica dos músculos paravertebrais lombares e torácicos diz respeito à fase de preparação da perna do chute.
- (d) a atividade do quadríceps está elevada próximo ao momento de impacto com a bola, quando o joelho está completamente estendido.
- (e) os músculos rotadores do tronco resistem concentricamente à rotação do tronco em relação à pelve quando essa rotação é maior e mais veloz.



250140282

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

21) **A natação é um esporte cíclico com um padrão de movimentos repetidos em sequência. Sobre a biomecânica do nado estilo crawl ou livre, assinale a alternativa INCORRETA.**

1,0 ponto

- (a) A pernada é a principal responsável pela propulsão do nado.
- (b) A braçada é responsável por 60-85% das forças de propulsão do nado.
- (c) A puxada inicial e tardia fornece a propulsão para o avanço do nado (dentro da água).
- (d) A recuperação é o reposicionamento para a nova puxada (fora da água).
- (e) As fases do nado são puxada inicial, puxada tardia e recuperação.

22) **Um dos princípios fundamentais do treinamento de força é a progressão de carga. Uma das formas de progressão foi proposta por Gabbett (2016), o qual propõe esse processo de forma mais eficiente e segura a partir de progressões semanais de carga de treinamento na ordem de**

1,0 ponto

- (a) 15% por semana.
- (b) 15% a cada 2 semanas.
- (c) 10% por semana.
- (d) 5% por semana.
- (e) 20% por semana.



250150281

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

23) **O ato do Arremesso é parte integrante do gestual esportivo de diferentes modalidades. Especialmente no Handebol e Beisebol, ele envolve um movimento bastante raso e explosivo de rotação medial com abdução do ombro. Considerando o ato de rodar medialmente (internamente) o ombro nessas situações, um dos músculos que é efetor primário dessa rotação medial do ombro ao arremessar é o**

1,0 ponto

- (a) Suprespinhoso.
- (b) Infraespinhoso.
- (c) Subescapular.
- (d) Redondo Menor.
- (e) Deltoide Fibras Posteriores.

24) **Fraturas por Estresse são relativamente comuns no esporte, especialmente em modalidades que envolvam impactos cíclicos como corrida, triatlo, voleibol e futebol. São fatores de Risco respectivamente extrínsecos e intrínsecos para Fratura por Estresse, EXCETO**

1,0 ponto

- (a) tipo de calçado e alterações hormonais.
- (b) falhas no treinamento e nutrição deficiente.
- (c) temperatura ambiente e alterações ósseas.
- (d) tipo de pé e local de treinamento.
- (e) superfície de treinamento e alinhamento ósseo de membros inferiores.



250160280

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

25) **A Classificação de Munique, proposta em 2012, é considerada uma das mais completas formas de diferenciação das Lesões Musculares Esportivas existente. Nela, as Dores Musculares de Início Tardio (DMIT ou DOMS) aparecem classificadas como do Tipo**

1,0 ponto

- (a) 1A.
- (b) 1B.
- (c) 2A.
- (d) 2B.
- (e) 4.

26) **A Eletroneuroestimulação (NMES) no esporte tem ampla utilização sendo aplicada em inúmeras condições quando busca-se a reativação muscular ou mesmo o fortalecimento de determinados músculos alvo. Dentre as características dessa aplicação, qual das seguintes NÃO está correta?**

1,0 ponto

- (a) Corrente Russa ou Corrente de Kots possui uma corrente portadora de 2.500Hz.
- (b) A frequência de estimulação é muito importante para o sucesso da estimulação muscular, sendo que, para a ativação de Fibras mais lentas do Tipo I, frequências mais baixas entre 30 e 40Hz são as mais indicadas.
- (c) Nas Correntes de baixa frequência, o parâmetro "intervalo entre os pulsos" é representado pela letra R.
- (d) A Corrente Aussie é uma corrente de baixa frequência e apresenta rajadas e possui uma corrente portadora de 1.000Hz.
- (e) Entre os efeitos das Correntes está o aumento do retorno venoso por bomba muscular (inclusive em paraplégicos e tetraplégicos, com uso relevante nos esportes paralímpicos).



250170289

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

27) **O Uso de Bandagens Esportivas é um dos Artífícios utilizados por fisioterapeutas esportivos tanto em campo de jogo quanto em seus consultórios. Entre seus efeitos, estão a contenção de movimentos potencialmente lesivos e o alívio da dor. Sob esse contexto, são princípios básicos da boa aplicação de bandagens terapêuticas, EXCETO**

1,0 ponto

- (a) posicionar o paciente em posição confortável.
- (b) aplicar a bandagem em ambiente com temperatura estável.
- (c) colocar o membro na posição indicada com bastante tensão sobre os tecidos.
- (d) aplicar a bandagem na sequência correta.
- (e) explicar ao atleta a função da bandagem e demais informações para o seu bom uso.

28) **Em relação à dor crônica no âmbito esportivo, assinale a alternativa INCORRETA.**

1,0 ponto

- (a) Os nociceptores são receptores específicos que detectam vários tipos de estímulos na periferia do corpo.
- (b) O processo fisiológico envolvido em uma lesão tecidual é diretamente proporcional à experiência de dor relatada pelo atleta.
- (c) A avaliação da sensibilização central e do sistema de modulação descendente pode ser realizada por algometria avaliando-se a quantidade de pressão necessária para reproduzir a dor no local da queixa e em pontos distantes, verificando-se a hiperexcitabilidade do sistema nervoso.
- (d) A Guideline do Comitê Olímpico Internacional destaca que muitas técnicas de tratamento utilizadas para o manejo de dor em atletas não têm benefício claro.
- (e) O input nociceptivo chega ao tálamo e posteriormente a áreas sensoriais e cognitivo-emocionais do cérebro.



250180288

ALUNO: -

MATRÍCULA: -

AVALIAÇÃO: -

VALOR: 70.00 pontos

SÉRIE/CURSO: -

PROFESSOR: -

DISCIPLINA: -

DATA: 21/11/2021 11:12

29) **Sabe-se que o sono interfere em vários processos fisiológicos corporais e pode repercutir na performance e nas lesões esportivas. Em relação a esse tema, assinale a alternativa correta.**

1,0 ponto

- (a) Os atletas geralmente apresentam um sono de ótima qualidade e suficiente para suas demandas fisiológicas.
- (b) Durante o sono são suprimidas substâncias como testosterona, GH e cortisol.
- (c) Fatores como horários de treino irregulares, estresse antes das competições e realização de viagens transmeridionais contribuem positivamente para a saúde do sono dos atletas.
- (d) Um atleta com baixa qualidade e/ou quantidade de sono pode apresentar maior estresse oxidativo com aumento de interleucinas pró-inflamatórias.
- (e) Após as competições, os atletas tendem a ter um tempo total de sono maior do que o habitual.

30) **O Esporte Adaptado pode facilitar o processo de reabilitação de pessoas com deficiência (PCDs) e contempla modalidades paraolímpicas de verão e inverno, entre outras. Sobre o Esporte Adaptado, é correto afirmar que**

1,0 ponto

- (a) pode ser praticado em ambientes integrados em que só participam PCDs.
- (b) é o esporte modificado ou criado para atender às necessidades de PCDs e pode ser praticado por PCDs juntamente com pessoas sem deficiência.
- (c) no Esporte Adaptado de alto rendimento, não é necessário que as intervenções fisioterapêuticas contemplem aspectos preventivos.
- (d) o Esporte Adaptado iniciou no âmbito competitivo de alto rendimento, expandindo-se, posteriormente, para o ambiente clínico com pacientes.
- (e) o marco mais relevante do início da prática do Esporte Adaptado foi a introdução do vôlei sentado no processo de reabilitação de pacientes com sequelas na 2ª Guerra Mundial.



250190287

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

31) **Analise as seguintes afirmações:**

I. Utilizando-se uma técnica de mobilização articular do Tálus anteriormente, é possível aumentar a mobilidade de flexão plantar do tornozelo.

II. Para o ganho de mobilidade de flexão dorsal, o Tálus deve ser mobilizado medialmente.

III. Uma técnica de tração subtalar é indicada para ganho de inversão e eversão do tornozelo.

Assinale a alternativa que aponta a(s) correta(s):

1,0 ponto

- a) Apenas I.
- b) Apenas I e II.
- c) Apenas II.
- d) Apenas I e III.
- e) I, II e III.

32) **Quanto aos exercícios pliométricos, assinale a alternativa INCORRETA.**

1,0 ponto

- a) O exercício pliométrico inclui um pré-alongamento do músculo e a ativação do ciclo alongar-encurtar.
- b) O objetivo principal do treinamento pliométrico é elevar a excitabilidade do sistema nervoso para melhorar a capacidade reativa do sistema neuromuscular.
- c) A combinação de uma contração muscular excêntrica com uma contração muscular concêntrica faz parte dos exercícios pliométricos.
- d) O treinamento pliométrico pode ser modificado por variáveis como: velocidade de execução, carga externa, intensidade, volume e frequência.
- e) No exercício pliométrico, ocorre uma diminuição significativa de força concêntrica quando precedida de uma contração muscular excêntrica.



250200284

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

33) **Sobre técnicas de liberação miofascial na prática do fisioterapeuta esportivo, analise as seguintes afirmações:**

I. É importante intervir não somente na miofáscia mas também nos tecidos mais superficiais envolvidos na dinâmica de fluidos corporais.

II. Deve-se usar o princípio de alta irritação dos tecidos na aplicação de técnicas miofasciais para que sejam eficazes.

III. Manobras miofasciais com cargas leves/moderadas e com pressões mantidas estimulam os receptores de Ruffini presentes na fáscia.

Assinale a alternativa que aponta a(s) correta(s):

1,0 ponto

- a) Apenas I.
- b) Apenas I e II.
- c) Apenas II.
- d) Apenas I e III.
- e) I, II e III.

34) **De acordo com o Comitê Olímpico Internacional (2019), a lesão esportiva é definida como um dano tecidual causado ou algum distúrbio da função física convencional devido à participação em esportes, resultando da transferência de energia cinética para dentro do corpo. Em relação a fatores de risco de lesão relacionados à corrida de rua, assinale a alternativa INCORRETA.**

1,0 ponto

- a) A incidência de lesões está diretamente relacionada ao tempo de prática de corrida e à experiência do corredor.
- b) As lesões na corrida costumam ser causadas por mecanismos de lesão de início gradual, sem um evento incitador claro, relacionando-se com a capacidade e a demanda.
- c) Fatores de risco internos, como variáveis de treinamento e histórico de lesões, devem ser levados em conta.
- d) Fatores como estresse, qualidade de sono, ansiedade e catastrofização podem aumentar o risco de lesão.
- e) Aspectos como a cadência de passos e o pico de impacto na corrida devem ser avaliados para entendermos os fatores envolvidos nas lesões em corredores de rua.



250210283

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

35) **Um jogador de futebol, durante uma partida, sofreu um choque de cabeça em uma disputa de bola. A partir desse lance, começou a apresentar tonteira, visão dupla e não sabia dizer onde estava. Foi recomendado que ele saísse de campo e, após avaliação, foi diagnosticada uma concussão cerebral. A partir desse momento, iniciou-se o protocolo de reabilitação desse atleta. Sobre esse protocolo, é correto afirmar que**

1,0 ponto

- (a) o atleta estará apto a retornar à prática esportiva plena no momento em que não relatar mais sintomas ao repouso.
- (b) o atleta deve permanecer em repouso absoluto por 10 dias para, só então, iniciar o retorno à sua prática esportiva.
- (c) não é necessário nenhum tipo de restrição a atividades cognitivas como ler, assistir televisão ou fazer cálculos.
- (d) o retorno à atividade esportiva deve ser gradual e avaliado dia a dia. O atleta precisa estar assintomático em repouso e durante a atividade física para evoluir para o próximo estágio.
- (e) caso o atleta apresente sintomas da concussão nos primeiros 3 dias de retorno à prática esportiva, isso é considerado normal e não há necessidade de afastamento.

36) **A prática esportiva na infância e adolescência deve ser encarada com muita seriedade para que esses jovens atletas desenvolvam todo o seu potencial, sem arriscar a sua saúde e seu desenvolvimento. Sobre esse tema, é correto afirmar que**

1,0 ponto

- (a) a utilização de treinos resistidos é sempre contraindicada em atletas pré-púberes. Além de não apresentarem benefícios adaptativos crônicos para essa faixa etária, tais exercícios podem se tornar fatores de risco para lesões.
- (b) a exposição de crianças na terceira infância (6 a 12 anos) a diversas modalidades esportivas estimula uma melhor variabilidade motora, o que pode melhorar a sua eficiência motora na fase de especialização esportiva.
- (c) como o corpo desses jovens atletas ainda está em formação, a utilização de métodos de análise funcional do movimento não é recomendada.
- (d) a especialização precoce é definida pela prática de uma única atividade esportiva por mais de 2 anos.
- (e) nenhuma das alternativas acima é verdadeira.



250220282

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

37) **As tendinopatias são condições extremamente frequentes na prática clínica do fisioterapeuta esportivo, podendo acometer membros superiores ou inferiores, com prevalência variando entre modalidades. Sobre as tendinopatias, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) e marque a alternativa com a sequência correta.**

() **Nas tendinopatias dos membros inferiores, apenas exercícios excêntricos são recomendados (protocolo de Alfredson).**

() **A extensão e/ou gravidade de anormalidades nos tendões não estão consistentemente relacionadas à gravidade da apresentação clínica.**

() **Cargas compressivas sobre os tendões podem representar um fator de risco para tendinopatias.**

() **A prática esportiva é contraindicada sempre que uma tendinopatia estiver sintomática.**

1,0 ponto

- (a) V - V - F - V.
- (b) F - V - F - V.
- (c) F - V - V - F.
- (d) V - F - V - F.
- (e) F - F - F - V.



250230281

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

38) **Um dos modelos mais aceitos para descrever a fisiopatologia das tendinopatias de membros inferiores é o modelo do continuum, proposto por Cook e Pardum. Nesse modelo, descreve-se que tendões sobrecarregados evoluem em três estágios patológicos: reativo, degradativo e degenerativo. Considerando esse modelo, assinale a alternativa INCORRETA.**

1,0 ponto

- a) O estágio degenerativo é mais frequente em pessoas mais velhas, mas pode ocorrer em atletas jovens com histórico de sobrecarga crônica.
- b) É importante que o tratamento proposto leve em consideração o estágio em que a tendinopatia se encontra.
- c) A tendinopatia reativa costuma acontecer em casos de aumento abrupto de carga imposta ao tendão, ou após trauma direto sobre a estrutura.
- d) O estágio de degradação é quando começa a ocorrer desorganização da matriz celular e, possivelmente, surgimento de neovascularização no tendão.
- e) No estágio reativo, a quantidade de células inflamatórias é elevada, sendo necessária a utilização de recursos anti-inflamatórios.



250240280

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

39) Os conceitos de capacidade e demanda são fundamentais para a compreensão dos mecanismos de lesão em atletas de alto rendimento. Tendo em vista esses conceitos, informe se é verdadeiro (V) ou falso (F) e marque a alternativa com a sequência correta.

() Atletas estão mais expostos ao risco de lesão quando a demanda está excessivamente maior do que a capacidade, mas não quando ela está excessivamente menor.

() O contexto e o ambiente precisam ser levados em consideração ao entender essa relação capacidade X demanda.

() Para que haja desenvolvimento físico e motor do atleta, a demanda precisa ser maior do que a capacidade.

() Quanto maior a carga de treino, maior será a redução aguda de capacidade do indivíduo e um período de recuperação mais efetivo será necessário para que ocorram as adaptações necessárias.

() As adaptações fisiológicas necessárias para que haja um aumento da capacidade ocorrem durante o período de recuperação.

1,0 ponto

- (a) V - F - V - V - F.
- (b) F - F - V - F - V.
- (c) V - V - F - F - V.
- (d) F - V - V - V - V.
- (e) V - V - F - V - F.



250250289

ALUNO: -**MATRÍCULA:** -**AVALIAÇÃO:** -**VALOR:** 70.00 pontos**SÉRIE/CURSO:** -**PROFESSOR:** -**DISCIPLINA:** -**DATA:** 21/11/2021 11:12

40) **Lesões são inerentes à prática de atividade física e podem acabar desmotivando as pessoas a manterem essa prática. Experiências negativas com lesões ou dores musculoesqueléticas são um dos principais fatores para que crianças abandonem a prática de esportes. Sendo assim, o papel do fisioterapeuta na manutenção da saúde da população é fundamental, tanto na educação e orientação quanto no tratamento de lesões. Qual das seguintes alternativas NÃO se enquadra como um benefício da atividade física?**

1,0 ponto

- a) Redução do risco de desenvolvimento de diabetes melitos.
- b) Redução do risco de doenças cardiovasculares.
- c) Controle de sintomas de ansiedade e depressão.
- d) Melhor desempenho acadêmico de crianças e adolescentes fisicamente ativos.
- e) Todas as alternativas estão corretas.

41) **JML, atleta de futebol, 28 anos, sexo masculino, história de lesão de LCA D há 10 anos, vem se queixando de dor e episódios de falseio nesta articulação há dois meses, após avaliação foi indicada cirurgia para reparo de menisco e cartilagem articular. Considerando as recomendações do Guideline 2018 (LOGERSTEDT et al, 2018):**

a) **Indique quais medidas poderiam ser realizadas em uma avaliação pré-operatória para auxiliar no monitoramento da evolução pós-operatória e guiar o processo de retorno.**

b) **Com quanto tempo espera-se que o atleta esteja apto a realizar descarga de peso total neste membro? Descreva como pode ser realizada a progressão da descarga de peso.**

c) **Descreva, em linhas gerais, um programa de cinesioterapia a ser implementado com este atleta.**

d) **Supondo que após 3 semanas de pós-cirúrgico o paciente apresente dificuldade de descarga de peso e redução evidente de trofismo no membro D, como você modificaria seu plano de intervenção?**

15,0 pontos

1.

2.

3.

4.

5.

6.



250260288

ALUNO: -**MATRÍCULA: -****AVALIAÇÃO: -****VALOR: 70.00 pontos****SÉRIE/CURSO: -****PROFESSOR: -****DISCIPLINA: -****DATA: 21/11/2021 11:12**

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.

42) **Uma atleta universitária de voleibol de 21 anos chega ao seu consultório com queixa de dor infrapatelar em joelho esquerdo há 4 semanas, com piora progressiva. No último mês, foram intensificados os treinamentos para um torneio universitário e os treinos passaram de 2 para 4x/semana. Chegou encaminhada por um médico do esporte com diagnóstico clínico de tendinopatia patelar para avaliação e tratamento fisioterápico.**

a) Durante a avaliação funcional do caso apresentado, cite um fator intrínseco distal, um fator intrínseco proximal, um fator intrínseco local e um fator extrínseco que podem estar relacionados à tendinopatia e qual sua conduta para esses achados.

b) Pensando no quadro algico e capacidade tecidual do tendão patelar, você iniciaria algum tipo de exercício de alta intensidade na fase inicial de tratamento? Justifique e descreva sua conduta inicial.

15,0 pontos

1.

2.

3.

4.



250270287

ALUNO: -

AVALIAÇÃO: -

SÉRIE/CURSO: -

DISCIPLINA: -

MATRÍCULA: -

VALOR: 70.00 pontos

PROFESSOR: -

DATA: 21/11/2021 11:12

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.



250280286

ALUNO: -

MATRÍCULA: -

AVALIAÇÃO: -

VALOR: 70.00 pontos

SÉRIE/CURSO: -

PROFESSOR: -

DISCIPLINA: -

DATA: 21/11/2021 11:12

FOLHA DE RASCUNHO