



Governo do Estado do Rio de Janeiro
Universidade do Estado do Rio de Janeiro
Departamento de Seleção e Desenvolvimento de Pessoal

ANEXO 2

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO.

1. Sistemas de produção de ATP.
2. Respostas e adaptações orgânicas ao exercício físico - agudas e crônicas.
3. Princípios gerais do treinamento: sobrecarga, especificidade, reversibilidade etc.
4. Treinamento aeróbio: contínuo; em circuito; intervalado; intervalado de alta intensidade. Respostas hemodinâmicas.

Princípios da prescrição, riscos e benefícios do treinamento para saudáveis e populações especiais (doença arterial coronariana, hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus, terceira idade etc.).

5. Treinamento da força (TF). Respostas hemodinâmicas ao TF. Princípios da prescrição, riscos e benefícios do TF para saudáveis e populações especiais (doença arterial coronariana, hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus, terceira idade etc.).
6. Termorregulação e exercício físico.
7. Mulher e exercício físico - Capacidade de desempenho físico. Gestação e pós-parto.
8. Exercício físico e desempenho durante o crescimento e desenvolvimento.
9. Terceira idade e exercício físico.
10. Avaliação morfofuncional e prescrição de exercícios físicos.

Utilização de ergômetros (ciclo, remo, esteira, pista, step etc.) para avaliação e prescrição do exercício.

Preparação para participação em programas de exercício físico. Avaliação pré-participação. Estratificação de risco. Anamnese.

11. Hipertensão arterial sistêmica e exercício físico.
12. Doença arterial coronariana e exercício físico.
13. Diabetes Mellitus e exercício físico.
14. Sobrepeso/obesidade e exercício físico.
15. Fibromialgia e exercício físico.

BIBLIOGRAFIA

- Carvalho T, Milani M, Ferraz AS, Silveira AD, Herdy AH, Hossri CAC, et al. Diretriz Brasileira de Reabilitação Cardiovascular – 2020. Arq Bras Cardiol. 2020; 114(5):943-987.
- Campos MSB, Buglia S, Colombo CSSS, Buchler RDD, Brito ASX, Mizzaci CC, et al. Posicionamento sobre Exercícios Físicos na Gestação e no Pós-Parto – 2021. Arq Bras Cardiol. 2021; 117(1):160-180.
- Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2022. Disponível em:
[https://diretriz.diabetes.org.br/ indice](https://diretriz.diabetes.org.br/indice).
- Liguori G, Feito Y, Charles Fountaine et al. Diretrizes do ACSM para os Testes de Esforço e sua Prescrição. 11^a ed. Rio de Janeiro: Grupo GEN; 2023.
- McARDLE, William D., KATCH, Frank, KATCH, Victor. 2016. Fisiologia do Exercício: energia, nutrição e desempenho humano. 8.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- MATTOS, RS. Dor cr nica e fibromialgia: uma visão interdisciplinar. CRV, 2019.
- NEGRÃO, CE, BARRETO, ACP, RONDON, MUPB. Cardiologia do exercício: do atleta ao cardiopata. 4^a ed. São Paulo: Manole, 2019.
- Pr coma DB, Oliveira GMM, Simão AF, Dutra OP, Coelho OR, Izar MCO, et al. Atualização da Diretriz de Prevenção Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia – 2019. Arq Bras Cardiol. 2019; 113(4):787-891.
- Powers S. K., Howley E. T. Fisiologia do exercício -Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. Editora Manole; 9^a Edição, 2017.
- Raso, W, Greve, JMD. Pollock - Fisiologia clínica do exercício: manual de condutas em exercício físico. 2^a ed. Atheneu: 2021.
- Syed H, Slayman T, DuChene Thoma K. ACOG Committee Opinion No. 804: Physical Activity and Exercise During Pregnancy and the Postpartum Period. Obstet Gynecol. 2021 Feb 1;137(2):375-376. doi:10.1097/AOG.0000000000004266. PMID: 33481513.

CONHECIMENTOS GERAIS DE SAÚDE

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO.

1. Primeiros socorros.
2. Resoluções do CREF/CONFEF.
3. Legislações pertinentes a área da saúde/medicina preventiva.

BIBLIOGRAFIA.

- AMERICAN HEART ASSOCIATION. Destaques das diretrizes de RCP e ACE de 2020 da American Heart Association. Tradutor: Hélio Pena Guimarães. Texas: AHA, 2020.
www.cpr.hear.org.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. Protocolos de intervenção para o SAMU 192: Serviço de atendimento móvel de urgência. Brasília: Ministério da Saúde, 2016.

CRESPO, A. R. P. T., LIMA, D. S., BONFIM, A. K. S. PHTLS: Atendimento pré-hospitalar ao traumatizado. 9ª edição. Porto alegre: Grupo A, 2020.

BRASIL. Lei nº 14.386, de 27 de junho de 2022. Altera a Lei nº 9.696, de 1º de setembro de 1998, que dispõe sobre a regulamentação da profissão de Educação Física e cria o Conselho Federal de Educação Física e os Conselhos Regionais de Educação Física. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2022.

BRASIL. Lei nº 9.696, de 1 de setembro de 1998. Dispõe sobre a regulamentação da Profissão de Educação Física e cria os respectivos Conselho Federal e Conselhos Regionais de Educação Física. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 1998.

BRASIL. SECRETARIA DE ATENÇÃO ESPECIALIZADA À SAÚDE. Portaria nº 15, de 7 de janeiro de 2022. Altera atributos de procedimentos da Tabela de Procedimentos, Medicamentos, Órteses, Próteses e Materiais Especiais do SUS. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2022.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. A Lei 9.696/98 e a ADI 3428/2005. Rio de Janeiro: CONFEF, 2020.

SILVA, F. M., AZEVEDO, L. F., OLIVEIRA, A. C. C., LIMA, J. R. P., MIRANDA, M. F. Recomendações sobre condutas e procedimentos do profissional de educação física na atenção básica à saúde. 5ª edição. Rio de Janeiro: CONFEF, 2017.

SILVA, P. S. C. Guia de registros e procedimentos de saúde realizados pelo profissional de educação física no SUS. 1ª edição. Rio de Janeiro: CONFEF, 2020.

VARGAS, A. Aspectos jurídicos da intervenção do profissional de educação física. 1ª edição. Rio de Janeiro: CONFEF, 2014.

LEGISLAÇÃO

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

1. Constituição da República Federativa do Brasil: Princípios Fundamentais; Direitos e Garantias Fundamentais; Direitos e Deveres Individuais e Coletivos; Direitos Sociais; Administração Pública; Disposições Gerais; Servidores Públicos;
2. Legislação sobre Processo administrativo;
3. Legislação sobre Servidores Públicos: Estatuto dos Servidores Públicos do Estado do Rio de Janeiro e seu regulamento; Plano de Cargos e Carreiras da Universidade do Estado do Rio de Janeiro;
4. Legislação sobre Proteção de Dados.

BIBLIOGRAFIA

- BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.
- BRASIL. Lei nº 13.709, de 14 de agosto de 2018. Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD). Brasília, DF: Presidência da República, [2020].
- RIO DE JANEIRO. Decreto-Lei nº 220, de 18 de julho de 1975. Dispõe sobre o estatuto dos funcionários públicos civis do poder executivo do estado do rio de janeiro. Diário Oficial, 21 de jul. 1975.
- RIO DE JANEIRO. Decreto nº 2.479, de 08 de março de 1979. Aprova o regulamento do estatuto dos funcionários públicos civis do poder executivo do Estado do Rio de Janeiro.
- RIO DE JANEIRO. LEI nº 5.427, de 01 de abril de 2009. Estabelece normas sobre atos e processos administrativos no âmbito do Estado do Rio de Janeiro e dá outras providências.
- RIO DE JANEIRO. Lei nº 6.701, de 11 de março de 2014. Reestrutura o plano de cargos, carreiras e remuneração do quadro de pessoal dos servidores técnico-administrativos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro - UERJ e dá outras providências.
- JUSTEN FILHO, Marçal. Curso de direito administrativo. 14. ed. – Rio de Janeiro: Forense, 2023.

LÍNGUA PORTUGUESA

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

1. Interpretação de textos.
2. Estratégias argumentativas.
3. Figuras de Linguagem.
4. Elementos da comunicação e funções da comunicação.
5. Sinônimos e Antônimos.
6. Pontuação.
7. Tipos de discurso (discurso direto, discurso indireto e discurso indireto livre).
8. Discurso citado.
9. Valor semântico das conjunções.
10. Valor semântico das preposições.

BIBLIOGRAFIA

1. AZEREDO, José Carlos de. Gramática Houaiss da língua portuguesa. 4 ed. São Paulo: Publifolha: Instituto Houaiss, 2018.
2. Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa, 2012.
3. GARCIA, Othon Moacyr. Comunicação em prosa moderna. 26 ed. Rio de Janeiro: FGV, 2006.

Rio de Janeiro, 08 março de 2023

Referência: Processo nº E-26/007/11120/2014

SEI nº 48215417

Rua São Francisco Xavier, 524, - Bairro Maracanã, Rio de Janeiro/RJ, CEP 20550-900
Telefone: - <https://www.uerj.br/>