



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE PONTA GROSSA

COORDENADORIA DE PROCESSOS DE SELEÇÃO

**PROCESSO DE SELEÇÃO – RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL
EDITAL HU/UEPG Nº 01/2025 – REABILITAÇÃO
EDITAL FMS/NEP Nº 01/2025 – SAÚDE COLETIVA**

GRUPO A: EDUCAÇÃO FÍSICA

NOME COMPLETO: _____

INSTRUÇÕES GERAIS

- ⦿ Verifique se este caderno contém trinta questões objetivas e observe se ele apresenta alguma imperfeição. Em caso de dúvida, comunique ao fiscal.
 - ⦿ As questões desta prova apresentam quatro alternativas, assinaladas com os números 01, 02, 04 e 08, nesta sequência. Cada questão terá como resposta a soma dos números correspondentes às alternativas que você apontar como corretas.
 - ⦿ O prazo determinado para resolução desta prova é de **TRÊS HORAS**, a partir do momento em que for completado o processo de distribuição dos Cadernos de Questões, incluído o tempo para o preenchimento do Cartão de Respostas.
 - ⦿ Quando você terminar a prova, solicite ao fiscal que apanhe o material de prova na sua carteira e aguarde sua liberação pelo fiscal para sair do local de prova.
Lembre-se de que você só pode deixar o local de prova após as 16h15min.
 - ⦿ É de inteira responsabilidade do candidato a leitura, a interpretação e a conferência de todas as informações constantes no Caderno de Questões e no Cartão de Respostas.
 - ⦿ É obrigatória a permanência dos três últimos candidatos da sala para a assinatura da ata de encerramento de aplicação da prova.

INSTRUÇÕES SOBRE O CARTÃO DE RESPOSTAS

- ⦿ CONFIRA os dados seguintes, que devem coincidir com os de sua inscrição: nome do candidato, número de inscrição, área.
 - ⦿ ASSINE apenas no local indicado.
 - ⦿ PREENCHA os campos ópticos com cuidado, porque não haverá substituição do Cartão de Respostas em caso de erro ou rasura.
 - ⦿ Siga as instruções quanto ao preenchimento do Cartão de Respostas.
 - ⦿ Todas as informações acima constam no Edital de Abertura.

Observação: você pode preencher a papeleta abaixo e levá-la.
ATENÇÃO! Só a destaque depois de ter entregue o Cartão de Respostas ao fiscal.

UAPG

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE PONTA GROSSA
COORDENADORIA DE PROCESSOS DE SELEÇÃO
PROCESSO DE SELEÇÃO – RESIDÊNCIA MULITPROFISSIONAL – HU/UEPG e FMS/NEP
GRUPO A: EDUCACAO FÍSICA

PAPELERA PARA ANOTACÃO DAS RESPOSTAS ASSINALADAS – USO OPCIONAL

INSTRUÇÕES QUANTO AO PREENCHIMENTO DO CARTÃO DE RESPOSTAS

1. A prova é elaborada com questões de alternativas múltiplas;
2. Cada questão contém **4 (quatro) alternativas**, indicadas com os números **01, 02, 04 e 08**;
3. O valor a ser assinalado no Cartão de Respostas será a soma dos números correspondentes às alternativas corretas. Cada questão pode ter uma, duas, três ou quatro alternativas corretas;
4. No local próprio do Cartão de Respostas, deve ser assinalado o valor numérico do somatório encontrado, obrigatoriamente com dois algarismos. Em questões com somatório entre os intervalos 01 e 09, o algarismo zero da casa decimal deve ser preenchido (exemplo: 06);
5. A atribuição de pontos só será feita quando o valor numérico assinalado incluir pelo menos **uma alternativa correta** e **nenhuma alternativa errada**. Portanto, a pontuação integral ou parcial de uma questão só será computada se o somatório apresentado **não incluir alternativa(s) errada(s)**.

Suponha a questão hipotética número 65, representada abaixo. Você identificou duas alternativas corretas na questão, a saber:

65 – Enunciado da questão, assinale o que for correto.

- 01) **Alternativa correta.** ✓
- 02) Alternativa errada.
- 04) Alternativa errada.
- 08) **Alternativa correta.** ✓

09

A soma das duas alternativas corretas (**01 + 08**) será igual a **09**.

No **Cartão de Respostas**, o campo referente à questão 65 deve ser **preenchido da maneira indicada ao lado**.

65
<input checked="" type="checkbox"/> 0
<input type="checkbox"/> 1
<input type="checkbox"/> 2
<input type="checkbox"/> 3
<input type="checkbox"/> 4
<input type="checkbox"/> 5
<input type="checkbox"/> 6
<input type="checkbox"/> 7
<input type="checkbox"/> 8
<input checked="" type="checkbox"/> 9



Agora suponha a questão hipotética número 70, representada abaixo. Você identificou três alternativas corretas na questão, a saber:

70 – Enunciado da questão, assinale o que for correto.

- 01) Alternativa errada.
- 02) **Alternativa correta.** ✓
- 04) **Alternativa correta.** ✓
- 08) **Alternativa correta.** ✓

14

A soma das três alternativas corretas (**02 + 04 + 08**) será igual a **14**.

No **Cartão de Respostas**, o campo referente à questão 70 deve ser **preenchido da maneira indicada ao lado**.

70
<input type="checkbox"/> 0
<input checked="" type="checkbox"/> 1
<input type="checkbox"/> 2
<input type="checkbox"/> 3
<input checked="" type="checkbox"/> 4
<input type="checkbox"/> 5
<input type="checkbox"/> 6
<input type="checkbox"/> 7
<input type="checkbox"/> 8
<input type="checkbox"/> 9



QUESTÕES REFERENTES A POLÍTICAS PÚBLICAS EM SAÚDE E MODELOS DE ATENÇÃO À SAÚDE

01- A Reforma Sanitária Brasileira, iniciada na década de 1970, criticava o modelo previdenciário de atenção à saúde – excludente e fragmentado – e culminou na 8^a Conferência Nacional de Saúde (1986). Sobre esse processo, assinale o que for correto.

- 01) A Reforma Sanitária defendia a saúde como direito universal e dever do Estado, contrapondo-se ao modelo previdenciário vigente até então.
- 02) A Constituição de 1988 não incorporou as propostas da Reforma Sanitária, mantendo a saúde vinculada apenas à previdência social.
- 04) O movimento da Reforma Sanitária ocorreu na esfera acadêmica, sem articulação com movimentos sociais ou participação popular.
- 08) A 8^a Conferência Nacional de Saúde consolidou a proposta de criação do Sistema Único de Saúde (SUS), fundamentado nos princípios da universalidade, integralidade e equidade.

02- Um município brasileiro apresenta elevados índices de internações por doenças diarréicas em crianças menores de cinco anos. O relatório epidemiológico aponta que grande parte da população vive em áreas sem saneamento básico, com coleta de lixo irregular e baixa escolaridade materna. Além disso, há concentração de famílias em ocupações precárias e dificuldade de acesso aos serviços de saúde. Com base no caso descrito, assinale o que for correto.

- 01) As condições de saneamento, moradia e escolaridade materna configuraram determinantes sociais que influenciam diretamente o processo saúde-doença observado.
- 02) A dificuldade de acesso aos serviços de saúde agrava a vulnerabilidade das crianças, limitando a prevenção e o tratamento adequado.
- 04) A alta incidência de doenças diarréicas pode ser explicada pela alta circulação de microrganismos patogênicos, sem relação com fatores sociais ou ambientais.
- 08) A situação descrita evidencia que desigualdades sociais produzem iniquidades em saúde, tornando determinados grupos populacionais mais expostos e suscetíveis às doenças.

03- Durante visita domiciliar realizada pela equipe da Estratégia Saúde da Família, uma agente comunitária identificou um idoso hipertenso e diabético, que recentemente recebeu alta hospitalar após um Acidente Vascular Cerebral (AVC). O paciente apresenta limitações motoras, necessidade de acompanhamento multiprofissional e dificuldades socioeconômicas. A família, pouco informada sobre os cuidados, solicitou orientações e apoio. Considerando o princípio da integralidade da assistência no SUS, assinale o que for correto.

- 01) O encaminhamento para fisioterapia, acompanhamento multiprofissional (médico, nutricionista, fonoaudiólogo, enfermeiro) e apoio domiciliar expressa a integralidade, ao articular ações de reabilitação e recuperação.
- 02) A integralidade é alcançada por meio da atenção básica, não sendo necessária a incorporação dos serviços de média e alta complexidade.
- 04) A integralidade implica também orientar a família sobre o autocuidado e a prevenção de complicações, articulando promoção e prevenção à reabilitação do paciente.
- 08) A integralidade se concretiza com o tratamento hospitalar adequado ao paciente durante a fase aguda do AVC, sendo dispensada a articulação com outros níveis de atenção.

04- Um médico veterinário sanitarista foi convidado a participar de um seminário sobre políticas públicas de saúde indígena. Durante a apresentação, destacou que o Subsistema de Atenção à Saúde Indígena integra o SUS, com princípios próprios que respeitam especificidades culturais e garantem a articulação com a rede geral de serviços de saúde. Considerando a Lei nº 8.080/1990 e suas alterações, assinale o que for correto.

- 01) O Subsistema de Atenção à Saúde Indígena deve funcionar de forma integrada ao SUS, sendo descentralizado, hierarquizado e regionalizado, tendo como base os Distritos Sanitários Especiais Indígenas (DSEI).
- 02) O Subsistema pode desconsiderar práticas culturais, como saberes tradicionais, sempre que não coincidirem com o modelo biomédico hegemônico, já que a prioridade é padronizar protocolos clínicos para as populações indígenas.
- 04) O financiamento do Subsistema é de responsabilidade da União, podendo contar com participação complementar de Estados, Municípios e instituições governamentais e não governamentais.
- 08) A participação dos povos indígenas em instâncias colegiadas de formulação, acompanhamento e avaliação das políticas de saúde (como Conselhos de Saúde) é direito garantido pela lei.

05- A Portaria nº 1.378/2013 regulamenta a Política Nacional de Vigilância em Saúde no âmbito do SUS, estabelecendo princípios, diretrizes e responsabilidades. Com base nesse documento, assinale o que for correto.

- 01) A Vigilância em Saúde deve articular ações de vigilância epidemiológica, ambiental, sanitária, em saúde do trabalhador e da situação de saúde da população, com caráter integrador e intersetorial.
- 02) Entre seus princípios estão: integralidade, descentralização, participação social, direito à informação e uso da epidemiologia para análise da situação de saúde.
- 04) A organização da Vigilância em Saúde deve ser descentralizada, hierarquizada e regionalizada, garantindo a integração entre os serviços e a atuação contínua em todos os níveis de atenção.
- 08) A Política Nacional de Vigilância em Saúde prevê a produção, análise e disseminação de informações em saúde como base para a tomada de decisão, planejamento, monitoramento e avaliação das ações e serviços.

06- Com base nos marcos legais do Sistema Único de Saúde (SUS), assinale o que for correto.

- 01) A regionalização concentra a gestão dos serviços de saúde nos estados, substituindo a descentralização municipal.
- 02) A descentralização busca aproximar a gestão dos serviços de saúde dos usuários, sendo os municípios os principais responsáveis pela execução das ações.
- 04) A integralidade no SUS envolve o reconhecimento das necessidades dos usuários e a articulação das ações de promoção, prevenção, tratamento e reabilitação.
- 08) A participação da comunidade se concretiza por meio dos conselhos e conferências de saúde, garantindo representação social na gestão do SUS.

07- Com base nos Determinantes Sociais da Saúde (DSS) e sua relação com as iniquidades em saúde no Brasil, assinale o que for correto.

- 01) Os determinantes sociais da saúde consideram apenas aspectos ambientais e não incluem variáveis socioeconômicas e educacionais.
- 02) A atuação sobre os determinantes sociais deve ser responsabilidade primária do setor saúde, sem necessidade de articulação com outras políticas públicas.
- 04) A compreensão dos determinantes sociais da saúde permite que políticas públicas atuem nas causas estruturais das iniquidades, extrapolando a oferta de serviços de saúde curativos.
- 08) Fatores como renda, escolaridade, raça, moradia e trabalho influenciam diretamente o processo saúde-doença e a expectativa de vida da população.

08- As Redes de Atenção à Saúde (RAS) foram instituídas no SUS visando superar a fragmentação da atenção e efetivar a integralidade do cuidado. Com base em suas características e diretrizes, assinale o que for correto.

- 01) As RAS devem ser organizadas com base no reconhecimento dos territórios, a partir das necessidades de saúde das populações adscritas.
- 02) A Atenção Primária à Saúde é reconhecida como ordenadora do cuidado e coordenadora da rede, sendo a principal porta de entrada do SUS.
- 04) Um dos mecanismos de articulação entre os diferentes pontos de atenção à saúde dentro das RAS é o sistema de referência e de contrarreferência.
- 08) As RAS são estruturas organizadas exclusivamente em hospitais de média e alta complexidade, sendo acessadas após regulação estadual.

09- O planejamento estratégico é um instrumento fundamental para a gestão e organização de sistemas e serviços de saúde, permitindo decisões mais assertivas. Com base em suas diretrizes, assinale o que for correto.

- 01) O planejamento estratégico parte da compreensão da realidade para definir objetivos, metas e estratégias voltadas à transformação das situações de saúde.
- 02) A análise situacional é uma etapa central do planejamento estratégico, pois permite gerar um diagnóstico amplo de natureza social, organizacional e de saúde.
- 04) O planejamento estratégico orienta a tomada de decisão com base em prioridades pactuadas coletivamente, considerando as oportunidades e a capacidade de intervenção dos sujeitos.
- 08) Diferentemente dos padrões normativos, o planejamento estratégico em saúde reconhece a complexidade dos territórios e valoriza a participação de diversos atores na construção das ações.

10- A vigilância em saúde impõe articulação entre ações de monitoramento, prevenção e controle de riscos à saúde. Com base nesse contexto, assinale o que for correto.

- 01) A vigilância hospitalar atua de forma independente das demais esferas da vigilância em saúde, sendo voltada exclusivamente ao ambiente intra-hospitalar.
- 02) A vigilância em saúde na atenção terciária contribui para a segurança do paciente e a qualidade do cuidado.
- 04) A notificação compulsória de agravos e doenças deve ser realizada também em serviços hospitalares, como parte das responsabilidades clínicas e éticas das equipes de saúde.
- 08) Nos hospitais, as ações de vigilância se restringem ao monitoramento de infecções, não envolvendo vigilância epidemiológica, sanitária ou eventos adversos.

QUESTÕES ESPECÍFICAS

11- A atrofia muscular é caracterizada por processos celulares que levam à perda de massa muscular. Dentre os mecanismos envolvidos, assinale o que for correto.

- 01) A ativação da via ubiquitina-proteassoma, responsável pela degradação de proteínas.
- 02) O aumento da autofagia, promovendo degradação de organelas e proteínas estruturais.
- 04) Redução da atividade catalítica das calpaínas.
- 08) A diminuição da expressão de miostatina, proteína inibidora do crescimento muscular.

12- A hipertrofia muscular pode ser entendida como um processo adaptativo ao treinamento resistido. Sobre os fatores fisiológicos associados a esse processo, assinale o que for correto.

- 01) Redução do IGF-1 circulante, favorecendo maior ativação de fibras.
- 02) Ativação da via mTOR, estimulando a síntese proteica.
- 04) Predomínio de degradação proteica sobre a síntese.
- 08) Recrutamento de células satélites para reparo e crescimento muscular.

13- O processo de hipertrofia muscular envolve múltiplos mecanismos interdependentes. Considerando esse contexto, assinale o que for correto.

- 01) O estresse mecânico do treinamento resistido atua como principal gatilho para o crescimento muscular.
- 02) O aumento da síntese proteica é superior à taxa de degradação, resultando em balanço nitrogenado positivo.
- 04) O estímulo inflamatório agudo contribui para o recrutamento de células satélites e reparo tecidual.
- 08) A sinalização anabólica via IGF-1/Akt/mTOR desempenha papel central no aumento da massa muscular.

14- No planejamento de programas de exercícios físicos para pessoas com deficiência visual, alguns cuidados e estratégias devem ser priorizados. Neste contexto, assinale o que for correto.

- 01) Utilizar descrições verbais detalhadas para orientar os movimentos.
- 02) Incorporar feedback tático e auxílio físico, quando necessário, para garantir a execução segura.
- 04) Favorecer ambientes silenciosos, evitando qualquer estímulo sonoro durante a prática.
- 08) Estabelecer trajetos seguros e previamente conhecidos para a locomoção no espaço de treino.

15- Pessoas com lesão medular podem apresentar alterações na regulação térmica durante o exercício físico, especialmente em função da sudorese prejudicada abaixo do nível da lesão. Sobre esse tema, assinale o que for correto.

- 01) A redução da sudorese abaixo do nível da lesão aumenta o risco de hipertermia durante o exercício.
- 02) Estratégias como hidratação frequente e ambientes climatizados são fundamentais para o controle térmico.
- 04) O uso de roupas leves e respiráveis auxilia na dissipação do calor em pessoas com comprometimento autônômico.
- 08) O treinamento deve ser interrompido em ambientes quentes, pois não há estratégias seguras de adaptação.

16- Em medidas e avaliações, alguns testes são utilizados para avaliar a capacidade funcional em idosos. Neste contexto, assinale o que for correto.

- 01) O VO₂máx em esteira é indicado como primeira escolha em idosos com limitações motoras graves.
- 02) O *Timed Up and Go* (TUG) avalia equilíbrio dinâmico, marcha e risco de quedas.
- 04) O Teste de Caminhada de 6 Minutos (TC6) é útil para mensurar a resistência cardiorrespiratória.
- 08) O *Chair Stand Test* (teste de levantar da cadeira) avalia força e potência de membros inferiores.

17- Na avaliação de pacientes cardiopatas, recomenda-se a utilização de protocolos e medidas adaptadas visando à segurança. Sobre essas avaliações, assinale o que for correto.

- 01) O Teste de Caminhada de 6 Minutos é considerado seguro e eficaz para monitorar resposta cardiorrespiratória.
- 02) O Teste de Wingate é recomendado como avaliação de rotina para cardiopatas em ambiente ambulatorial.
- 04) A utilização da Escala de Borg auxilia no controle da intensidade do esforço percebido.
- 08) A mensuração da frequência cardíaca de reserva (FCR) permite a prescrição mais individualizada da intensidade do exercício.

18- Na avaliação do nível de funcionalidade, diferentes instrumentos podem ser aplicados para medir capacidade física, autonomia e qualidade de vida. Nesse contexto, assinale o que for correto.

- 01) O Índice de Barthel avalia independência em atividades de vida diária, como alimentação e locomoção.
- 02) O SF-36 é um questionário multidimensional que avalia percepção de saúde física e mental.
- 04) O Katz Index é utilizado para mensurar a independência em funções básicas, como banho, vestir-se e ir ao banheiro.
- 08) O Short Physical Performance Battery (SPPB) avalia a velocidade da marcha, equilíbrio estático e força de membros inferiores (MMII), medida indiretamente por meio do teste de sentar-levantar.

19- Na prescrição de exercícios resistidos para indivíduos em fase crônica pós-acidente vascular cerebral (AVC), é necessário considerar as alterações neuromusculares e funcionais decorrentes da lesão. Sobre estratégias baseadas em evidências, assinale o que for correto.

- 01) O treino de potência (movimentos balísticos) é contraindicado em qualquer situação, pois aumenta o risco de espasticidade.
- 02) A utilização de treinamento resistido unilateral no hemicorpo não afetado pode induzir o efeito de transferência cruzada (*cross-education*), favorecendo ganhos de força no lado parético.
- 04) A combinação de exercícios resistidos e treino de tarefas funcionais favorece adaptações neurais e melhora a coordenação motora.
- 08) Exercícios resistidos devem ser evitados em intensidades moderadas a altas, pois não promovem benefícios significativos na recuperação neuromuscular em indivíduos pós-AVC.

20- Na prescrição de exercícios físicos para indivíduos com esclerose múltipla (EM), deve-se considerar alterações motoras, fadiga central e disfunções autonômicas características da doença. Sobre estratégias seguras e eficazes, assinale o que for correto.

- 01) Exercícios de equilíbrio utilizando superfícies instáveis são contraindicados para indivíduos com EM, devido ao alto risco de queda e ausência de benefícios funcionais.
- 02) Exercícios aeróbicos contínuos em ambientes acima de 21º C são preferíveis, pois aumentam a vasodilatação periférica e diminuem sintomas de intolerância ao esforço.
- 04) O treino resistido, em intensidade moderada, pode melhorar força muscular e reduzir a fadiga percebida sem agravar a progressão da doença.
- 08) A prescrição deve incluir intervalos de descanso adequados e, sempre que possível, ser realizada em ambientes termicamente controlados.

21- Sobre as respostas do sistema cardiovascular que estão relacionadas à elevação da pressão arterial, assinale o que for correto.

- 01) Maior pré-carga no coração.
- 02) Redução no débito cardíaco.
- 04) Maior atividade nervosa parassimpática.
- 08) Maior resistência vascular periférica.

22- A respeito da hipertrofia cardíaca patológica em comparação à hipertrofia cardíaca relacionada à prática de exercício físico, assinale o que for correto.

- 01) A hipertrofia cardíaca patológica ocasiona fibrose.
- 02) A hipertrofia cardíaca patológica pode ser de característica concêntrica e excêntrica.
- 04) A hipertrofia cardíaca relacionada a prática de exercício físico ocasiona menor fração de ejeção.
- 08) A hipertrofia cardíaca relacionada a prática de exercício físico aumenta o número de sarcômeros.

23- Os diabéticos podem apresentar condições adversas que influenciam nas recomendações para a realização de exercícios físicos. Neste contexto, assinale o que for correto.

- 01) Diabéticos com neuropatia periférica devem evitar exercícios que ocasionem impacto nos pés.
- 02) Diabéticos com nefropatia devem evitar exercícios com manobra de Valsalva.
- 04) Diabéticos com retinopatia são os que apresentam maior risco de arritmia e isquemia cardíaca.
- 08) Diabéticos com neuropatia autonômica devem realizar mais exercícios físicos em dias mais quentes para melhorar a termorregulação.

24- A respeito das respostas do sistema respiratório, assinale o que for correto.

- 01) O consumo de oxigênio elevado durante a recuperação pós-exercício é chamado de EPOC, apresentando uma queda exponencial até atingir os valores pré-exercício físico.
- 02) Quanto maior for a intensidade do exercício físico, maior será o consumo máximo de oxigênio ($\dot{V}O_2\text{máx}$) de um indivíduo.
- 04) O aumento no consumo de oxigênio no início do exercício físico tem influência do aumento do retorno venoso.
- 08) Indivíduos com doença pulmonar obstrutiva crônica têm menor volume expiratório forçado de um segundo em comparação ao indivíduo saudável.

25- Sobre as adaptações do sistema cardiorrespiratório com o exercício físico, assinale o que for correto.

- 01) O treinamento físico aumenta a diferença arterio-venosa de oxigênio no exercício máximo.
- 02) A ventilação é maior na mesma intensidade de exercício quando comparada à situação pré-treinamento.
- 04) O treinamento físico ocasiona um aumento na quantidade e na atividade mitocondrial.
- 08) O consumo máximo de oxigênio aumenta com o treinamento, mas o débito cardíaco máximo não se altera.

26- Sobre os componentes da aptidão física, assinale o que for correto.

- 01) A aptidão cardiorrespiratória está relacionada à expectativa de vida.
- 02) A força muscular é afetada em indivíduos com doença pulmonar obstrutiva crônica.
- 04) A flexibilidade é menor no hemicorpo afetado de indivíduos que sofreram acidente vascular cerebral.
- 08) O maior percentual de gordura corporal é um fator de risco para diabetes mellitus tipo 2.

27- Sobre as estratégias de intervenção que podem ser usadas na reabilitação para melhorar a aptidão física, assinale o que for correto.

- 01) *Overtraining*.
- 02) Caminhada com restrição de fluxo sanguíneo.
- 04) Facilitação neuromuscular proprioceptiva.
- 08) Exercício físico no limiar de isquemia.

28- A respeito de suplementos nutricionais que podem ser usados para auxiliar na realização de exercícios físicos e/ou melhorar o desempenho em grupos especiais, assinale o que for correto.

- 01) Bicarbonato de sódio.
- 02) Creatina.
- 04) Cafeína.
- 08) Placebo.

29- Sobre variáveis relacionadas à prescrição de exercícios físicos visando à melhora da aptidão aeróbia, assinale o que for correto.

- 01) Máximo déficit acumulado de oxigênio.
- 02) Domínios de intensidade de esforço.
- 04) Uma repetição máxima.
- 08) Percentual da frequência cardíaca de reserva.

30- O treinamento aeróbio pode ocasionar diversos benefícios para o organismo. Neste contexto, assinale o que for correto.

- 01) Dependência do metabolismo anaeróbico menor para a mesma intensidade do exercício físico em relação à situação pré-treinamento.
- 02) Utilização de glicogênio muscular menor para a mesma intensidade do exercício físico em relação à situação pré-treinamento.
- 04) Cinética de consumo de oxigênio mais rápida para a mesma intensidade do exercício físico em relação à situação pré-treinamento.
- 08) Consumo de oxigênio maior para a mesma intensidade do exercício físico em relação à situação pré-treinamento.