



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4909720

056

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão nº 31

II – Comentário do Candidato

Cabe dupla interpretação.

Sobre a coluna vertebral e suas juntas:

"sua função principal, entretanto, é suportar o peso da maior parte do corpo e transmitilo, através da articulação sacro-ilíaca"

Considerando a principal função da coluna vertebral a sustentação o segmento MOVEL não é necessariamente a unidade funcional. A terminologia pode variar com os autores.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Biomecânica Básica” de Susan Hall (2000, pág. 202,203 e 206) no Capítulo 9:

- A coluna vertebral consiste em uma pilha de trinta e três vértebras divididas estruturalmente em 5 regiões. De cima para baixo, existem sete vértebras cervicais, 12 vértebras torácicas, cinco vértebras lombares, cinco vértebras sacras fundidas e quatro pequenas vértebras coccígeas fundidas.
- O segmento móvel é considerado como o sendo a unidade funcional da coluna.
- Uma vértebra típica consiste de um corpo, um anel oco, conhecido como arco neural e vários processos ósseos.
- NÚCLEO PULPOSO: GEL COLOIDAL COM ALTO CONTEÚDO LÍQUIDO.

Assim, alternativa correta é a A

Parecer: **PROCEDENTE** () **IMPROCEDENTE** (**X**)

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** () **MUDAR ALTERNATIVA** ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4909347

057

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão nº 32

II – Comentário do Candidato

A afirmativa "O sistema nervoso periférico é formado pelos nervos raquidianos e pelo sistema nervoso autônomo", está INCOMPLETA segundo Dangelo e Fatini (2007) o sistema nervoso periférico e composto de terminações nervosas, gânglios e nervos (raquidianos e CRANIANOS) e McArdle (198) o sistema nervoso periférico e composto de 31 de nervos raquidianos e 12 de nervos cranianos. Na afirmativa não tem os nervos os 12 pares de nervos cranianos.

III – Parecer da Banca Examinadora

Ao colocar como uma das alternativas o que consta na letra B "O sistema nervoso periférico é formado pelos nervos raquidianos e pelo sistema nervoso autônomo (simpático e parassimpático)" não estamos querendo dizer que o sistema nervoso só está sendo formado por esses. Portanto, uma coisa não exclui a outra. O recurso é improcedente.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4907025

058

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão nº 32

II – Comentário do Candidato

O sistema nervoso periférico é formado pelos nervos raquidianos, sistema nervoso autônomo e também pelo sistema nervoso somático.

Podendo levar a cunfusão na resulução.

III – Parecer da Banca Examinadora

Ao colocar como uma das alternativas o que consta na letra B “O sistema nervoso periférico é formado pelos nervos raquidianos e pelo sistema nervoso autônomo (simpático e parassimpático)” não estamos querendo dizer que o sistema nervoso só está sendo formado por esses. Portanto, uma coisa não exclui a outra. O recurso é improcedente.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4912863

059

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão nº 32

II – Comentário do Candidato

A opção "a) O sistema nervoso central é formado somente pelo cérebro e medula espinhal" está correta segundo a obra "Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano" de McArdle et.al (2003, pág. 395) no Capítulo 19, no primeiro parágrafo que segue o tópico: "Organização do sistema neuromotor".

III – Parecer da Banca Examinadora

Ao colocar como uma das alternativas o que consta na letra B "O sistema nervoso periférico é formado pelos nervos raquidianos e pelo sistema nervoso autônomo (simpático e parassimpático)" não estamos querendo dizer que o sistema nervoso só está sendo formado por esses. Portanto, uma coisa não exclui a outra. O recurso é improcedente.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4907025

061

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão n° 40

II – Comentário do Candidato

Flatou colocar nesta questão o tempo que esta pessoa realizou o exercício.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Exercício Físico na promoção da saúde” GUEDES (1995), calcula o custo energético multiplicando-se 0,6 pela distância em QUILOMETROS e pela massa corporal em quilogramas. Nessa questão a velocidade de 01m/s tem que ser transformado em Km.

Transformando m/s em km/h = 1 m/s x 3,6 = 3,6 km/h.

CUSTO ENERGÉTICO = 0,6 x 60 x 3,6 = 129,6 kcal.

Nesse sentido, o tempo não faz falta. O recurso é improcedente.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4913056

062

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão nº 43

II – Comentário do Candidato

O princípio da ESPECIFICIDADE: impõe que o treinamento deve ser montado sobre os requisitos específicos da performance desportiva em termos de qualidade física interveniente, sistema energético preponderante, segmento corporal e coordenações psicomotoras utilizados.

Princípio da SOBRECARGA: após aplicação de uma carga, há uma recuperação do organismo, visando restabelecer a homeostase. O equilíbrio entre carga e tempo de recuperação é que garantirá a existência da supercompensação.

A

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 373), no Capítulo 21 o recurso é improcedente, pois a redação traz o seguinte:

“Para ampliar o aprimoramento fisiológico e induzir uma resposta ao treinamento, deverá ser aplicada uma **sobrecarga** com o exercício que seja específica para a atividade”. Já em relação ao PRINCÍPIO DA ESPECIFICIDADE a redação é seguinte: “quando aplicado ao treinamento, refere-se às adaptações nos sistemas metabólicos e fisiológicos, dependendo do tipo de sobrecarga imposta” (página 373), portanto a questão não apresenta nenhum problema. O recurso é improcedente.

Parecer: **PROCEDENTE** () **IMPROCEDENTE** (X)

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** () **MUDAR ALTERNATIVA** ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4909347

063

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão n° 43

II – Comentário do Candidato

É um princípio utilizado para ampliar o aprimoramento fisiológico e induzir uma resposta ao treinamento com o exercício que seja específico para a atividade. Retirando: DEVERÁ SER APLICADA UMA SOBRECARGA, a questão fica dúbia porque não informa a sobrecarga. A transcrição muda o sentido da frase, no livro ESPECÍFICA refere à CARGA, na prova a palavra ESPECÍFICO refere AO EXERCÍCIO, portanto no princípio da sobrecarga o que deverá ser específico é a SOBRECARGA e não o exercício como está na prova.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 373), no Capítulo 21 o recurso é improcedente, pois a redação traz o seguinte: “Para ampliar o aprimoramento fisiológico e induzir uma resposta ao treinamento, deverá ser aplicada uma **sobrecarga** com o exercício que seja específica para a atividade”. Já em relação ao PRINCÍPIO DA ESPECIFICIDADE a redação é seguinte: “quando aplicado ao treinamento, refere-se às adaptações nos sistemas metabólicos e fisiológicos, dependendo do tipo de sobrecarga imposta” (página 373), portanto a questão não apresenta nenhum problema. O recurso é improcedente.

Parecer: **PROCEDENTE** () **IMPROCEDENTE** (**X**)

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** () **MUDAR ALTERNATIVA** ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4907025

064

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão n° 43

II – Comentário do Candidato

Princípio de Sobrecarga: referece as adptações nos sistemas metabólicos e fisiológicos, epenendo do tipo de sobrecarga imposta.

Princípio da especificidade: utilizado para ampliar o aprimoramento fisiológico e induzir uma resposta ao treinamento com exercício que seja específico para ativiade.

Resposta certa letra B

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 373), no Capítulo 21 o recurso é improcedente, pois a redação traz o seguinte:

“Para ampliar o aprimoramento fisiológico e induzir uma resposta ao treinamento, deverá ser aplicada uma **sobrecarga** com o exercício que seja específica para a atividade”. Já em relação ao PRINCÍPIO DA ESPECIFICIDADE a redação é seguinte: “quando aplicado ao treinamento, refere-se às adaptações nos sistemas metabólicos e fisiológicos, dependendo do tipo de sobrecarga imposta” (página 373), portanto a questão não apresenta nenhum problema. O recurso é improcedente

Parecer: **PROCEDENTE** () **IMPROCEDENTE** (X)

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** () **MUDAR ALTERNATIVA** ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4909720

065

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão nº 43

II – Comentário do Candidato

A questão B é a alternativa correta.

O princípio da Especificidade "as adaptações ao treinamento são altamente específicas ao tipo de ATIVIDADE e ao volume de Intensidade do exercício realizado"

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 373), no Capítulo 21 o recurso é improcedente, pois a redação traz o seguinte:

“Para ampliar o aprimoramento fisiológico e induzir uma resposta ao treinamento, deverá ser aplicada uma **sobrecarga** com o exercício que seja específica para a atividade”. Já em relação ao PRINCÍPIO DA ESPECIFICIDADE a redação é seguinte: “quando aplicado ao treinamento, refere-se às adaptações nos sistemas metabólicos e fisiológicos, dependendo do tipo de sobrecarga imposta” (página 373), portanto a questão não apresenta nenhum problema. O recurso é improcedente.

Parecer: **PROCEDENTE** () **IMPROCEDENTE** (**X**)

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** () **MUDAR ALTERNATIVA** ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4909720

066

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão n° 48

II – Comentário do Candidato

O corpo possui tanto adaptações fisiológicas para o frio quanto para o calor, no entanto as adaptações ao frio ainda não são bem entendidas.

Trata-se de uma área da fisiologia ainda em estudo, portanto a afirmação não é absoluta.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 495) no Capítulo 25.

“O corpo É MUITO MENOS CAPAZ DE ADAPTAR FISIOLÓGICAMENTE ao ESTRESSE FRIO prolongado DO QUE A UMA EXPOSIÇÃO PROLONGADA AO CALOR. Na maioria dos casos, uma vestimenta apropriada permite aos seres humanos tolerarem alguns dos climas mais frios existentes na superfície da Terra”.

Assim, a última sentença (das quatro apresentadas) é falsa, portanto, a alternativa correta é a “C”. O recurso é improcedente.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4909720

067

Especialidade: Educação Física

Versão: A

Questão n° 50

II – Comentário do Candidato

A alternativa A está certa. Quando a roupa fica totalmente úmida, ela simula um ambiente de alta umidade. O corpo poderá perder mais calor por condução, mas não por evaporação.

"A umidade elevada diminui a perda de calor pela evaporação"

"O suor deve evaporar para produzir resfriamento. O suor que goteja da pele produz pouco ou nenhum resfriamento"

"Mesmo em temperaturas mais baixas, a umidade é a maior preocupação porque a evaporação é o principal meio de perda de calor durante o exercício"

III – Parecer da Banca Examinadora

O argumento não procede, pois segundo McArdle et. All (1998:479) "a perda de calor por evaporação se processa somente quando a roupa fica totalmente úmida" (alternativa correta), mas "um uniforme seco apenas prolonga o lapso de tempo entre a transpiração e o esfriamento", ou seja, o contrário do que colocamos, portanto a questão não apresenta nenhum problema. O recurso é improcedente.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4911111

068

Especialidade: Educação Física

Versão: B

Questão nº 23

II – Comentário do Candidato

Solicito a correção desta questão de conhecimentos específicos da Educação Física. A resposta conforme o gabarito é a letra A) sendo que a correta resposta seria a letra B)

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 373), no Capítulo 21 o recurso é improcedente, pois a redação traz o seguinte:

“Para ampliar o aprimoramento fisiológico e induzir uma resposta ao treinamento, deverá ser aplicada uma **sobrecarga** com o exercício que seja específica para a atividade”. Já em relação ao PRINCÍPIO DA ESPECIFICIDADE a redação é seguinte: “quando aplicado ao treinamento, refere-se às adaptações nos sistemas metabólicos e fisiológicos, dependendo do tipo de sobrecarga imposta” (página 373), portanto a questão não apresenta nenhum problema. O recurso é improcedente.

Parecer: **PROCEDENTE** () **IMPROCEDENTE** (**X**)

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** () **MUDAR ALTERNATIVA** ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4911111

069

Especialidade: Educação Física

Versão: B

Questão nº 23

II – Comentário do Candidato

Solicito a rever a questão acima. O Treinamento Esportivo Princípio da ESPECIFICIDADE a resposta será LETERA B) igual a bibliografia abaixo pois ambas referem-se a palavra ESPECIFICIDADE caracterizando-as.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 373), no Capítulo 21 o recurso é improcedente, pois a redação traz o seguinte: “Para ampliar o aprimoramento fisiológico e induzir uma resposta ao treinamento, deverá ser aplicada uma **sobrecarga** com o exercício que seja específica para a atividade”. Já em relação ao PRINCÍPIO DA ESPECIFICIDADE a redação é seguinte: “quando aplicado ao treinamento, refere-se às adaptações nos sistemas metabólicos e fisiológicos, dependendo do tipo de sobrecarga imposta” (página 373), portanto a questão não apresenta nenhum problema. O recurso é improcedente

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4900024

070

Especialidade: Educação Física

Versão: B

Questão nº 23

II – Comentário do Candidato

"Ao exercitar-se em um nível de intensidade mais alto que aquele adotado normalmente, consegue-se induzir uma série de adaptações ao treinamento altamente específicas e que permitem ao organismo funcionar com maior eficiência"

O período acima descreve o princípio da sobrecarga, e não o período dado como resposta correta na questão, que apenas diz que a sobrecarga deve ser específica para a atividade.

Há uma duplicidade de respostas, sendo duas opções relativas ao Princípio da Especificidade.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 373), no Capítulo 21 o recurso é improcedente, pois a redação traz o seguinte:

“Para ampliar o aprimoramento fisiológico e induzir uma resposta ao treinamento, deverá ser aplicada uma **sobrecarga** com o exercício que seja específica para a atividade”. Já em relação ao PRINCÍPIO DA ESPECIFICIDADE a redação é seguinte: “quando aplicado ao treinamento, refere-se às adaptações nos sistemas metabólicos e fisiológicos, dependendo do tipo de sobrecarga imposta” (página 373), portanto a questão não apresenta nenhum problema. O recurso improcedente.

Parecer: PROCEDENTE () IMPROCEDENTE (X)

Procedimento: ANULAR QUESTÃO () MUDAR ALTERNATIVA ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: **4910174**

071

Especialidade: **Educação Física**

Versão: **B**

Questão n° **23**

II – Comentário do Candidato

Ha discordância nesta questão em relação ao Princípio de Sobrecarga e Especificidade. Pois em minha concepção profissional é ao contrário (IV,III,I,II) Princípio Sobrecarga: "Imediatamente após a aplicação de uma carga de trabalho, há uma recuperação do organismo visando a restabelecer a homeostase" e Especificidade: "...deve ser montado sobre os requisitos específicos da performance desportiva.."

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra "Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano" de McArdle et.all (1998, pág. 373), no Capítulo 21 o recurso é improcedente, pois a redação traz o seguinte: "Para ampliar o aprimoramento fisiológico e induzir uma resposta ao treinamento, deverá ser aplicada uma **sobrecarga** com o exercício que seja específica para a atividade". Já em relação ao PRINCÍPIO DA ESPECIFICIDADE a redação é seguinte: "quando aplicado ao treinamento, refere-se às adaptações nos sistemas metabólicos e fisiológicos, dependendo do tipo de sobrecarga imposta" (página 373), portanto a questão não apresenta nenhum problema. O recurso é improcedente.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4911111

072

Especialidade: Educação Física

Versão: B

Questão n° 26

II – Comentário do Candidato

Solicito a correção desta QUESTÃO SOBRE DOBRAS CUTÂNEAS. o PROTOCOLO DE Jackson e Pollock utiliza para mulheres as dobras cutâneas: Tríceps, abdômem e supra-íliaca e não tem esta opção para esta questão.

III – Parecer da Banca Examinadora

Parecer:	PROCEDENTE	(X)	IMPROCEDENTE	()
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	(X)	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4911111

073

Especialidade: Educação Física

Versão: B

Questão nº 26

II – Comentário do Candidato

Solicito rever a questão acima que trata-se das dobras cutâneas. A resposta do gabarito não corresponde ao protocolo de Jackson e Pollock pois, para mulheres eles usam as seguintes dobras: Tríceps, abdômem e supra -ilíaca. Esta resposta não se encontra na prova.

III – Parecer da Banca Examinadora

ANULADA.

Parecer: **PROCEDENTE** (X) **IMPROCEDENTE** ()

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** (X) **MUDAR ALTERNATIVA** ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: **4910579**

074

Especialidade: **Educação Física**

Versão: **B**

Questão n° **28**

II – Comentário do Candidato

De acordo com a obra "Fisiologia do Esporte e do Exercício" de Wilmore et.all. "Distúrbios Relacionados ao Calor. A exposição à combinação do estresse pelo calor externo e a incapacidade de dissipação do calor produzido metabólicamente podem levar a três distúrbios relacionados ao calor: CÂIBRAS PELO CALOR, EXAUSTÃO PELO CALOR E INTERMAÇÃO." Assim, a primeira sentença (das quatro apresentadas) é falsa, portanto, não encontra-se alternativa correta para a questão.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra "Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano" de McArdle et.all (1998, pág. 495) no Capítulo 25.

“O corpo É MUITO MENOS CAPAZ DE ADAPTAR FISIOLÓGICAMENTE ao ESTRESSE FRIO prolongado DO QUE A UMA EXPOSIÇÃO PROLONGADA AO CALOR. Na maioria dos casos, uma vestimenta apropriada permite aos seres humanos tolerarem alguns dos climas mais frios existentes na superfície da Terra”.

Assim, a última sentença (das quatro apresentadas) é falsa, portanto, a alternativa correta é a “C”.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: **4905569**

075

Especialidade: **Educação Física**

Versão: **B**

Questão n° **28**

II – Comentário do Candidato

Conforme McArdle et. all, as câibras induzidas pelo calor, a exaustão induzida pelo calor e a INTERMAÇÃO constituem as principais enfermidades induzidas pelo calor. A INTERMAÇÃO, que é uma enfermidade médica, é a mais séria e complexa dessas enfermidades. Com isso, a primeira afirmativa é falsa. A sequência correta é FVVF.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 495) no Capítulo 25.

“O corpo É MUITO MENOS CAPAZ DE ADAPTAR FISIOLÓGICAMENTE ao ESTRESSE FRIO prolongado DO QUE A UMA EXPOSIÇÃO PROLONGADA AO CALOR. Na maioria dos casos, uma vestimenta apropriada permite aos seres humanos tolerarem alguns dos climas mais frios existentes na superfície da Terra”.

Assim, a última sentença (das quatro apresentadas) é falsa, portanto, a alternativa correta é a “C”.

O argumento não procede, pois nas páginas 488 e 499 do livro de McArdle et. All (1998) ele diz justamente o que está na alternativa, portanto a questão não apresenta nenhum problema.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4900024

076

Especialidade: Educação Física

Versão: B

Questão nº 32

II – Comentário do Candidato

"A dinâmica do treinamento por meio de microciclo não é uniforme, mas varia em intensidade ou nas exigências do treinamento, dependendo do caráter do treinamento, tipo de microciclo, clima, meio ambiente e temperatura."

O número de séries e repetições dependerá do caráter do treinamento, ou seja, depende do tipo de atividade ou modalidade está sendo sendo trabalhada, o que, em momento algum, foi mencionado no enunciado da questão.

Não há opção correta.

III – Parecer da Banca Examinadora

Embora dependa do tipo de atividade ou modalidade que será trabalhada, entendemos que por comparação entre uma alternativa e outra e as características do mesociclo de uma forma geral seja possível chegar na alternativa correta conforme o gabarito. Portanto, o recurso é improcedente

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: **4905569**

077

Especialidade: **Educação Física**

Versão: **B**

Questão n° **35**

II – Comentário do Candidato

Segundo Powers e Howley, a intensidade descreve a sobrecarga sobre o sistema cardiovascular necessária para gerar um efeito do treinamento. As melhorias da aptidão cardiorrespiratória ocorrem quando a intensidade é de 50% a 85% do VO2máx.

Segundo Mcardle et. all, até mesmo pequenas reduções na intensidade do exercício reduzem o VO2máx.

Sendo assim, uma zona de treinamento entre 30 a 40% do VO2máx ocasionará redução do VO2máx e não sua manutenção (zona de manutenção). Termo mal empregado.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo com o quadro apresentado por Novaes (1998) em “Personal Training & condicionamento físico em academia” (p. 46) a alternativa está correta. O recurso é improcedente.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: **4905569**

078

Especialidade: **Educação Física**

Versão: **B**

Questão n° **36**

II – Comentário do Candidato

Segundo Wilmore e Costill, os sinais de supertreinamento parassimpático incluem: início precoce da fadiga, **DIMINUIÇÃO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA DE REPOUSO**, recuperação rápida da frequência cardíaca após o exercício e diminuição da pressão arterial de repouso.

Com isso, todas as alternativas são verdadeiras, não existindo nenhuma errada.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 391) no Capítulo 21.

Sintomas de supertreinamento:

Estado de humor perturbado, depressão irritabilidade, insônia, **PULSO EM REPOUSO ELEVADO**, perda de peso etc.

Assim, a alternativa correta é a C e o recurso é improcedente.

Parecer: **PROCEDENTE** () **IMPROCEDENTE** (**X**)

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** () **MUDAR ALTERNATIVA** ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: **4905569**

080

Especialidade: **Educação Física**

Versão: **B**

Questão n° **39**

II – Comentário do Candidato

Segundo Heyward, em definições e natureza da flexibilidade, a flexibilidade divide-se em estática e dinâmica. A flexibilidade estática é a medida da ADM total na articulação. Já a flexibilidade dinâmica é a medida da taxa de torque ou resistência desenvolvida durante o alongamento em toda a ADM.

A contração da musculatura agonista caracteriza outro tipo de ALONGAMENTO FNP é a técnica de CONTRAÇÃO AGONISTA CONTRAIR-RELAXAR (CACR). Portanto, as alternativas b e c também são incorretas.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo com a obra de Luciano Castro (2006). “Medidas e Avaliação em Educação Física”:

Fatores limitantes da mobilidade articular

Fatores endógenos:

- a) Idade
- b) Sexo
- c) Estado do condicionamento físico
- d) Individualidade biológica
- e) Respiração
- f) Concentração

Fatores exógenos:

- a) Hora do dia
- b) TEMPERATURA AMBIENTE
- c) Exercício

Assim, a alternativa incorreta é a “D”.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4901152

081

Especialidade: Educação Física

Versão: B

Questão nº 39

II – Comentário do Candidato

Letra D - Errada. Os fatores endógenos influenciadores nos graus de flexibilidade segundo WERLANG (1997), são: idade, sexo, somatótipo, individualidade biológica, condição física, respiração e concentração. E os exógenos são: temperatura ambiente e hora do dia.

Letra C - Correta. A flexibilidade passiva (FP) consiste em a "não participação da pessoa que se movimenta" a qual fica bem relaxada para evitar a participação no maior grau possível dos músculos antes mencionados.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo com a obra de Luciano Castro (2006). “Medidas e Avaliação em Educação Física”:

Fatores limitantes da mobilidade articular

Fatores endógenos:

- a) Idade
- b) Sexo
- c) Estado do condicionamento físico
- d) Individualidade biológica
- e) Respiração
- f) Concentração

Fatores exógenos:

- a) Hora do dia
- b) TEMPERATURA AMBIENTE
- c) Exercício

Assim, a alternativa incorreta é a “D”.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: **4905569**

082

Especialidade: **Educação Física**

Versão: **B**

Questão n° **52**

II – Comentário do Candidato

Segundo McArdle, o sistema nervoso humano é constituído por duas partes principais: (1) o sistema nervoso central (SNC), que consiste em CÉREBRO e MEDULA ESPINAL, e (2) o sistema nervoso periférico (SNP). O sistema nervoso periférico consiste em 31 pares de NERVOS RAQUIDIANOS (espinhais) e 12 pares de NERVOS CRANIANOS. O Sistema Nervoso Autônomo é uma subdivisão da parte eferente ou motora, incluindo também o sistema nervoso somático. Portanto, não existe alternativa correta para essa questão.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 325) no Capítulo 19.

Ao colocar como uma das alternativas o que consta na letra B “O sistema nervoso periférico é formado pelos nervos raquidianos e pelo sistema nervoso autônomo (simpático e parassimpático)” não estamos querendo dizer que o sistema nervoso só está sendo formado por esses. Portanto, uma coisa não exclui a outra.

Parecer: **PROCEDENTE** () **IMPROCEDENTE** (**X**)

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** () **MUDAR ALTERNATIVA** ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: **4905569**

083

Especialidade: **Educação Física**

Versão: **B**

Questão n° **57**

II – Comentário do Candidato

Em Wilmore e Costill, conforme demonstrado em VCO_2/VO_2 ou R, a gordura é a principal fonte de energia em repouso $R= 0,78$ a 0.80 .

Conforme Powers e Howley, o sistema ATP-PC provê a energia para a contração muscular no início do exercício e em exercícios de curta duração e de alta intensidade. Portanto, a quarta afirmativa é falsa. A sequência correta é VVFF.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Fisiologia do exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano” de McArdle et.all (1998, pág. 97-115) no Capítulo 2, o argumento é improcedente pelo fato de que embora o sistema ATP-CP seja menos utilizado em repouso não é sinônimo de que não seja solicitado. O recurso é improcedente.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4900024

085

Especialidade: Educação Física

Versão: B

Questão n° 60

II – Comentário do Candidato

"A estimativa da energia consumida durante uma caminhada deverá ser realizada em função da velocidade empregada, distância percorrida e peso corporal do indivíduo." No enunciado da questão, em momento algum foi estipulada a distância percorrida pela pessoa, nem tempo de atividade. Foram apenas mencionados peso corporal (60kg) e velocidade (1m/s), e demanda energética (0,6kcal/kg.km). Como faltou um dado essencial, não há resposta correta para essa questão.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Exercício Físico na promoção da saúde” GUEDES (1995), calcula o custo energético multiplicando-se 0,6 pela distância em QUILOMETROS e pela massa corporal em quilogramas. Nessa questão a velocidade de 01m/s tem que ser transformado em Km.

Transformando m/s em km/h = 1 m/s x 3,6 = 3,6 km/h.

CUSTO ENERGÉTICO = 0,6 x 60 x 3,6 = 129,6 kcal.

Nesse sentido, o tempo não faz falta.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4910174

086

Especialidade: Educação Física

Versão: B

Questão n° 60

II – Comentário do Candidato

Cuidado com a resolução desta questão: m/s para km/h: $1\text{m/s} \times 3,6 = 3,6\text{km/percorridos}$ e não km/h. Esta questão poderia ter sido colocada a fórmula da obra de 2005 com o km/percorrido.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Exercício Físico na promoção da saúde” GUEDES (1995), Calcula o custo energético multiplicando-se 0,6 pela distância em QUILÔMETROS e pela massa corporal em quilogramas. Nessa questão a velocidade de 01m/s tem que ser transformado em Km.

Transformando m/s em km/h = $1\text{ m/s} \times 3,6 = 3,6\text{ km/h}$. Portanto, carece de conversão.

CUSTO ENERGÉTICO = $0,6 \times 60 \times 3,6 = 129,6\text{ kcal}$.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4910174

087

Especialidade: Educação Física

Versão: B

Questão n° 60

II – Comentário do Candidato

Há também outras referências de gasto calórico estimados e que os resultados são diferentes.

III – Parecer da Banca Examinadora

De acordo a obra “Exercício Físico na promoção da saúde” GUEDES (1995), calcula o custo energético multiplicando-se 0,6 pela distância em QUILOMETROS e pela massa corporal em quilogramas. Nessa questão, a velocidade de 01m/s tem que ser transformado em Km.

Transformando m/s em km/h = 1 m/s x 3,6 = 3,6 km/h.

CUSTO ENERGÉTICO = 0,6 x 60 x 3,6 = 129,6 kcal.

Parecer:	PROCEDENTE	()	IMPROCEDENTE	(X)
Procedimento:	ANULAR QUESTÃO	()	MUDAR ALTERNATIVA	()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4910172

088

Especialidade: Educação Física

Versão: C

Questão n° 42

II – Comentário do Candidato

A questão "A" seria a resposta correta, pois o Sistema Nervoso Central é formado por cérebro e medula espinhal e a resposta "B" seria errada pois o Sistema Nervoso Periférico é formado pelos nervos raquidianos e cranianos.

III – Parecer da Banca Examinadora

Ao colocar como uma das alternativas o que consta na letra B “O sistema nervoso periférico é formado pelos nervos raquidianos e pelo sistema nervoso autônomo (simpático e parassimpático)” não estamos querendo dizer que o sistema nervoso só está sendo formado por esses. Portanto, uma coisa não exclui a outra.

Parecer: **PROCEDENTE** () **IMPROCEDENTE** (X)

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** () **MUDAR ALTERNATIVA** ()



COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
DIVISÃO DE CONCURSOS
EA-EAOT 2009
FORMULÁRIO DE RESPOSTA AOS RECURSOS

I – Identificação do Candidato N° de Inscrição: 4910172

089

Especialidade: Educação Física

Versão: C

Questão n° 48

II – Comentário do Candidato

A alternativa " A " também seria a resposta, pois o Ciclo de Krebs não é a porta de entrada para todos os combustíveis energéticos, pois antes dele existe a glicólise anaeróbica.

III – Parecer da Banca Examinadora

Ao colocar como uma das alternativas o que consta na letra B “O sistema nervoso periférico é formado pelos nervos raquidianos e pelo sistema nervoso autônomo (simpático e parassimpático)” não estamos querendo dizer que o sistema nervoso só está sendo formado por esses. Portanto, uma coisa não exclui a outra.

Parecer: **PROCEDENTE** () **IMPROCEDENTE** (**X**)

Procedimento: **ANULAR QUESTÃO** () **MUDAR ALTERNATIVA** ()