



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO SEBASTIÃO DO PARAÍSO
Estado de Minas Gerais
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE

EDITAL DE PROCESSO SELETIVO Nº 002/2021

RETIFICAÇÃO 03

A Secretária Municipal de Saúde, Adelma Lúcia da Silva, no uso de suas atribuições legais, **retifica** o **Edital do Processo Seletivo n.º 002/2021**, para provimento, em caráter temporário, dos cargos Públicos de **Agente Comunitário de Saúde e Agente de Combate às Endemias**, na forma que se segue:

I – FICA ALTERADO a cláusula 6.1 do Edital do Processo Seletivo n.º 002/2021, nos seguintes termos:

6.1 – A Lista de Classificação será em ordem decrescente de acordo com a somatória obtida na nota da Prova Objetiva para os cargos de Agente Comunitário de Saúde e de Agentes de Combate às Endemias. A Prova de Aptidão física será meramente considerada para efeitos de aptidão ou não nos cargos, com caráter eliminatório.

II – FICA ALTERADO o ANEXO V do Edital (**Conteúdo Programático da Prova de Aptidão Física para os cargos de Agente Comunitário de Saúde e Agente de Combate às Endemias**), conforme abaixo:

CARGOS	TESTES
Agente Comunitário de Saúde e Agente de Endemias	Teste de Cooper (corrida de 12 min) – Sexo Masculino e Feminino
	Flexões de Braço – Sexo Masculino
	Flexões Abdominais – Sexo Feminino

INSTRUÇÕES GERAIS:

- Não será autorizado o acompanhamento técnico, mesmo que profissional, parentes, amigos, etc, em nenhum teste físico;
- O aquecimento antes de qualquer atividade física, assim como o relaxamento após a mesma são aconselhados, porém são de inteira responsabilidade dos(as) candidatos(as);
- Os(as) candidatos(as) deverão comparecer no dia dos testes trajando-se de forma condizente para prática de atividade física (short, calção de ginástica ou malha, camiseta e tênis);
- Os(as) candidatos(as), poderão levar líquidos (água, refrigerante, etc.) no dia e horário estabelecido, porém os mesmos deverão ficar em local determinado pela Comissão do Processo Seletivo e pela banca examinadora no dia da prova física;
- **Comparecer ao local designado 30 minutos antes do horário marcado (07:30 horas da manhã), sendo que, às 08h o portão será fechado;**
- Caso não tenha entregue o laudo médico que ateste a aptidão física até o dia 03/09/2021 na Coordenação das USF's ou na Vigilância Epidemiológica, o(a) candidato(a) deverá levar o laudo para a realização da prova, sendo de sua total responsabilidade o laudo apresentado, repisando que, caso o atestado esteja inadequado, será eliminado da participação da prova.
- Serão realizados primeiramente os testes de flexão de braço, abdominal e teste de cooper com os(as) participantes com idades entre 38 e 55 anos ou mais, sendo posteriormente



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO SEBASTIÃO DO PARAÍSO
Estado de Minas Gerais
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE

submetido às avaliações os(as) candidatos(as) 18 e 37 anos.

1 – TESTE DE FLEXÕES DE BRAÇOS COM APOIO NO SOLO - SEXO MASCULINO

Este exercício tem como objetivo principal avaliar o nível de resistência muscular localizada (RML) dos membros superiores ou torácicos (braços).

METODOLOGIA A SER APLICADA NA REALIZAÇÃO DO TESTE:

O candidato (sexo masculino) deverá apoiar-se ao solo numa superfície plana, em posição horizontal, com as pernas estendidas e apoiando o corpo com as pontas dos pés. Os braços deverão estar estendidos no prolongamento do corpo, servindo de apoio. Ao sinal (sonoro e cronometrado) do avaliador, o candidato tentará fazer o número mínimo de flexões exigido de acordo com a sua idade, sem deixar o tronco tocar no solo no tempo máximo de 1 (um) minuto, (conforme o quadro demonstrativo abaixo). Será considerado INAPTO, o candidato que não conseguir realizar o número mínimo de flexões corretas no tempo estabelecido.

Ao sinal sonoro do avaliador, os candidatos deverão realizar o total mínimo exigido de flexões de braços sem que o tronco toque no solo, de acordo com a sua idade, no tempo máximo de 01 (um) minuto. O candidato que não conseguir realizar a quantidade de exercícios estabelecida, será considerada INAPTO e, portanto, eliminado do Processo Seletivo.

Obs.: Será concedida apenas 01 (uma) tentativa para a finalização do teste.

ÍNDICES PARA O TESTE DE FLEXÕES DE BRAÇOS		
VALÊNCIA FÍSICA	IDADE	REPETIÇÕES
RESISTÊNCIA MUSCULAR LOCALIZADA (RML)	18 a 28 anos	12
	29 a 37 anos	10
	38 a 45 anos	8
	46 a 55 anos	6
	Acima de 55 anos	5

Não será permitido:

I – dar ou receber qualquer tipo de ajuda física;

II – repetir o teste.

2 – TESTE DE FLEXÕES ABDOMINAIS – SEXO FEMININO

Este exercício tem por finalidade avaliar o nível de resistência muscular localizada (RML) da região abdominal do segmento axial (tronco).

METODOLOGIA A SER APLICADA NA REALIZAÇÃO DO TESTE:



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO SEBASTIÃO DO PARAÍSO
Estado de Minas Gerais
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE

Na posição deitada de costas para o solo, com as pernas estendidas e as mãos atrás, ou ao lado da cabeça, a candidata) deverá ao sinal (sonoro e cronometrado) do avaliador, executar um número mínimo de repetições de acordo com a sua idade e sexo (conforme tabela demonstrativa abaixo) no tempo máximo de 1 (um) minuto.

A candidata deverá executar o exercício partindo numa posição com o corpo totalmente estendido, de costas para o solo e fazer uma flexão simultânea de joelhos e tronco, fazendo com que os cotovelos alcancem a altura dos joelhos e retornando à posição inicial. A candidata que não realizar o total de exercícios em 1 (um) min, de forma correta, será considerada INAPTA e consequentemente eliminado do Processo Seletivo.

As candidatas serão avaliadas de forma individualizada, sendo designado um avaliador para cada candidato, e o resultando obtido será conhecido pela candidata logo após a realização do respectivo teste.

Cada candidata será acompanhado por um avaliador durante a realização do teste.

Obs.: Será concedida apenas 01 (uma) tentativa para a finalização do teste.

ÍNDICES PARA O TESTE DE FLEXÕES ABDOMINAIS		
VALÊNCIA FÍSICA	IDADE	REPETIÇÕES
RESISTÊNCIA MUSCULAR LOCALIZADA (RML)	18 a 28 anos	26
	29 a 37 anos	20
	38 a 45 anos	16
	46 a 55 anos	14
	Acima de 55 anos	12

Não será permitido:

I – dar ou receber qualquer tipo de ajuda física;

II – repetir o teste.

3 – TESTE DE CORRIDA DE MÉDIA DISTÂNCIA – 12 min (Teste de Cooper)-SEXO MASCULINO E FEMININO

METODOLOGIA A SER APLICADA:

O teste visa avaliar o nível de resistência aeróbica do(a) candidato(a). Em uma pista de atletismo ao redor de um campo com piso plano e sem aclives, o(a) candidato(a) poderá andar, correr, e até mesmo parar durante o tempo de 12 (doze) minutos, devendo ao final desse tempo perfazer uma distância mínima pré-estabelecida de acordo com a sua idade e sexo, conforme quadro abaixo.

Para ambos os sexos, o tempo de execução será invariável (12 min). A partida será dada através de um sinal sonoro dando-se início à cronometragem. Ao término do tempo será dado outro sinal sonoro e parada a cronometragem, quando os candidatos deverão parar de progredir e



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO SEBASTIÃO DO PARAÍSO
Estado de Minas Gerais
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE

se afastar da pista. Serão considerados INAPTOS e, conseqüentemente, eliminados do Processo Seletivo os(as) candidatos(as) que, ao término dos 12 (doze) minutos, não conseguirem percorrer a distância mínima pré-estabelecida, de acordo com a sua idade e sexo.

O resultado obtido pelo(a) candidato(a), será conhecido logo após o respectivo teste.

DEMONSTRATIVO DE ÍNDICES PARA O TESTE DE COOPER (12 min) (CORRIDA DE MÉDIA DISTÂNCIA)			
VALÊNCIA FÍSICA	IDADE	DISTÂNCIAS	
		MASCULINO	FEMININO
RESISTÊNCIA AERÓBICA	18 a 28 anos	2.000 m (6 voltas)	1.800 m (5 voltas e 200 metros)
	29 a 37 anos	1.800 m (5 voltas e 200 metros)	1.600 m (4 voltas e 600 metros)
	38 a 45 anos	1.600 m (4 voltas e 600 metros)	1.400 m (4 voltas)
	46 a 55 anos	1.400 m (4 voltas)	1.200 m (3 voltas e 500 metros)
	Acima de 55 anos	1.200 m (3 voltas e 500 metros)	1.000 m (3 voltas)

Não será permitido:

- I – uma vez iniciado o teste, abandonar a pista antes mesmo de ser liberado pela banca;**
- II – desclocar-se, no sentido progressivo ou regressivo da marcação da pista, finalizados os 12 (doze) minutos, sem liberação da banca;**
- III – dar ou receber qualquer tipo de ajuda física;**
- IV – repetir o teste.**

Os demais itens do Edital permanecem inalterados.

São Sebastião do Paraíso, 02 de setembro de 2021.

¹ ADELMA LÚCIA DA SILVA
Secretária Municipal de Saúde

1 Este documento foi emitido nos termos da legislação vigente e sua via impressa encontra-se assinada, com idêntico teor desta via digital, a qual pode ser consultada pelos interessados junto à Comissão Organizadora do Processo Seletivo.