	UNIVERSIDAD DE ALCALÁ PRUEBA DE ACCESO A ENSEÑANZAS DE GRADO PARA MAYORES DE 25 AÑOS **(2024-25)** **MATERIA: PORTUGUÉS**	MODELO

INSTRUCCIONES GENERALES Y VALORACIÓN

INSTRUCCIONES GENERALES Y VALORACIÓN

Lea atentamente el texto y las preguntas y conteste a todas ellas en portugués (variedad europea). CALIFICACIÓN: Calificación sobre 10. La puntuación máxima de las preguntas figura al final de cada una de ellas. TIEMPO: 1 hora.

OPCIÓN A

Leia atentamente o texto:

Um dos glaciares que mais preocupa os cientistas, devido aos impactos que pode ter, está a derreter há mais de 80 anos. Um estudo publicado em fevereiro numa revista científica revela que o recuo do Thwaites, o maior da Antártida, começou em 1940 e demonstra a possibilidade, alarmante e quase irreversível, do seu colapso. Os cientistas já tinham documentado o ritmo acelerado da perda de gelo desde 1970, mas não era evidente, até agora, o momento em que se iniciou a fase de fusão significativa do glaciar.

O Thwaites, situado na Antártida Ocidental, tem mais de duas vezes o tamanho de Portugal e, até à data, já contribuiu para 4% de toda a subida global do nível do mar. É conhecido por "glaciar do juízo final", uma vez que desempenha um papel vital na estabilidade da camada gelada do continente. Forma uma espécie de barreira que detém um grande manto de gelo. Caso derreta completamente, o nível do mar pode subir mais 3 metros, afetando os litorais de todo o mundo. Através da análise de sedimentos marinhos extraídos do fundo do oceano, os cientistas descobriram que o glaciar começou a derreter provavelmente devido a um El Niño – fenómeno que consiste em alterações significativas na distribuição da temperatura da superfície da água do Pacífico, provocando mudanças meteorológicas. Devido a este fenómeno, a água "quente" infiltrou-se nos pontos fracos do glaciar, piorando o degelo já causado pelo aumento da temperatura.

Julia Wellner, professora de geologia da Universidade de Houston e uma das autoras do estudo, diz que esta descoberta é significativa. O facto de o glaciar estar a derreter por baixo, devido ao aquecimento da água do oceano, corroendo a parte inferior, pode levar a um colapso descontrolado da camada de gelo, elevando os níveis da água do mar em grande escala e de forma(relativamente) rápida.

Segundo estudos anteriores, já aconteceram recuos semelhantes no passado, e a camada de gelo da Antártida demonstrou possuir capacidade de recuperação. Desta vez, as coisas podem ser diferentes. Desde a década de 40 que o glaciar não conseguiu recuperar a sua massa, o que pode refletir o impacto crescente do aquecimento global com origem nas atividades humanas. Os cientistas afirmam que, mesmo que a situação de crise climática não piore ou mesmo que seja revertida, o Thwaites pode continuar a perder gelo durante décadas sem demonstrar quaisquer sinais de regeneração, devido ao ritmo de degelo atingido.

Este estudo traz uma visão alarmante sobre a dificuldade extrema em parar o degelo, pois o aumento da temperatura atual e a que se vaticina pode tornar a sua reversão impossível (mesmo que as emissões de gases com efeito de estufa comecem já a baixar). Os cientistas realçam que este glaciar não é como um cubo de gelo que derrete fora do congelador, mas sim como um castelo de cartas: mantém a sua estabilidade até colapsar repentinamente.

En: https://visão.pt/ (texto adaptado)

	UNIVERSIDAD DE ALCALÁ PRUEBA DE ACCESO A ENSEÑANZAS DE GRADO PARA MAYORES DE 25 AÑOS **(2024-25)** **MATERIA: PORTUGUÉS**	MODELO

Responda às perguntas que se seguem:

1. Dê um título ao texto. Justifique a sua resposta. (2 puntos)

2. Escreva os antónimos das seguintes palavras retiradas do texto: preocupa / derreter / começou / recuperar. (2 puntos)

3. Após a leitura do texto, assinale se as afirmações que se seguem são verdadeiras ou falsas. Justifique a sua resposta com uma frase do texto. (2 puntos)

   3.1. Apesar dos sinais de degelo, o Thwaites conseguirá reverter a situação.

   3.2. O aquecimento global da água tem contribuído para a corrosão do maior glaciar da Antártida.

4. Passe os verbos sublinhados para o Pretérito Perfeito Simples. (2 puntos)

   4.1. Os cientistas já <u>tinham documentado</u> o ritmo acelerado da perda de gelo desde 1970.

   4.2. O aquecimento da água <u>corrói</u> o glaciar.

   4.3. Este estudo <u>traz</u> uma visão alarmante sobre a dificuldade extrema em parar o degelo .

   4.4. O aumento da temperatura atual a que <u>se vaticina</u> pode tornar a sua reversão impossível.

5. **Expressão escrita:** O degelo dos glaciares é um assunto crucial no contexto das mudanças climáticas. No seu entender, quais são as causas deste processo? Acha que esta situação tem consequências para o planeta? Justifique a sua resposta e escreva um texto de 150 a 200 palavras aproximadamente. (2 puntos)

OPCIÓN B

Leia atentamente o texto:

Uma nova investigação, realizada por especialistas da Universidade de Sydney, na Austrália, e que envolveu mais de 70 mil voluntários, concluiu que aumentar o número de passos por dia (atingindo até cerca de 10 mil) pode ajudar a contrariar as consequências negativas para a saúde do tempo diário sem atividade em pessoas altamente sedentárias.

Os estudos têm mostrado que a quantidade diária de passos importa, mas ainda não há consenso sobre a dose certa para ter ganhos em saúde e evitar morte prematura. Por exemplo, uma meta-análise divulgada no Jornal do Colégio Americano de Cardiologia, em outubro, sugeriu que o número ideal de passos diários capaz de reduzir significativamente o risco de morte prematura se situa nos oito mil e, no caso do risco de morte por doença cardiovascular, esse valor diminui para sete mil, o equivalente a percorrer uma distância de seis quilómetros.

Outra investigação, divulgada no Jornal Europeu de Cardiologia Preventiva, tinha sugerido que andar, em média, quatro mil passos diários era a dose certa para baixar o risco de morrer precocemente por qualquer causa, ou 2300, considerando a redução desses riscos no plano cardiovascular. Importa acrescentar que os ganhos eram reais, mas quando comparados com os indicadores de pessoas sedentárias.

O novo estudo pretendia medir de forma objetiva se os passos diários podem compensar os riscos para a saúde de um comportamento sedentário elevado. Os participantes utilizaram acelerómetros no pulso durante sete dias, para que a equipa pudesse, depois, estimar a contagem diária de passos e o tempo sedentário dos voluntários (sentados ou deitados quando acordados). Ao mesmo tempo, a equipa teve em conta outros dados de saúde dos participantes, como o registo de hospitalizações, por exemplo, e fatores como a idade, o sexo, a etnia, a educação, o tabagismo e o consumo de álcool, tendo excluído aqueles com problemas de saúde, que tiveram algum problema ou evento relacionado com a saúde nos dois anos a seguir ao acompanhamento ou que tinham peso a menos.

Os investigadores informaram que, durante o período de acompanhamento, foram registadas 1633 mortes e 6190 eventos cardiovasculares e calcularam que o número ideal de passos por dia que devem ser dados para contrariar o elevado tempo de sedentarismo situa-se entre os 9 mil e os 10 mil. Desta forma, afirma a equipa, é possível reduzir o risco de mortalidade em 39% e o risco de incidência de eventos cardiovasculares em 21%, independentemente do tempo de sedentarismo.

Apesar dos resultados do estudo, os autores reconhecem algumas limitações, tais como a possibilidade de outros fatores que não foram analisados poderem afetar os resultados e o facto de este ter sido um estudo observacional, não sendo possível estabelecer uma relação direta de causa/efeito. "Este estudo não é, de modo algum, um cartão de saída da prisão para as pessoas que são sedentárias durante períodos de tempo excessivos, mas contém uma importante mensagem de saúde pública de que todos os movimentos são importantes e que as pessoas podem e devem tentar compensar as consequências para a saúde do tempo de sedentarismo inevitável aumentando a sua contagem diária de passos", explica o investigador e autor principal do estudo.

En: https:// visão.pt/ (texto adaptado)

Responda às perguntas que se seguem:

	UNIVERSIDAD DE ALCALÁ PRUEBA DE ACCESO A ENSEÑANZAS DE GRADO PARA MAYORES DE 25 AÑOS **(2024-25)** **MATERIA: PORTUGUÉS**	MODELO

1. Dê um título ao texto. Justifique a sua resposta. (2 puntos)

2. Escreva os sinónimos das seguintes palavras retiradas do texto: especialistas / consequências / negativas / sedentárias. (2 puntos)

3. Após a leitura do texto, assinale se as afirmações que se seguem são verdadeiras (V) ou falsas (F). Justifique a sua resposta com uma frase do texto. (2 puntos)

3.1. Estudos demonstram que caminhar interfere com o bem-estar geral do ser humano.

3.2. Os especialistas analisaram os voluntários durante quinze dias.

4. Passe os verbos sublinhados para o Futuro Simples. (2 puntos)

4.1. Uma nova investigação <u>envolveu</u> mais de 70 mil voluntários.

4.2. Os estudos <u>têm mostrado</u> que a quantidade diária de passos importa.

4.3. <u>É</u> possível reduzir o risco de mortalidade em 39%.

4.4. Os autores <u>reconhecem</u> algumas limitações.

5. **Expressão escrita:** Andar é uma atividade física simples e acessível que traz inúmeros benefícios para a saúde. Contudo, o sedentarismo continua a dominar a vida de muitas pessoas, independentemente, da idade. Como contrariar esta situação? Que medidas se devem adotar? O Estado deve interferir neste assunto? Justifique a sua resposta e escreva um texto de 150 a 200 palavras aproximadamente. (2 puntos)

OPCIÓN A
SOLUCIONES

1. Resposta livre.

2. Inquieta; desassossega; apoquenta / consumir; fundir; dissipar; liquefazer; dissolver / encetou; iniciou; principiou /consertar; reabilitar; reparar.

3.

3.1. F. "Desde a década de 40 que o glaciar não conseguiu recuperar a sua massa".

3.2. V. "o impacto crescente do aquecimento global com origem nas atividades humanas. Os cientistas afirmam que, mesmo que a situação de crise climática não piore ou mesmo que seja revertida, o Thwaites pode continuar a perder gelo durante décadas sem demonstrar quaisquer sinais de regeneração, devido ao ritmo de degelo atingido".

4.

4.1. Os cientistas já <u>documentaram</u> o ritmo acelerado da perda de gelo desde 1970.

4.2. O aquecimento da água <u>corroeu</u> o glaciar.

4.3. Este estudo <u>trouxe</u> uma visão alarmante sobre a dificuldade extrema em parar o degelo.

4.4. O aumento da temperatura atual a que <u>se vaticinou</u> pode tornar a sua reversão impossível.

5. **Expressão escrita:** Tema livre

OPCIÓN B
SOLUCIONES

1. Resposta livre.

2. Perito; entendedor / alcance; desfecho; relevância / negação; recusa; rejeição; nega / inativo; parado; quieto

3.

3.1. V. "aumentar o número de passos por dia (atingindo até cerca de 10 mil) pode ajudar a contrariar as consequências negativas para a saúde do tempo diário sem atividade em pessoas altamente sedentárias".

3.2. F. "Os participantes utilizaram acelerómetros no pulso durante sete dias…".

4.

4.1. Uma nova investigação <u>envolverá</u> mais de 70 mil voluntários.

4.2. Os estudos <u>mostrarão</u> que a quantidade diária de passos importa.

4.3. <u>Será</u> possível reduzir o risco de mortalidade em 39%.

4.4. Os autores <u>reconhecerão</u> algumas limitações.

5. **Expressão escrita:** Tema livre.