



PROVES D'ACCÉS A LA UNIVERSITAT PER A MAJORS DE 25 ANYS  
PRUEBAS DE ACCESO A LA UNIVERSIDAD PARA MAYORES DE 25 AÑOS

CONVOCATÒRIA DE	2011	CONVOCATORIA DE	2011
-----------------	------	-----------------	------

### EXAME DE LÍNGUA PORTUGUESA

Leia o seguinte texto e responda às questões.

## Fazer 150 minutos de exercício por semana reduz risco de cancro

Fazer 150 minutos de actividade física moderada por semana pode reduzir o risco de cancro da mama e do cólon, segundo as novas recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS), divulgadas hoje a propósito do Dia Mundial do Cancro.

"A actividade física desempenha um papel importante na redução da incidência de determinados cancros", afirma Ala Alwan, director-geral adjunto da OMS para as Doenças Não Transmissíveis e Saúde Mental. Segundo o responsável, "a inactividade física é o quarto factor de risco principal para todas as mortes globais, sendo que 31 por cento da população de todo o mundo não pratica actividade física".

Em 2008, perto de 460 mil mulheres morreram vítimas de cancro da mama, enquanto cerca de 610 mil homens e mulheres morreram de cancro do colo-rectal.

As novas recomendações alertam que, pelo menos, 150 minutos de actividade física aeróbica de intensidade moderada durante a semana, para as pessoas com 18 anos ou mais, podem diminuir o risco de doenças não transmissíveis, incluindo cancro da mama e do cólon, diabetes e doenças cardíacas. Nas idades entre os 5 e os 17 anos, é recomendado, pelo menos, 60 minutos de actividade física moderada a vigorosa, pode proteger a saúde e reduzir o risco dessas doenças.

A inactividade física, crescente em muitos países, está associada a 3,2 milhões de mortes por ano, incluindo 2,6 milhões em países mais pobres, a mais de 670 mil mortes prematuras (pessoas com idade inferior a 60 anos) e a cerca de 30 por cento de diabetes e doença cardíaca isquémica.

O Dia Mundial do Cancro foi estabelecido em 2005 pela União Internacional de Controlo do Cancro (UICC).

As quatro doenças mais mortais - cancro, doenças cardiovasculares, doenças respiratórias crónicas e diabetes - são responsáveis por mais de 60 por cento de todas as mortes globais, o equivalente a mais de 35 milhões por ano.

(in [www.publico.pt](http://www.publico.pt) - 04.02.2011)

1. As mortes prematuras são aquelas que...
  - a) afectam aos jovens.
  - b) afectam aos idosos.
  - c) são consequência do excesso de actividade física.
2. Entre os adolescentes...
  - a) não é recomendado o exercício físico.
  - b) 30 por cento sofre de diabetes.
  - c) fazer exercício faz bem à saúde.
3. Entre as doenças mais mortais estão...
  - a) o cancro do cólon e de ossos.
  - b) as doenças do coração.
  - c) os problemas renais.
4. O exercício físico pode...
  - a) diminuir as probabilidades de padecer um tumor.
  - b) aumentar o risco de desenvolver cancro.
  - c) matar cerca de 3'2 milhões de pessoas por ano.
5. Em 2008...
  - a) o cancro matou a mais de 30 milhões de pessoas no mundo.
  - b) cerca de meio milhão de mulheres morreram de cancro de mama.
  - c) estabeleceu-se o Dia Mundial das Doenças Não Transmissíveis.

**Complete as frases seguintes com as formas dos verbos entre parênteses no presente do indicativo, pretérito imperfeito ou pretérito perfeito simples.**

6. Antigamente eu \_\_\_\_\_ (ir) para o Algarve passar férias. Agora \_\_\_\_\_ (ir) para a praia da Nazaré. \_\_\_\_\_ (ser) mais calma do que as do Algarve.
7. No fim-de-semana passado o Rui \_\_\_\_\_ (vir) cá a casa.
8. Ontem eu \_\_\_\_\_ (ler) um livro que me \_\_\_\_\_ (impressionar) muito!
9. Nós \_\_\_\_\_ (vir) muito calmamente pela rua quando o carro \_\_\_\_\_ (aparecer) de repente.
10. A Manuela da Silva \_\_\_\_\_ (ser) a nossa professora de Inglês no ano passado. \_\_\_\_\_ (ser) muito simpática. Ela agora já não \_\_\_\_\_ (ser) professora de Inglês.
11. Antigamente não \_\_\_\_\_ (haver) máquinas de lavar roupa e as pessoas \_\_\_\_\_ (costumar) lavar tudo à mão.
12. A minha sobrinha mais velha \_\_\_\_\_ (querer) ser actriz quando \_\_\_\_\_ (ter) dez anos.
13. No Domingo passado o Nuno \_\_\_\_\_ (almoçar) comigo e à tarde os dois \_\_\_\_\_ (ir) ao cinema.
14. Quantos mortos \_\_\_\_\_ (haver) no acidente de avião de ontem?
15. Depois de amanhã eu \_\_\_\_\_ (fazer) quinze anos. O meu irmão \_\_\_\_\_ (fazer) anos há duas semanas.

**Escreva as frases seguintes no plural.**

16. Compra: um melão, uma maçã, o jornal e comida para o cão.

---

17. O lápis do capitão é azul e é muito bom para escrever no papel.

---

18. Esta canção popular é alemã.

---

19. O nariz do rapaz espanhol é horrível.

---

20. O meu avô está no jardim a comer um limão com a minha irmã.

---

**Vocabulário. Assinale a palavra que não pertence ao grupo.**

21. Sutiã - cinto - boné - gravata - sótão

22. Ponte - nariz - olhos - testa - sobrancelha

23. Avó - casaco - nora - afilhado - mãe

24. Sapatos - ténis - sandálias - botas - futebol

25. Viúvo - autocarro - avião - eléctrico - comboio

26. Cabeleireiro - relojoaria - quiosque - cantor - ourivesaria

27. Quinta - arranha-céus - jantar - chalé - igreja

28 - 30. De que cor é...

...um limão:

...uma cenoura:

...o leite:

...o chocolate:

...o carvão:

...um tomate:

31. - 33. Escreva o oposto das seguintes palavras:

Claro -

Novo -

Abrir -

Comprido -

Largo -

Longe -

**Escreva por extenso as seguintes datas:**

34. 06/06/1906

35. 01/01/2010

36. 31/08/1999

37. 28/02/1930

38. 14/12/2000

**Expressão escrita.**

39. - 50. Escreva uma carta-resposta a um anúncio de emprego. Refira os seguintes aspectos: uma referência à fonte do anúncio, a sua identificação, o trabalho ao que se candidata, as suas habilitações académicas, a sua experiência profissional, etc. **(A carta deve ter uma extensão de cerca de 100 palavras)**