



INSTITUTO SUPERIOR DE CONTABILIDADE E AUDITORIA DE MOÇAMBIQUE

Exame de Admissão de Língua Portuguesa

Disciplina:	Língua Portuguesa	Nº Questões:	40
Duração:	90 minutos	Alternativas por questão:	5
Ano:	2021		

INSTRUÇÕES

1. Preencha as suas respostas na FOLHA DE RESPOSTAS que lhe foi fornecida no início desta prova. Não será aceite qualquer outra folha adicional, incluindo este enunciado.
2. Na FOLHA DE RESPOSTAS, assinale a letra que corresponde à alternativa escolhida pintando completamente o interior do círculo por cima da letra. Por exemplo, pinte assim ☒
3. A máquina de leitura óptica anula todas as questões com mais de uma resposta e/ou com borrões. Para evitar isto, preencha primeiro à lápis HB, e só depois, quando tiver certeza das respostas, à esferográfica (de cor azul ou preta).

As sequelas invisíveis da pandemia

Diariamente, o medo entra pelas nossas casas. Não só pelo receio do desconhecido, do invisível inerente àquilo que é o vírus, mas também por esta pandemia de informação que assistimos cada vez que ligamos a televisão. A juntar a isto, a pressão laboral é maior, exige-se mais e melhor.

Fala-se que tudo vai ficar bem e os arco-íris passaram a ser os nossos amuletos, espelhados nas janelas das casas de uns e de outros, com mensagens de esperança. Mas e depois da Covid-19? O que resta? As noites sem dormir e o receio do futuro que se prevê incerto apoderam-se dos nossos lares, sem dó nem piedade. Levando-nos para outro problema igualmente grave e que poderá ser em determinados casos incapacitante: o stress.

Apesar de se tratar de um processo natural, que funciona como uma resposta de defesa do organismo face a agressões externas ou internas e pode ser muito útil em situações pontuais, passa a ser uma ameaça para a nossa saúde, quando se prolonga no tempo e se torna crónico.

Os sintomas estão à vista, mas como bons portugueses que somos tendemos a ignorá-los: os suores, as dores de cabeça, a fadiga, os distúrbios do sono, a desorientação e perda de memória, a irritabilidade e confusão mental, a dificuldade de concentração, a infelicidade, os pensamentos negativos, e o esquecimento.

A juntar a isto, o stress pode ter consequências a longo prazo, das quais fazem parte: as doenças cardiovasculares, disfunção sexual, as complicações gastrointestinais, a obesidade ou distúrbios alimentares e, ainda, problemas de pele e cabelo, como sejam o aparecimento precoce de rugas ou de calvície. Nas mulheres é ainda comum existirem alterações hormonais, como problemas menstruais.

Está igualmente comprovado que o stress e o medo, quando levado a níveis extremos, levam o organismo a reduzir os seus mecanismos de defesa, tornando-nos mais susceptíveis ao desenvolvimento de infeções.

De forma a prevenir situações extremas de stress, o Teste de Avaliação do Stress permite determinar se está a viver um padrão biológico de stress, a fase de stress em que se encontra e ainda alertá-lo para possíveis situações de *Burnout* (esgotamento profissional). Através de uma forma simples, rápida e segura sendo apenas necessária a recolha de quatro amostras de saliva para *kit* especial, em horas específicas do dia, de forma a fazer o doseamento de duas hormonas – cortisol e DHEA.

Nesta fase não deixe que o stress tome conta de si. Ao cuidar da sua saúde mental, está também a cuidar de si e dos que mais ama.

Texto adaptado do original de Andreia de Almeida, extraído de <https://www.atlasdasaude.pt/artigos/sequelas-invisiveis-da-pandemia>

1.	Quanto ao género, o texto que acabou de ler é: A. resumo C. resenha E. artigo de opinião B. artigo científico D. crónica
2.	Neste texto, a autora manifesta preocupação com: A. as sequelas da pandemia C. o depois da Covid-19 E. a pandemia de informação sobre a Covid-19 B. o stress D. o medo
3.	De acordo com o texto, são sequelas invisíveis da pandemia: A. o stress e o medo D. a pressão laboral B. o invisível inerente àquilo que é o vírus E. as doenças cardiovasculares C. o stress
4.	No texto, a palavra-chave é: A. o medo C. a Covid-19 E. o stress B. a pandemia D. as sequelas da pandemia
5.	A expressão “Os sintomas estão à vista” quer dizer que: A. ainda estão por vir C. já existem E. os portugueses os ignoram B. ainda não há D. nenhuma das alternativas está correcta.
6.	Na frase, “ <u>Diariamente</u> , o medo entra pelas nossas casas.”, a palavra sublinhada equivale a: A. todos os dias B. sempre C. ultimamente D. às vezes E. dia-a-dia
7.	De acordo com o texto, o stress passa a ser uma ameaça à saúde: A. quando se prolonga no tempo. D. quando se prolonga no tempo e é crónico. B. quando se torna crónico E. quando se prolonga no tempo e quando se torna crónico. C. quando é crónico
8.	De acordo com o texto, “Os suores, as dores de cabeça, a fadiga, os distúrbios do sono, a desorientação e perda de memória, etc.” são sintomas: A. do medo D. do stress B. da pressão laboral E. da Covid-19 C. da pandemia
9.	De acordo com o texto, o Teste de Avaliação do Stress permite aferir: A. o padrão biológico de stress C. situações de Burnout B. a fase de stress D. o padrão biológico de stress, o nível de esgotamento profissional e a fase de stress E. o stress
10.	De acordo com o texto, situações de <i>Burnout</i> é o mesmo que: A. o stress D. esgotamento profissional B. esgotamento laboral E. esgotamento mental C. esgotamento físico
11.	“Está igualmente comprovado que o stress e o medo, quando levado a níveis extremos, levam o organismo a reduzir os seus mecanismos de defesa, tornando-nos mais susceptíveis ao desenvolvimento de infeções.” O pronome destacado está em vez de: A. o stress e o medo D. o organismo B. os homens E. nós C. os mecanismos de defesa
12.	Qual é o modo de expressão predominante no texto? A. Descrição D. Explicação B. Argumentação E. Exposição C. Narração
13.	“Não deixe que o stress tome conta de si.” Quanto ao tipo, esta frase é A. exclamativa D. imperativa B. interrogativa E. negativa C. afirmativa
14.	“Não deixe que o stress <u>tome</u> conta de si.” Nesta frase, a forma verbal sublinhada está no modo: A. indicativo D. conjuntivo B. condicional E. imperativo C. apelativo
15.	Na frase “o Teste de Avaliação do Stress permite determinar <u>se está a viver um padrão biológico de stress</u> ”, a oração sublinhada é: A. condicional D. relativa B. integrante E. negativa C. causal
16.	Na frase “Fala-se que tudo vai ficar bem.”, <u>que</u> é: A. um pronome relativo D. uma conjunção integrante B. conjunção explicativa E. conjunção comparativa C. uma conjunção consecutiva
17.	Na frase “Fala-se que tudo vai ficar <u>bem</u> .”, a palavra sublinhada desempenha a função sintáctica de: A. objecto directo D. sujeito B. predicativo de sujeito E. complemento indirecto C. complemento circunstancial
18.	“Nas mulheres é ainda comum existirem <u>alterações hormonais</u> .” Nesta frase, a expressão sublinhada desempenha a função sintáctica de: A. objecto directo D. sujeito B. predicativo de sujeito E. complemento indirecto C. complemento circunstancial
19.	<u>Diariamente</u> , o medo entra pelas nossas casas. Nesta frase, a expressão sublinhada desempenha a função sintáctica de: A. objecto directo D. adjunto da frase B. complemento oblíquo E. complemento indirecto C. complemento circunstancial

- Digitalizada com CamScanner