

O sustentáculo do antigo regime

A ACTUALIDADE EM PORTUGUÊS

cos como nos anos de 1968/69. Durante esse período, houve uma maior liberdade de crítica na abordagem de certos assuntos. Já se podia escrever sobre assuntos que, antes, eram considerados cortados ou a baixa cotação. Mesmo o papel do regime em Angola (o que se fazia com a maior liberdade de expressão) confrontado com o regime salazarista iniciado por Caetano), os cortes da censura diminuíram. O que não significa, porém, que o Regime se descuidasse quanto à imagem do Estado Novo.

Esta fidelidade ao regime salazarista manteve-se até ao fim da ditadura de Salazar. O Congresso Nacional (Avenida da Liberdade) do Congresso Nacional teve um papel importante na da Censura, que só voltou a abrandar por altura das eleições de 1969, em resultado da pressão internacional, da luta das forças democráticas e da necessidade de o Regime mostrar que alguma coisa de essencial tinha mudado.

Marcelo Caetano tinha uma autoridade moral e intelectual exercida pelos meios de comunicação social na formação da Opinião Pública. Os discursos de Caetano quanto aos "malefícios" da liberdade de Imprensa e à "vantagem no aproveitamento pelos homens do estado dos meios de difusão" estão na linha de raciocínio do próprio Hitler, para quem "o Estado não deve perturbar-se com o brilho da chamada liberdade de Imprensa... Ele deve antes, com decisão implacável, assegurar-se desse meio de informação e colocá-lo ao seu serviço e da nação." E foi neste enquadramento que Marcelo Caetano actuou na

Não há dúvida nenhuma que o quadro é animador: a esmagadora maioria dos portugueses (87,9 por cento) considera-se feliz, com bons amigos, acha que tem muito em comum com as outras pessoas da sua idade e tem confiança no futuro. É evidente que seríamos completamente tontinhos se fôssemos sempre felizes, a todo o momento, independentemente dos altos e baixos da vida. Por isso, não é de admirar que 39 por cento refira sentir-se às vezes sozinho e 58 por cento defina a vida como "uma preocupação atrás da outra". Além do mais, vamos-nos queixando sempre, mas quando nos pedem um balanço, provavelmente, comparamos a nossa situação com os que ainda estão pior, para concluirmos que sim, que, apesar de tudo, somos felizes.

As mulheres têm uma opinião de si próprias ligeiramente menos positiva que os homens: uma grande percentagem de elementos do sexo feminino queixa-se de solidão. Também são elas que se preocupam mais com a vida e confiam menos no futuro.

Mais velho, mais pessimista

O pior é que a idade não parece tornar os portugueses mais felizes. O que é uma pena. As gerações mais velhas são mais pessimistas quanto

os países onde as liberdades de expressão são maiores. A censura salazarista é por vezes considerada uma das maiores razões para a queda do antigo regime. O jornalismo era penoso e tutelado pelo Poder político. As tentativas de rigor jornalístico no tratamento de assuntos de interesse público eram sempre reprimidas. A imprensa portuguesa sentiu, durante o regime salazarista, a falta de liberdade de expressão. A imprensa portuguesa sentiu, durante o regime salazarista, a falta de liberdade de expressão.

Apenas era publicado, no circuito legal, aquilo que o regime autorizava. Era um regime de censura. A imprensa portuguesa sentiu, durante o regime salazarista, a falta de liberdade de expressão. A imprensa portuguesa sentiu, durante o regime salazarista, a falta de liberdade de expressão.

Compreendendo a influência da Imprensa na formação da Opinião Pública, os regimes ditatoriais sempre procuraram tutelar a acção jornalística, impedir o livre exercício dos profissionais desta área e cercar a liberdade de informação.

O regime do Estado Novo eternizou-se no Poder porque teve como base duas grandes instituições repressivas: além da Polícia Política, tinha às suas ordens a Censura, principal eixo da política de informação de Salazar e de Marcelo Caetano, negando ao cidadão os seus direitos mais elementares.

Imprensa portuguesa sentiu, durante o regime salazarista, a falta de liberdade de expressão.

(fona), mas apesar disso só com o esforço e dedicação de quem os criou.

ram felizes!

portugueses se queixam de solidão? Quem as dá é Paulo Sérgio, sociólogo do Instituto de Sociologia da Universidade de Lisboa, que, a pedido do Estado da Juventude, fez um estudo sobre as "atitudes perante a vida". Agora leia o resto e verá que consideramos que a vida é mais feliz.

que o quadro é animador: a esmagadora maioria dos portugueses (87,9 por cento) considera-se feliz, com bons amigos, acha que tem muito em comum com as outras pessoas da sua idade e tem confiança no futuro. É evidente que seríamos completamente tontinhos se fôssemos sempre felizes, a todo o momento, independentemente dos altos e baixos da vida. Por isso, não é de admirar que 39 por cento refira sentir-se às vezes sozinho e 58 por cento defina a vida como "uma preocupação atrás da outra". Além do mais, vamos-nos queixando sempre, mas quando nos pedem um balanço, provavelmente, comparamos a nossa situação com os que ainda estão pior, para concluirmos que sim, que, apesar de tudo, somos felizes.

Os homens: mais otimistas

Os homens: mais otimistas quanto ao futuro. Já nos anos 60, os homens eram mais otimistas quanto ao futuro. Já nos anos 60, os homens eram mais otimistas quanto ao futuro.

novos assinalam

traz felicidade

estudo de Paulo Sérgio

a definição da "preocupação" é

divíduos pertencem a

nais baixos; em

ia para preferir

par a vida como

uro de saúde como com

Caixa, ADSE ou outras

rio do que acontece nos

as não podem optar por

nvida e a inscrição na Se


tória. Apesar disso, as se

Que

vens universitários em regi

formação em atendimento

com mais experiência. O



A ACTUALIDADE EM PORTUGUÊS

Autoras:

Ana Tavares e Hermínia Malcata

Direcção:

Renato Borges de Sousa

A Actualidade em Português é um livro constituído por textos da imprensa lusófona, cujos temas se debruçam sobre a actualidade.

A Actualidade em Português destina-se ao desenvolvimento do português como língua estrangeira, tendo basicamente como alvo os alunos de grau avançado.

Este livro é composto por vários temas que abordam áreas lexicais variadas, indo desde o stress, às superstições, violência infantil, etc.. Através dos mesmos temas os alunos são levados não só a rever estruturas gramaticais, supostamente já adquiridas; como também a trabalhar a área lexical e a desenvolver o uso da língua quer a nível escrito, quer oral. Assim, cada unidade apresenta-se estruturada do seguinte modo: glossário, vocabulário, gramática, compreensão e uma última parte em que o aluno é motivado para a oralidade, escrita ou simulação.

ÍNDICE

Título	Vocabulário	Gramática
Férias sem stress? Não, obrigado.	Expressões com o verbo dar Expressões idiomáticas Verbos com sentidos diferentes	Presente do Conjuntivo Imperfeito do Conjuntivo Futuro do Conjuntivo
Quase todos os portugueses se consideram felizes!	Sinónimos Provérbios Palavras homófonas	Conjunções Exercícios de fonética
Espreitando O Novo Milénio	Sinónimos Substantivo/Verbo/Adjectivo	Gerúndio Pronomes relativos
Cruzes Canhoto!	Sinónimos Palavras homónimas Palavras com a mesma raiz etimológica Estrangeirismos Objectos domésticos	Pronomes compl. Directo / Indirecto Infinitivo Pessoal Simples Infinitivo Pessoal Composto Pretérito Perf. Comp. Conjuntivo Presente do Conjuntivo
Violência Infantil, a culpa não é só da televisão	Expressões com partes do corpo Expressões idiomáticas	Voz Activa/Voz Passiva Pres. do Conjuntivo/Pret. Perf. Comp. do Conjuntivo Futuro Imperfeito/Fut. Perf. Composto Substantivo/Adjectivo
Linhas SOS, vozes que sabem ouvir	Verbos derivados de <i>fio</i> Adjectivo / Verbo (uso dos prefixos: <i>en/es/em/re/a</i>)	Preposições de regência verbal Preposições de regência nominal
Censura no tempo do lápis azul	Palavras homónimas Palavras homógrafas Antónimos Sinónimos	Verbos derivados de: <i>vir e ver</i> (<i>revisão verbal</i>) Pret. Mais-que-Perfeito simpl. do Indicativo Pret. Mais-que-Perfeito comp. do Indicativo

Título	Vocabulário	Gramática
Guia para sobreviver às segundas-feiras	Antónimos (com prefixo) Sinónimos Verbos derivados de partes do corpo Substantivos derivados de partes do corpo Expressões formadas com cores	Palavras compostas Plural de palavras compostas Discurso Indirecto
Século XXI Tudo vai ser possível?	Vocabulário relacionado com dinheiro Palavras homófonas Palavras parónimas	<i>Revisão verbal:</i> Indicativo e Conjuntivo Preposições: por / para
A vida é um direito, não uma obrigação	Verbos / Adjectivos (antonímia) Sufixos (com profissões)	Uso de: z ou s Preposições <i>Revisão verbal:</i> Indicativo e Conjuntivo
Seguros para todas as bolsas	Substantivo / Adjectivo Palavras homónimas	<i>Revisão verbal:</i> Indicativo e Conjuntivo Preposições
Os velhos que não arrumam as botas	Palavras homónimas Palavras homógrafas Palavras homófonas Palavras parónimas Expressões variadas	Verbo <i>passar</i> com preposições diferentes
Homens e Mulheres: descubra as diferenças	Expressões idiomáticas Verbo apropriado	Exercício de fonética: valor de x Porque / Por que Tão / Tanto Senão / Se não Demais / De mais
Missa sem tambor	Expressões de cariz brasileiro Diferenças entre português de Portugal e do Brasil Sinónimos Antónimos Verbo/Substantivo/ Adjectivo	Voz Passiva / Voz Activa Uso de: e ou i Uso de: o ou u
O Sábado do nosso contentamento	Expressões de cariz africano Substantivo/verbo (com prefixo)	Diminutivos Aumentativos Colocação do acento correcto

Férias sem stress? Não, obrigado.

Estamos dependentes do stress, que funciona como qualquer outra droga. E, quando, de um dia para o outro, nos plantam numa aldeia do interior ou mesmo numa praia, entramos em síndrome de carência. A questão é encontrar fórmulas de substituição que não dêem com o resto da família em doida.

Isabel Stilwell

Chocado pelo título? É que mais vale admitir a verdade do que sofrer por ser ingénuo. E a verdade é que a maioria das pessoas não sabe viver sem *stress*, sem objectivos palpáveis, compromissos para cumprir. Não admira, por isso, que quando, de um dia para o outro, são transplantados para uma praia ou aterram de pára-quadras numa aldeia do interior, sejam acometidos de um imediato ataque de pânico: “E agora o que é que eu faço, como é que ocupo o tempo?”, perguntam incessantemente a quem os rodeia. O passo seguinte é desastroso para todos, principalmente para aqueles que conseguem a paz de espírito suficiente para se estenderem ao sol e ali se deixarem ficar.

É que o *stressado*, repentinamente privado da sua “droga”, entra em carência e, para a combater, trata de encher a vida com actividades aparentemente lúdicas mas que, pelo rigor do horário e a exigência com que são praticadas, não diferem muito do seu dia-a-dia no escritório. E o pior é que podem querer estender o seu “novo” programa de férias aos que vivem sob o mesmo tecto.

O fenómeno é unisexo. Às mulheres, pode dar-lhes para se atirarem à cozinha, decidirem que chegou a altura de arrumar gavetas ou encerrar tijoleiras desbotadas. Os homens preferem desencantar da garagem a mota que precisa de ser desmontada e montada novamente, a cana de pesca ou mesmo o berbequim; isto, quando não lhes dá a vertente cultural e enfiam a família toda no carro para conhecer os museus desconhecidos que esperam (e provavelmente não se importavam de continuar a esperar!) por ele. Ou, porventura pior, decidem que é tempo de educar correctamente os filhos e de as esposas lhes prestarem a devida atenção – tanto em termos gastronómicos, como noutros.

E até as crianças não são imunes a este fenómeno. Depois de 300 dias a correr de casa para a escola, da escola para a natação, para a informática e para o judo, enchendo depois os fins-de-semana com programas ininterruptos, é natural que não se contentem com a ideia de passarem 24 sobre 24 horas, sentados em frente de um balde e de uma pá, com adultos a berrar que no tempo em que eram da idade deles viviam muito bem sem computadores ou *play-stations*.

Por esta altura, já deve saber se este texto se lhe aplica ou se, pelo contrário, lhe está a causar uma enorme irritação. Caso se inclua no segundo grupo, salte já para o artigo seguinte, e parabéns! Foi feito para as férias, já está num grau mais avançado de desenvolvimento e tem todas as condições para enfrentar os desafios do século XXI, com as reduções dos horários de trabalho e alargamento dos tempos livres, com a maior das boas disposições.

Mas se se identificou com o que até aqui foi escrito, adiante. Vamos lá ver o que é possível fazer por si.

Férias: uma invenção moderna

Em primeiro lugar, não se sinta complexado. Esta história das férias não tem mais de cinquenta anos e, mesmo assim, só se aplica a determinados meios sociais. Nos inquéritos que o Instituto Nacional de Estatística faz sobre estes assuntos, fica sempre bem claro que ainda há muitos portugueses que não sabem o que isso é.

Até há pouco tempo ninguém podia dar-se ao luxo de desaparecer da sua actividade normal – fosse alimentar os porcos, ordenhar as vacas ou estar atrás do balcão na taberna – por mais de uns dias e, mesmo assim, só depois de um choradinho à vizinha ou um apelo ao coração da sogra.

Mas mesmo quem tinha férias, encarava-as como uma altura de se dedicar a um tipo de trabalho que não tivera tempo de desenvolver durante o resto do ano como, por exemplo, construir a casa na aldeia (mas construir mesmo, não era ir lá dar uns palpites a quem carrega efectivamente os tijolos!), fazer melhoramentos e pinturas naquela em que vivia, trabalhar a terra que se herdou de uma tia, ou mesmo aproveitar para dar umas horas no restaurante da praia, porque assim os miúdos sempre gozavam qualquer coisa.

Por isso, se lhe “chagarem” a cabeça porque não consegue estar 30 dias de papo para o ar a tostar, como se tivesse perdido uma qualidade que antigamente todos tinham, não se deixe impressionar.

Mas, também, não tome tudo o que lhe disse como

desculpa para ser incapaz de parar e gozar a vida. É que o facto de o prazer de não fazer nada ser uma descoberta recente, não significa que seja de desprezar. Muito pelo contrário.

Então como fazer? A solução é encontrar substitutos ou, pelo menos, passar por um programa de desintoxicação, com habituação progressiva ao novo estado.

Quando marcar férias não se deixe ir na cantiga do seu marido/mulher/filhos. Elas podem adorar praia, porque têm lá as suas amigas para a má-língua sob o toldo e os miúdos os amigos que também fazem *surf*, mas se para si só a ideia lhe causa calafrios, tente este ano encontrar algumas estratégias de sobrevivência. Vá até lá uns tempos antes e descubra se há algum curso de parapente, ténis, qualquer coisa em que possa inscrever-se. Desencante os roteiros turísticos da zona e estabeleça um plano de visitas, mas não obrigue todo o resto da tribo a ir consigo, se não lhes apetecer.

Tente convencer alguns amigos mais próximos a irem para aqueles lados ou, pelo menos, suficientemente perto, para os poder ir visitar (enquanto vai e volta, sempre está a fazer qualquer coisa).

Depois, não tenha vergonha de levar o computador, o telemóvel (sabe que eles se podem desligar quando se quer, não sabe?), carradas de livros e dossiers. Tente escrever um livro! Se o chatearem com bocas de que não consegue largar o trabalho, responda que tem a sorte de lhe pagarem para fazer o que gosta, ao contrário de tantos infelizes que sofrem todo o ano para terem dinheiro para estoirarem nos únicos 30 dias em que são livres de se dedicarem ao que lhes dá prazer!

Se quer mesmo cortar com a papelada, compre uma enxada e dedique-se à agricultura. Não sei, invente, mas tenha algumas bóias de salvação a que se agarrar!

As mulheres com filhos, normalmente, têm menos dificuldade em preencher o tempo livre, principalmente se passam férias numa casa sem máquinas de lavar ou aspiradores. Para elas, o problema pode ser antes o facto de estarem, coitadinhas, convencidas que aquelas brasas que aparecem nos anúncios sob o sol das Caraíbas, com um homem dengoso e dedicado ao lado, existem mesmo! Ai, não é tanto a súbita disponibilidade que as assusta – porque nunca é numa quantidade assustadora – mas antes, a frustração dos sonhos. Um problema mais difícil de resolver, mas que talvez melhore com a leitura de livros de literatura de cordel (aquela que mesmo as interrupções constantes não fazem perder o fio à meada) ou o visionamento de vídeos românticos que não teve tempo de ver. Não há nada que a imaginação, felizmente, não cure.

Bêbedo de desporto

A actividade física tem um efeito inebriante que normalmente consegue maravilhas na dissipação da

sensação de depressão e cansaço que resulta de uma súbita paragem de *stress*... Estimula a oxigenação e a circulação, e liberta hormonas que têm uma acção euforizante, de onde resulta aquela impressão de se ter energia para tudo.

Se, ainda por cima, pratica um desporto que envolve outras pessoas e lhe dá, por isso, a oportunidade de conversar e rir, é provável que represente para si exactamente as “férias” que pretende. Nesse caso, está safo...

Mas atenção porque é perigoso atirar-se a uma modalidade (ou mesmo a uma que praticava “em tempos”), logo no primeiro dia de férias, se durante todo o ano não fez exercício nenhum. Pode ser uma boa droga de substituição para as reuniões e os constantes telefonemas, mas é preciso que não entre a matar... senão morre mesmo.

Aprender a dizer: Não

O que é que isto vem a propósito? É que, muitas vezes, o nosso *stress* do dia-a-dia vem de não sermos capazes de dizer não a ninguém, tentando desdobrar-nos por milhentas actividades, algumas das quais só nos provocam desagrado, mas das quais não sabemos libertar-nos.

É evidente que não podemos fazer só o que gostamos. Nem em férias, nem fora delas. Mas há um limite para as concessões que temos obrigação de fazer. Recusar-se determinantemente a passar uns dias com os pais que já estão velhinhos pode ser imoral, mas dizer não a um programa de 30 dias de férias com a sogra (ou a mãe), já pode ser uma medida inteligente, para quem não quer acabar à estalada ou com uma úlcera de estômago.

Que não nos consigamos libertar do *stress* já pode ser mau, mas que o dupliquemos nos dias em que somos supostos estar em liberdade, ainda é muito pior. Por isso, utilize a diplomacia e os neurónios que lhe restam para encontrar soluções de consenso que não espicacem a sua culpabilidade (afinal, durante todo o ano deu tão pouca atenção à família que agora chegou a hora de a compensar), nem o transformem em vítima.

É que, sabe, estas coisas do altruísmo têm de se ter com conta, peso e medida. Temos pouca capacidade para dar, se esse dar não nos dá algum prazer, nem que seja o de acreditarmos piamente que assim ganhamos o Céu. Se os seus filhos sobreviveram o ano todo com uma alimentação mais apressada, não é preciso, por exemplo, servir-lhes agora refeições de príncipes, até porque é provável que eles atirem tudo pela janela e lhe peçam o hambúrguer do costume! E se é verdade que lhes pode dar mais atenção, aproveitar para fazer aquele castelo de areia gigante que prometeu, ou para lhes ler o último livro de Os Cinco, também não se sinta na necessidade de prescindir de um tempo só para si.

Glossário

berrar: gritar.

bocas: críticas; afirmações que sugerem algo de forma indirecta.

calafrio: arrepio; sensação de medo; pânico.

carência: necessidade; sensação de falta de algo.

carradas de: grande quantidade de.

chagar: (pop) chatear; aborrecer.

desbotada: que perdeu a cor devido ao uso.

desdobrar-se: multiplicar-se.

desencantar: achar algo que é difícil de encontrar.

dissipação: desaparecimento.

encerar: cobrir ou untar com cera.

espicaçar: provocar uma reacção.

imune: protegido de.

ordenhar: mungir; extrair o leite das tetas de um animal (fêmea).

palpável: que se pode palpar; óbvio; evidente.

prescindir: dispensar; renunciar; passar sem.

ser acometido de: ser assaltado por (ou sentir-se atacado por) uma sensação.

tijoleira: peça de cerâmica usada no revestimento de pavimentos.

um choradinho: situação de pedir algo na forma de lamento.

Compreensão

1. Perguntas de compreensão:

a. No texto o *stress* é relacionado com um tipo de droga. Porque é que, na sua opinião, essa relação é feita?

b. Quais são as sugestões dadas pela autora do texto para que se possa combater o problema do *stress*? Refira as suas próprias sugestões para o problema.

c. Que tipo de férias é que a autora nos aconselha a fazer? Refira o que ela considera que nunca deveremos fazer?

d. Justifique a razão pela qual a autora afirma que estas coisas do altruísmo têm de ser com conta, peso e medida.

- e. O que é, então, para si o *stress* e quais as consequências que considera que dele podem advir, tendo em atenção os seguintes aspectos: saúde, família, trabalho, amigos, vícios, etc.?

- f. Porque é que só nos últimos anos é que se passou a considerar o *stress* como uma doença?

2. Comente as seguintes afirmações:

- a. Estamos dependentes do *stress*, que funciona como qualquer outra droga. E, quando de um dia para o outro, nos plantam numa aldeia do interior ou mesmo numa praia, entramos em síndrome de carência.
- b. Esta história das férias não tem mais de cinquenta anos e, mesmo assim, só se aplica a determinados meios sociais. (...) fica sempre bem claro que ainda há muitos portugueses que não sabem o que isso é. Até há pouco tempo ninguém podia dar-se ao luxo de desaparecer da sua actividade normal (...) por mais de uns dias.
- c. A actividade física tem um efeito inebriante que normalmente consegue maravilhas na dissipação da sensação de depressão e cansaço que resulta de uma súbita paragem de *stress*... Estimula a oxigenação e a circulação, e liberta hormonas que têm uma acção euforizante, de onde resulta aquela impressão de se ter energia para tudo.

Vocabulário

- 1. Substitua o que se encontra em itálico pelas seguintes expressões formadas pelo verbo dar: dar-se com; dar em águas de bacalhau; dar-se ao luxo de; dar para; dar uns palpites; dar em; dar com; dar o braço a torcer

- a. Antigamente, embora muitos portugueses não tivessem possibilidade de gozar férias, havia uma minoria que *tinha o privilégio* de usufruir de períodos de férias bem revigorantes.

- b. Desde que comecei a trabalhar no novo projecto, tenho tido tanto trabalho que estou quase a *ficar doida*.

- c. Para fugir ao stress, aconselho-a a que passe algum tempo neste hotel, cujos quartos *estão virados* para o mar.

d. Será que você conhece alguém que adore *dar sugestões* sobre o trabalho dos outros?

e. A Mariana anda com uma terrível depressão. Já não é a primeira vez que *a encontro* a chorar pelos cantos.

f. A viagem que tínhamos planejado às Caraíbas *acabou por não se realizar*, uma vez que tivemos que adiar as férias por motivos de trabalho.

g. Muitas pessoas estão de tal modo dependentes do stress que as rodeia, que não *gostam de* locais isolados e tranquilos para os tempos livres.

h. Nos últimos tempos, o meu marido tem andado a trabalhar mais de 10 horas por dia. Mas, por muito cansado que se sinta, nunca o *admite*.

2. Relacione as expressões idiomáticas com as explicações que são dadas na coluna da direita.

1. aterrar de pára-quadras

a. de modo equilibrado

2. entrar a matar

b. não conseguir seguir a sequência da conversa

3. acabar à estalada

c. chatear alguém até perder a paciência

4. com conta, peso e medida

d. pessoas com as quais se fala sobre os outros

5. acreditar piamente

e. crer em absoluto

6. estar de papo para o ar

f. acreditar ingenuamente numa história falsa.

7. chagar a cabeça

g. iniciar uma conversa de modo extremamente agressivo

8. deixar-se ir na cantiga

h. permanecer algum tempo sem fazer nada

9. amigas para a má língua

i. ver-se de forma inesperada e súbita num lugar ou situação

10. perder o fio à meada

j. situação que evolui e termina de forma violenta

* Faça uma frase com cada uma das expressões idiomáticas.

3. Muitas palavras admitem mais do que um significado. Utilize as palavras dadas consoante o contexto de cada frase, conjugando o verbo e colocando a preposição sempre que necessário.

tostar / estender / atirar-se / gozar / estoirar

a. No Verão, por vezes, as praias estão de tal modo apinhadas de gente, que se tem de procurar um espaço que nos permita _____ a toalha.

- b. Muitas pessoas _____ o dinheiro todo durante as férias.
- c. Muita gente ainda gosta de ficar a _____ ao sol, ignorando os conselhos que insistentemente lhes são dados.
- d. Há pessoas que quando se encontram em fases de depressão têm tendência para _____ a tudo o que se coma.
- e. Hoje de manhã, quando ia para o escritório, um pneu da frente do meu carro _____ e tive uma sorte tremenda em ter conseguido travar.
- f. O Alfredo encontra-se neste momento a _____ umas merecidas férias no estrangeiro após ter trabalhado durante todo o ano.
- g. Amanhã, na entrevista que vou ter para vendedor, será essencial que eu consiga _____ a conversa durante, pelo menos, 45 minutos.
- h. Vou deixar o peru mais algum tempo no forno para que _____ bem.
- i. Ele é uma pessoa extremamente trocista: não resiste a _____ com tudo e todos.
- j. O Paulo foi despedido por se ter _____ (a) secretária do director.

Gramática

- 1. Transforme as frases seguintes em frases conjuntivas.
 - a. Às mulheres, pode dar-lhes para se atirarem à cozinha.

 - b. No caso de se incluir no segundo grupo, salte já para o artigo seguinte.

 - c. No caso de o chatearem com bocas de que não consegue largar o trabalho, deveria responder que tem a sorte de fazer o que gosta.

 - d. É natural não se contentarem com a ideia de passar 24 horas sem nada para fazer.

 - e. Não é aconselhável parar, pura e simplesmente, de beber café.

 - f. Apesar de muitas pessoas terem possibilidade de gozar férias, não conseguem suportar a ideia de ficar longe do trabalho durante muito tempo.

2. Complete as frases usando as palavras dadas e conjugando o verbo.

a. Na semana passada / por mais que / (eu) / querer.....

b. Embora / hoje / (ele) / estar cansado.....

c. Se / no próximo mês / (eu) / ter / tempo livre

d. Espero que / (eles) / acabar.....

e. Para que / (nós) / dormir / bem.....

f. Agradecia que / (você) / dizer-me.....

g. Enquanto / (eu) / gastar / tanto dinheiro.....

h. Caso / (tu) / vir / próximo sábado.....

i. Logo que / (ela) / chegar.....

j. Era preferível que / (você) / ir.....

3. Preencha os espaços conjugando o verbo correctamente.

Falar de *stress*, implica que _____ (falar / nós) de muitos dos problemas que fazem parte da vida moderna de uma grande cidade: os horários a cumprir, o trânsito infernal, a competição exacerbada... Contudo, se _____ (pensar / nós) bem, podemos verificar que a mulher moderna talvez _____ (ser) a mais afectada por tal *doença*.

Longe vão os tempos em que uma mulher que _____ (casar) e _____ (ter) filhos, se via obrigada a assumir o seu papel de esposa e mãe de família a tempo inteiro, abandonando a sua carreira profissional, caso a _____ (possuir). Hoje em dia, pelo contrário, é difícil que isso _____ (acontecer), uma vez que é cada vez mais comum que a mulher _____ (ter) acesso a uma

educação de nível superior e, conseqüentemente, _____ (lutar) por um lugar profissional, competindo com o homem de igual para igual. No entanto, isso não significa que ela _____ (abandonar) o seu papel de esposa, de mãe e de dona de casa. É exactamente na conjugação destas tarefas, tão diferentes, mas que se completam, que reside a maior dificuldade. E se _____ (nós / lembrar-se) de que quando elas estão de férias, é normal que _____ (continuar) a lavar, a decidir as refeições e a prepará-las, a limpar, enfim, tudo o que é habitual fazer no dia-a-dia, teremos que admitir que ser mulher é sinónimo de viver em tensão permanente. Não é justo!

É de esperar que, caso você _____ (ser) do sexo masculino, não _____ (concordar) com esta opinião, e, além disso, é evidente que esta situação varia conforme o país e a cultura dominante.

Dramatização

Imagine que você se encontra na seguinte situação:

- Vive nos arredores de uma grande cidade;
- Todos os dias demora uma hora e meia para chegar ao seu local de trabalho e o mesmo tempo para regressar a casa;
- Tem uma profissão de desgaste mental e tensão constante;
- Dorme poucas horas e tem insónias;
- Tem, no máximo, duas semanas de férias por ano;
- Tem uma família grande e filhos numa idade complicada;
- Tem muitas despesas;
- Tem um horário extremamente irregular para as refeições e tem uma alimentação pouco saudável.

Tente assumir o papel de alguém que se encontra nesta situação, cujos sintomas e problemas o levaram a pedir auxílio a um amigo. Exponha-lhe toda a situação e ouça os seus conselhos, argumentando sempre que considerar necessário.

Quase todos os portugueses se consideram felizes!

Quase todos os portugueses se consideram felizes! Digam lá que isto não são boas notícias? Quem as dá é Paulo Antunes Ferreira, sociólogo do Instituto de Ciências Sociais que, a pedido da secretaria de Estado da Juventude, fez um estudo sobre as nossas "atitudes perante a vida e moralidades". Agora leia o resto e descubra porque é que consideramos que vale a pena acordar de manhã!

Isabel Stilwell

Não há dúvida nenhuma que o quadro é animador: a esmagadora maioria dos portugueses (87,9 por cento) considera-se feliz, com bons amigos, acha que tem muito em comum com as outras pessoas da sua idade e tem confiança no futuro. É evidente que seríamos completamente tontinhos se fôssemos sempre felizes, a todo o momento, independentemente dos altos e baixos da vida. Por isso, não é de admirar que 39 por cento refira sentir-se às vezes sozinho e 58 por cento defina a vida como "uma preocupação atrás da outra". Além do mais, vamo-nos queixando sempre, mas quando nos pedem um balanço, provavelmente, comparamos a nossa situação com os que ainda estão pior, para concluirmos que sim, que apesar de tudo, somos felizes.

As mulheres têm uma opinião de si próprias ligeiramente menos positiva que os homens: uma grande percentagem de elementos do sexo feminino queixa-se de solidão. Também são elas que se preocupam mais com a vida e confiam menos no futuro.

Mais velho, mais pessimista

O pior é que a idade não parece tornar os portugueses mais felizes. O que é uma pena. As gerações mais velhas são mais pessimistas quanto à sua situação e quanto à vida em geral - tristemente, parecem ter sido desiludidos pela vida. E é mesmo urgente fazer qualquer coisa pela terceira idade, já que os seus membros se queixam de solidão com uma frequência assustadora, para além de confessarem ter pouco a ver com as outras gerações e de não confiarem no futuro. Já poucos classificam a vida como "uma agradável aventura", hipótese que os mais novos assinalam muitas vezes.

O dinheiro traz felicidade

Quem diz que o dinheiro não traz felicidade não leu os resultados deste estudo de Paulo Antunes Ferreira. A verdade é que a definição da vida "como uma sequência de preocupações" é muito mais característica dos indivíduos pertencentes aos níveis económicos mais baixos; enquanto os mais ricos têm tendência para preferir a opção que lhes permite

classificar a vida como "uma agradável aventura". Também são os mais desfavorecidos que afirmam ter menos confiança no futuro. Aliás, os dados não fazem mais do que confirmar a ideia que todos temos de que "casa onde não há pão, todos ralham e ninguém tem razão".

Também o nível de instrução mais elevado, aliado a condições sociais mais favoráveis, fazem aumentar o optimismo. São mais positivos, na sua forma de encarar o dia-a-dia e o dia de amanhã, os que possuem um curso superior ou secundário. Estranhamente, quem tem um curso médio, parece não partilhar a felicidade dos outros dois grupos.

O que mais angustia é que os números provam, mais uma vez, que os que estão bem, acreditam vir a atingir uma situação ainda melhor, enquanto que os que estão mal, parecem ter-se entregue ao pessimismo, afirmando prever que não vão longe.

E como se sabe que acreditar é meio caminho andado e que o pensamento positivo e a auto-estima em forma têm, sem qualquer dúvida, efeito sobre o desenrolar da nossa vida, é provável que os maus pressentimentos se confirmem, criando um círculo vicioso de que é difícil fugir.

Estudantes são os mais felizes

Reformas e contra reformas, *numerus clausus*, insegurança na escola e violência. Tudo isso, perturbará, certamente, os mais novos, mas a verdade é que são o grupo de portugueses mais confiante, optimista e positivo face à sua situação pessoal. Têm bons amigos, confiança no futuro e muitas coisas em comum com as pessoas da sua idade. Por outras palavras, são os mais felizes de todos.

Quanto ao estado civil, é assim: os solteiros são os que consideram, em maior número, que a vida é uma agradável aventura, seguidos dos casados pela Igreja, que são bastante mais optimistas do que os casados pelo registo civil.

Os separados e os divorciados mostram-se bastante menos animados e é impressionante o pessimismo dos viúvos, dos quais 80 por cento consideram que a

vida é um constante mar de complicações (só 40 por cento dos solteiros são da mesma opinião).

Subimos na vida

Outra boa notícia é que, apesar de tudo; os portugueses acham que estão melhor (33,7 por cento dizem-se melhor e 43 por cento um pouco melhor) do que os seus pais estavam. Por outras palavras, a grande maioria acha que “subiu na vida”, quando se compara com a geração anterior, acreditando que a mobilidade social se deu de facto!

Já os mais novos, entre os 15 e os 34 anos, não registam essas melhorias com tanta frequência, provavelmente porque, em muitos dos casos, ainda vivem na casa paterna ou estão no início de uma carreira profissional, que ainda não rendeu frutos.

Mais uma vez, os católicos praticantes são mais optimistas, mesmo do que os não praticantes, e há também uma diferença a registar entre os que vivem na “cidade” e os que habitam no “campo”. Estes últimos estão mesmo convencidos de que o seu dia-a-dia é infinitamente mais fácil do que o dos cidadãos.

Os da Direita são mais optimistas

Um dos dados curiosos que este estudo revela é que os portugueses que manifestam uma posição política de direita, ou mesmo de extrema-direita, estão mais optimistas quanto à situação social e económica que vão ter no futuro, do que os de esquerda e extrema-esquerda.

Para o facto pode haver várias explicações, nomeadamente saber se os “direitistas” o são por pertencerem já a meios económicos mais favorecidos.

Contudo o autor do trabalho apresenta a sua justificação, lembrando que o inquérito foi feito quando ainda estava em funções um governo de direita. É provável que agora sejam os de esquerda a considerar que têm um futuro mais risonho. Por outras palavras, pelo menos psicologicamente, essa história dos “jobs for the boys” poderá funcionar...

Devagar se vai...

Podem ser felizes, optimista e todas essas coisas, mas não é por isso que os portugueses se tornaram de repente num povo audacioso. A grande maioria revela cautela e prudência nas opções que faz, acredita que as ideias que resistem ao tempo são as melhores e usam de ponderação quando se trata de fazer mudanças, privilegiando a avaliação das dificuldades, em lugar de confiar no aspecto positivo das ditas. E, mais uma vez, quanto mais idoso é o inquirido, mais cauteloso se mostra.

Que felicidade?

Ponto assente que os portugueses são felizes. Mas o que é que os faz assim? Foi isso que Paulo Antunes Ferreira tentou descobrir. E conclui que a saúde é o elemento central da felicidade, seguido, a grande distância, por uma vida conjugal boa e suficiente dinheiro para poder levar uma vida agradável. A que

se segue dar-se bem com a família. E o autor classifica estes ingredientes de “núcleo duro” da felicidade dos portugueses!

Mas, como todos os outros, também estes dados variam conforme a idade dos inquiridos. Se a boa saúde é universal, os mais novos, por exemplo, dão mais valor aos amigos, *item* que é mais tarde substituído por uma boa vida conjugal. A felicidade também aparece mais associada à saúde e ao bom relacionamento familiar, à medida que se desce na escala social. E o inverso acontece quando se procura saber da importância de se ter um trabalho de que se goste. Por outras palavras, gostar do que se faz é realmente uma invenção das classes mais altas, neste fim de século.

A religião também influencia as escolhas. Os que não professam qualquer crença apontam mais frequentemente o aspecto do dinheiro e de uma vida agradável, enquanto os “religiosos” colocam todo o seu enfoque na harmonia conjugal e familiar. Os desempregados e os estudantes também indicam o dinheiro como um factor importante, provavelmente porque não o têm!

O que nos faz felizes

Ora bem, no top dos tops estão os momentos passados com o namorado/a ou o cônjuge (isto é que é um país de românticos!!!!), seguindo-se os passados com os familiares, os amigos e a passear.

Depois destes vêm os que afirmam retirar muito prazer, ou algum prazer (aqui já não há tanta unanimidade na primeira categoria), de ver televisão, dormir, ouvir música e trabalhar.

Posto isto, vamos ao que mais os chateia. As duas únicas formas de ocupação do tempo (das propostas no inquérito, claro) que provocam aborrecimento à grande maioria dos portugueses é o tempo passado em transportes e o gasto a não fazer nada (imaginese!). Felizmente, quanto a este último, há sinais de esperança, já que 13 por cento, particularmente dos mais novos, tiram muito prazer do ócio.

Quanto a tarefas domésticas – que continuam a ser praticadas maioritariamente pelas mulheres – embora a maioria dos que se envolvem nelas afirme retirar algum prazer, há um quarto que refere aborrecimento.

Elas gostam é do shopping

É evidente que esta coisa de se ser homem ou mulher manifesta-se também na escolha do que dá, ou não dá, felicidade. Se não, veja:

* Aulas e estudo são coisas que dão muito mais prazer às mulheres do que aos homens.

* Meditação e oração, dão mais prazer às mulheres que aos homens, embora eles com a idade vão sendo menos renitentes.

* Tarefas domésticas. São mais mulheres do que homens a dizer que lhes dá muito prazer brincar às casinhas. Aliás, também não podia ser de outra maneira, já que 32 por cento dos homens diz nunca

as realizar, enquanto só uma em cada cem pode afirmar o mesmo.

* Ida às compras. E pronto, chegámos ao item que 45,6 por cento das mulheres considera dar-lhe muita felicidade. Quase o dobro dos homens, que aliás manifestam, em grande número, sentir um enorme aborrecimento nessa tarefa. Apenas como à parte: convinha alguém explicar ao Eng. Guterres que não conte com o voto feminino depois daquela história de fechar as grandes superfícies, exactamente quando elas para lá podem ir chinelar.

Nota: O inquérito realizado incidiu sobre o universo da população portuguesa residente em Portugal Continental, em locais com dez ou mais habitantes, e com idade igual ou superior a 15 anos.

Os mais velhos não gostam de dormir

Os dados do trabalho permitem ainda concluir que:

* Os mais velhos não gostam tanto de dormir como os mais novos.

* Que com a idade aumenta, de forma sistemática, o prazer provocado pela meditação/oração.

* Que também vai crescendo o gosto pelas tarefas domésticas.

* Que, pelo contrário, o prazer com a música é uma coisa para a nova geração. Contra os 75 por cento dos mais novos que referem tirar muito prazer da música, só 25 por cento dos mais velhos manifesta a mesma preferência.

* Estranhamente quanto mais velho se é, menos se gosta de não ter nada para fazer ou, numa leitura mais optimista, as novas gerações descobriram o prazer do ócio.

Quem trabalha por gosto...

Os portugueses gostam de trabalhar. Não acredita? Eles pelo menos dizem que sim. 42 por cento dos que exercem uma profissão dizem ter muito prazer em trabalhar, 50 por cento algum e só sete por cento manifestam aborrecimento.

Quanto aos estudantes 30,8 por cento diz tirar muito prazer do estudo, 52,2 por cento algum, 11 por cento referem aborrecimento e cinco por cento indiferença.

Revista Notícias Magazine

Glossário

balanço: apreciação; avaliação.

chinelar: acção de usar chinelas, nome que se dá ao calçado que apenas cobre a parte da frente dos pés; no texto significa a acção de andar

direitista: pessoa que se situa politicamente à direita.

enfoque: ênfase; destaque.

esmagadora: impressionante; enorme.

núcleo duro: elementos principais ou de maior relevo.

ócio: lazer; descanso.

tontinho: diminutivo de tonto, que significa idiota.

Compreensão

1. Porque é que os portugueses se consideram, apesar de tudo, felizes, mesmo quando admitem ter uma vida cheia de preocupações?

2. Qual a justificação que acha mais provável para que as mulheres sejam as que mais se preocupam com a vida e as que menos confiam no futuro?

3. Concorda que o dinheiro, o nível de instrução e a idade sejam factores que influenciem a opinião dos portugueses? De que modo?

4. De um modo geral, segundo o inquérito, quais são as actividades que mais prazer proporcionam aos portugueses e, por outro lado, as que eles consideram mais aborrecidas? E para si?

5. De acordo com o inquérito, a saúde é o elemento central da felicidade para os portugueses, sem qualquer tipo de distinção? Qual a sua justificação para os resultados do inquérito em relação a este aspecto?

6. Segundo o texto, o “núcleo duro” da felicidade dos portugueses é formado por:

- *saúde*
- *vida conjugal*
- *dinheiro suficiente*

Quais seriam os factores que corresponderiam a este “núcleo duro”, caso um inquérito, deste tipo, fosse feito no seu país? Porquê?

Vocabulário

1. Explique o sentido das seguintes expressões e faça frases de forma a utilizá-las convenientemente:

a. (...) para além de confessarem ter pouco a ver com as outras gerações (...).

(...) acreditar é meio caminho andado (...).

(...) têm (...) efeito sobre o desenrolar da nossa vida.

(...) é provável que os maus pressentimentos se confirmem (...).

(...) a vida é um constante mar de complicações.

(...) uma carreira profissional que ainda não rendeu frutos.

(...) que têm um futuro mais risonho.

e. E o autor classifica estes ingredientes de “núcleo duro” da felicidade dos portugueses!

i. (...) que lhes dá muito prazer brincar às casinhas.

2. Encontre os sinónimos das seguintes palavras:

a. a angústia	
b. assinalar	
c. audacioso	
d. a auto-estima	
e. cauteloso	
f. chatear	
g. confiar	
h. a crença	
i. desiludido	
j. o enfoque	
l. a escala	
m. favorecido	
n. a origem	
o. queixar	
p. o rumo	

3. Forme provérbios juntando um elemento de cada coluna.

- | | |
|--------------------------------|----------------------------|
| a. Gato escaldado | 1. tudo perde. |
| b. Mais vale um pássaro na mão | 2. bonito lhe parece. |
| c. Nem tudo o que luz | 3. enche a galinha o papo. |
| d. Quem o feio ama, | 4. quem tem olho é rei. |
| e. Quem tudo quer | 5. é ouro. |
| f. Nunca digas: | 6. ao longe. |
| g. Em terra de cegos, | 7. não morde. |
| h. Grão a grão | 8. que dois a voar. |
| i. Devagar se vai | 9. desta água não beberei. |
| j. Cão que ladra | 10. de água fria tem medo. |

4. Imagine uma situação em que cada um dos seguintes provérbios se possa aplicar.

a. Depois da tempestade vem a bonança.

b. Tal pai, tal filho.

c. Homem prevenido vale por dois.

d. Quem tem boca vai a Roma.

e. Longe dos olhos, longe do coração.

f. Em casa de ferreiro, espeto de pau.

5. Preste atenção às diferenças fonéticas que existem entre os seguintes pares de palavras e pronuncie-as correctamente.

angústia

angustia

autêntica

autentica

círculo

circulo

dúvida

duvida

influência

influencia

notícia

noticia

renúncia

renuncia

vício

vicio

6. Estas palavras têm mais de que um significado. Tente encontrar dois significados para cada uma e faça frases em que se possam aplicar.

- assentar	1. _____ 2. _____
- assinalar	1. _____ 2. _____
- o balanço	1. _____ 2. _____
- o círculo	1. _____ 2. _____
- o dado	1. _____ 2. _____
- o estado	1. _____ 2. _____
- a pena	1. _____ 2. _____
- provar	1. _____ 2. _____
- o risco	1. _____ 2. _____

Gramática

1. Transforme as frases de modo a usar as seguintes conjunções:

se bem que / portanto / mesmo que / contanto que / dado que / bem como / mal

a. Ontem quando cheguei a casa, o telefone começou logo a tocar.

b. Ele tem imenso trabalho. Ele está sempre bem disposto.

c. Hoje o tempo está muito desagradável. Vamos ficar em casa a ouvir música e a ler.

d. O médico não dá consulta esta tarde. Então decidi marcar para a próxima semana.

e. As pessoas gostam muito de ir às compras quando se sentem infelizes. Também gostam de ficar horas ao telefone a conversar.

- f. Muitos portugueses consideram-se felizes, a partir do momento em que não tenham dificuldades financeiras.

- g. Como secretária, nunca aceitou críticas ao seu trabalho: nem mesmo quando vinham do patrão.

2. Reescreva as frases seguintes, substituindo as conjunções sublinhadas por outras que sejam sinónimas.

- a. Se bem que eles tenham saúde e um bom emprego, não se consideram felizes.

- b. Quem trabalha por gosto não cansa, contanto que não trabalhe mais de dez horas por dia nem aos fins-de-semana.

- c. Mal se instalaram na casa nova, começaram a convidar os amigos para conviverem.

- d. A Raquel precisou de consultar um psiquiatra, dado que já pensou, por várias vezes, suicidar-se.

- e. Mesmo que lhe façam uma proposta tentadora, não se esqueça que nem tudo o que luz é ouro.

- f. Se tiver tarefas domésticas rotineiras, não desespere! Sorria e vá em frente!

Tema para discussão

1. Imagine que um estudo sobre “as atitudes perante a vida e moralidades” era feito no seu país. Quais pensa que seriam as conclusões? Considere os quadros do artigo e tenha em linha de conta a influência dos seguintes aspectos:

<ul style="list-style-type: none">• a faixa etária• o sexo• a classe social• o nível de instrução	<ul style="list-style-type: none">• o estado civil• a religião• diferenças entre a cidade e o campo• a tendência política
--	--

Espreitando o Novo Milénio.

Alimentos transgénicos, resistentes a insectos e menos perecíveis. Comboios de alta velocidade, que quase suplantam em rapidez os aviões. Aeronaves gigantescas, com capacidade para 800 pessoas. Casas inteligentes, onde tudo funciona premindo-se um botão. O novo milénio vai ser assim. Mais surpreendente. Mas também mais perigoso. Se as previsões dos cientistas se confirmarem, a temperatura da atmosfera continuará a subir – e, então, o mar sairá das suas margens e invadirá as terras baixas do litoral. As doenças que nos atormentam farão, no futuro, ainda mais vítimas. Os novos tempos serão também uma época de quebra de tabus – o mapa genético do Homem há-de ficar completo e as fronteiras do espaço mais próximas de nós.

Paulo Chitas e Filomena Lança

GENÉTICA

Planificar o indivíduo

As doenças poderão ser previstas e evitadas ainda antes do indivíduo ser concebido

O Pedro tem os olhos do pai e os cabelos pretos da mãe. É alto como o avô e o nariz é igualzinho ao daquele bisavô que está no retrato de família da sala. Estas semelhanças não são obras do acaso. Como muitas outras bem menos perceptíveis ao olhar, fazem parte da informação hereditária que recebemos dos nossos pais e que inclui uma quantidade inimaginável de genes. São estes os responsáveis por aquilo que somos, e é também a eles que devemos pedir contas pela maioria das doenças que enfrentaremos ao longo da vida.

Há anos que os cientistas investigam aquilo a que chamam genoma, o repositório de informação onde consta tudo o que materialmente constitui o ser humano. Acredita-se que o número total de genes se situe entre os 75 mil e os cem mil e que a maioria esteja identificada por volta do ano de 2005. O objectivo dos investigadores é conseguir traduzir todo o genoma humano através de uma sucessão de símbolos, como se de um texto se tratasse. Neste momento, o que se sabe desse texto não ultrapassa os 10 por cento, e há genes que estão identificados

sem que se conheçam ainda as respectivas funções. No entanto, já é possível afirmar, com alguma segurança, quais são os responsáveis por uma série de doenças.

Entre os descobertos, este ano, há um que causa um raro e fatal desequilíbrio de colesterol em crianças, outro potencia o cancro da mama e um terceiro está ligado à doença de Alzheimer.

Ética ou saúde?

A partir do momento em que os cientistas consigam identificar um gene e determinar a sequência completa do seu código, podem descobrir a sua presença em qualquer doente e tomar as medidas necessárias para que a patologia não se desenvolva. Além disso, é também possível identificar casais de risco, ou seja, aqueles, cujos filhos, devido à combinação genética, virão a nascer com determinada doença ou têm probabilidades de contraí-la no futuro.

Estes conhecimentos abrem novas portas à Medicina e possibilitam formas inovadoras de tratamento: as terapias genéticas. Bastará modificar um ovo (óvulo já fecundado), através da manipulação dos genes, para corrigir os efeitos da herança genética. Isso levanta, no entanto, um conjunto de problemas éticos. António Amorim, 45 anos, investigador do Instituto de Patologia e Imunologia Molecular da Universidade do

Porto, explica que “é consensual no meio científico não haver o direito de modificar o património hereditário da espécie humana”. Aceita-se como possível “ a alteração das células de um indivíduo já formado, mas não a modificação das células sexuais que transmitiriam uma informação corrigida”. Afinal, diz, “o que está em jogo é demasiado importante e pode ter consequências que nós não prevemos”.

Reconhecendo que não controlam todas as variáveis, os cientistas optam pela prudência, mas a indústria farmacêutica mundial trabalha já a toda a velocidade.

CAIXA-FORTE EM RISCO

Um bom ladrão muda as técnicas de cada vez que faz um novo assalto. Também os assaltantes do nosso corpo o fazem. Vírus, bactérias e outros agentes infecciosos são dos mais exímios ladrões do mundo. E a caixa-forte sujeita ao assalto o mais precioso bem: a vida.

A resistência oferecida pelos agentes infecciosos aos tratamentos preocupa os cientistas em todo o mundo. Após a descoberta da penicilina e de outros antibióticos, os médicos pensaram que tinham encontrado a varinha mágica para manter à distância doenças como a malária e a tuberculose. Mas uma grande esperança acabou numa grande decepção: os vírus e as bactérias revelaram-se capazes de ludibriar os mais sofisticados medicamentos.

“Até há uns anos, tratava-se uma otite ou uma pneumonia com relativa facilidade: a penicilina era barata e não tinha problemas secundários”, faz notar Francisco Antunes, director do Serviço de Doenças Infecciosas do Hospital de Santa Maria, em Lisboa. Mas o panorama mudou.

“Uma pessoa com tuberculose multirresistente, a tossir num autocarro, é um problema de saúde pública”, diz Miguel Forte, 38 anos, infecciólogista e técnico do Infarmed, onde avalia medicamentos antes de entrarem no mercado português.

O crescimento da população e a sua concentração em cidades gigantescas são factores de risco. “Em 24 horas, posso estar no outro canto do Planeta. Isto representa riscos muitos sérios para a disseminação das doenças”, avança Miguel Forte.

No próximo milénio, as doenças infecciosas continuarão a ser uma das principais causas de morte. Eis algumas das mais terríveis:

Febres hemorrágicas. A mais temida é a provocada pelo ébola, um vírus que se creê provir de pequenos roedores. Os doentes sofrem de febres elevadas e hemorragias internas que levam à morte em horas.

Sida. Provocada pelo vírus HIV. Na fase sintomática, o sistema imunitário do doente fica enfraquecido, apanhando um conjunto de doenças que conduzem à morte.

Malária. Endémica em zonas do Terceiro Mundo, caracteriza-se por febres elevadas, que podem provocar a morte em poucos dias.

Tuberculose multirresistente. Hoje existem estirpes do bacilo de Kock que resistem a todo o tipo de tratamentos.

Doença de Creutzfeld-Jacob. Provocada pela ingestão de carne de vaca contaminada com encefalopatia espongiforme bovina (BSE). O agente infeccioso ataca os tecidos cerebrais, criando pequenos orifícios que dão ao cérebro a forma de uma esponja.

Glossário

endémico: adjectivo referente a doença relativa a um povo ou a uma região.

esponja: objecto de absorção crivado de orifícios e que é formado, quando natural, por um conjunto fibroso de origem marinha.

espongiforme: aquilo que tem a forma ou aparência de uma esponja.

estirpe: tipo; raça.

exímio: habilidoso, excelente, distinto, importante.

gene: factor de transmissão de caracteres hereditários constituindo uma unidade indefinida

manipulação: alteração efectuada deliberadamente pela acção do homem.

patologia: parte da medicina que estuda as origens, sintomas e natureza das doenças.

património: conjunto de bens; herança; propriedade.

perecível: aquilo que está sujeito a morrer/desaparecer; diz-se de alimentos que se estragam ou deterioram.

transgénico: diz-se dos alimentos que são alterados geneticamente de forma a ganharem resistências a vírus e insectos.

varinha mágica: objecto que é usado nas histórias infantis para expressar a transmissão de dom ou poder misterioso.

Compreensão

1. Perguntas de compreensão:

a. Quais são, segundo o primeiro texto, as grandes vantagens de manipulação genética?

b. Qual o objectivo da identificação do número total de genes?

c. Em que sentido é que o segundo texto, ao contrário do primeiro, vem evidenciar um certo retrocesso da evolução científica?

d. Por que razão é que no segundo texto se afirma que os vírus e as bactérias se revelaram capazes de ludibriar os mais sofisticados medicamentos?

Vocabulário

1. Explique o significado das seguintes expressões, dentro do seu contexto:

a. “Os nossos tempos serão também uma época de tabus”.

b. “Estas semelhanças não são obra do acaso”.

c. “São estes os responsáveis por aquilo que somos, e é também a eles que devemos pedir contas pela maioria das doenças que enfrentaremos ao longo da vida”.

d. “Estes conhecimentos abrem novas portas à Medicina e possibilitam formas inovadoras de tratamento: as terapias genéticas”.

e. “... é consensual no meio científico não haver o direito de modificar o património hereditário da espécie humana”.

f. “O objectivo é conseguir substâncias capazes de corrigir os defeitos com que a natureza vai presenteando os homens”.

g. “Um bom ladrão muda as técnicas de cada vez que faz um novo assalto. Também os assaltantes do nosso corpo o fazem”.

h. “Os vírus e as bactérias revelaram-se capazes de ludibriar os mais sofisticados medicamentos”.

- i. “Em 24 horas posso estar no outro canto do planeta. Isto representa riscos muito sérios para a disseminação das doenças”.

- j. “Uma pessoa com tuberculose multiresistente, a tossir num autocarro, é um problema de “saúde pública”.

2. Selecciona a alternativa que melhor se aproxima da palavra sublinhada.

- a. (...) Comboios de alta velocidade quase suplantam a rapidez dos aviões.

1. passam 2. ultrapassam 3. trespassam

- b. As doenças que nos atormentam (...)

1. afligem 2. rodeiam 3. matam

- c. (...) bem menos perceptíveis ao olhar (...)

1. visíveis 2. compreendidas 3. percíveis

- d. (...) outro potencia o cancro da mama (...)

1. fortalece 2. origina 3. facilita

- e. (...) pensavam que tinham encontrado a varinha mágica (...)

1. o condão 2. a solução 3. a fantasia

- f. (...) capazes de ludibriar (...)

1. fugir a 2. resistir a 3. enganar

- g. Mas o panorama mudou.

1. a situação 2. a vista 3. a paisagem

- h. (...) a disseminação das doenças.

1. a erradicação 2. a propagação 3. o controlo

3. Tente criar novas frases com as palavras sublinhadas, tendo em consideração o seu significado dentro do contexto.

a. _____

- b. _____

- c. _____

- d. _____

- e. _____

- f. _____

- g. _____

- h. _____

4. Complete o seguinte quadro:

Substantivo	Verbo	Adjectivo
		humano
o símbolo		
a herança		
		concebido
		previsto
	atormentar	
a injeção		
	tossir	
	provir	
		enfraquecido

Gramática

1. Transforme as frases seguintes em frases gerundivas, seguindo o exemplo e de modo a não mudar o seu sentido. (Por vezes poderá usar o verbo ir + gerúndio ou o gerúndio simples ou composto).

Ex: Casas inteligentes, onde tudo funciona ao premir-se um botão.
Casas inteligentes, onde tudo funciona premindo-se um botão.

- a. O Alfredo quase morreu com a gastroenterite que apanhou em Cabo Verde.

- b. Os vírus passaram a oferecer resistência aos medicamentos anteriormente eficazes, facto que preocupa os cientistas em todo o mundo.

- c. As autoridades sanitárias de Hong-Kong mandaram abater todas as galinhas da cidade e, assim, controlaram o perigo de uma epidemia.

- d. Bastará modificar um óvulo já fecundado para corrigir os defeitos da herança genética.

- e. Os cientistas continuam a investigar aquilo a que chamam genoma, para procederem a uma identificação dos genes que constituem o ser humano.

- f. A partir do momento em que os cientistas consigam identificar os genes, será possível identificar casais de risco.

- g. malária caracteriza-se por febres elevadas que podem provocar a morte em poucos dias.

- h. Muitos turistas contraíram salmonela, por terem ingerido marisco em mau estado de conservação.

- i. As autoridades comunitárias decidiram combater a doença de CREUTZFELD-JACOB, ao obrigarem ao abate de todos os bovinos infectados.

- j. Estes conhecimentos abrem novas portas à Medicina e possibilitam formas inovadoras de tratamento: as terapias genéticas.
-
-

2. Junte as frases das duas colunas de modo a usar os pronomes relativos: *onde, qual, que, cujo, quem*.

a. A investigação do genoma tem estado a ser feita pelos cientistas.	1. O laboratório está bem equipado.
b. Temos estado em contacto com o cientista.	2. A investigação do genoma irá trazer benefícios para todos nós.
c. Hoje haverá um debate no Grande Auditório da Faculdade de Medicina.	3. Procura-se encontrar uma solução eficaz para muitas doenças.
d. As análises estão a ser feitas no laboratório.	4. O cientista vai apresentar um relatório no próximo congresso.
e. Nós temo-nos batido por uma causa nos últimos anos.	5. A causa tem sido bastante apoiada por várias instituições.
f. No novo milénio irão continuar muitas doenças infecciosas.	6. O tema do debate é: “ética ou saúde?”.

- a. _____

- b. _____

- c. _____

- d. _____

- e. _____

- f. _____

Tópicos para Discussão

- a) Qual é a sua opinião sobre a possibilidade de manipulação genética?
Reflecta sobre as suas vantagens e desvantagens.
- b) Comente a seguinte afirmação:
O século vinte tem sido, sem dúvida, o século em que mais descobertas a nível tecnológico e científico têm sido efectuadas em prol de uma vida mais confortável e sofisticada e de uma sociedade mais justa, humana e com mais condições de vida. No entanto, todos temos que pagar um preço bem alto por todo o desenvolvimento alcançado: é o reverso da medalha!

Cruzes Canhoto!

Imagine que alguém de fora (de fora mesmo, tipo extraterrestre!) nos ouvia proferir estas palavras. Imagine que nos pedia explicações sobre estes estranhos hábitos conhecidos como superstições. Ups! Provavelmente ficaríamos sem saber o que dizer. Para remediar esta lacuna, tentámos encontrar explicações para estas atitudes. Afinal, somos seres racionais, não somos?

Ana Pinheiro

Não há dúvida que as superstições são dos hábitos mais estranhos e irracionais que os seres humanos adoptaram. De facto, bater com os nós dos dedos na madeira, usar amuletos ou desviar o nosso caminho por causa de um gato preto não são propriamente actos pensados ou meditados. Fazemo-lo, na maioria das vezes, como um reflexo condicionado.

O mais curioso é que, como veremos adiante, a maioria destas superstições resulta de hábitos ancestrais ou cultos religiosos deturpados pelo povo, o que parece bastante contraditório na nossa época. No entanto, se formos a ver bem, até talvez não seja tão surpreendente que uma sociedade céptica e com cada vez menos referências se agarre a superstições. É que a sorte é algo que qualquer pessoa, em qualquer ponto do mundo e em qualquer época, busca e sempre buscará. E se um pequeno gesto ou uma palavra a chamar até nós, porque não tentar?

Peguemos novamente na hipótese dos extraterrestres. Não iria querer deixá-los sem resposta, pois não? Veja, então, as que encontrámos para justificar os nossos actos supersticiosos mais comuns.

Os humanos batem três vezes com os nós dos dedos na madeira e dizem ao mesmo tempo: “Isola” ou “O diabo seja cego, surdo e mudo!”

De facto, este deve ser o número um do *top* das superstições. Não deve haver

ninguém, que depois de proferir alguma sentença azarenta (as relacionadas com a morte são as que provocam reacções mais barulhentas), não procure desesperadamente um pedaço de madeira. Ora, como todos nós sabemos, a madeira é um material que isola. Ao tocar na madeira, estamos a fazer barulho para evitar que o diabo oiça as palavras indesejadas que acabámos de dizer.

Os humanos não passam por baixo de escadas. Dizem que “dá azar”. E não, não tem nada a ver com receio de que esta lhes caia em cima!

Há duas justificações que dão força a esta ideia. A primeira relaciona-se com o facto de o triângulo ser, para muitas religiões, o símbolo da vida. Ora, uma escada encostada a uma parede completa um triângulo e quando alguém passa no meio dele está a rompê-lo, ou seja, a interromper a própria vida. A outra explicação tem a ver com o facto de há muitos séculos as escadas terem sido o instrumento utilizado para enforcar criminosos e os seus fantasmas permanecerem junto delas.

Os humanos assustam-se quando um gato preto se lhes atravessa à frente!

O gato sempre foi visto como um animal com “poderes” especiais. No Antigo Egipto era um ser divino, razão pela qual ainda hoje se diz que um gato tem sete vidas. Eram ainda os companheiros das feiticeiras, e estas, por

sua vez, também podiam assumir a forma de gatos. Assim, nunca se sabe se o gato preto que caminha à nossa frente não será uma feiticeira.

Os humanos têm a mania de começar tudo o que é de novo com o pé direito!

É verdade! Seja à saída da cama, no começo do novo ano, na entrada para um novo emprego, até ao entrar para o avião. Tudo isto porque se parte do princípio que o lado esquerdo do corpo recebe más influências. A explicação para isto está, certamente, relacionada com a ideia de que os pássaros que voavam para a esquerda eram considerados de mau agouro. Como não podia deixar de ser, há ainda uma explicação cristã para esta preferência: Jesus está sentado ao lado direito de Deus, simbolizando, como tal, o bem. Por oposição, o lado esquerdo (“sinistra” para os italianos) significa obscuridade, magia. É talvez por isso que as pessoas canhotas não eram muito bem vistas no passado.

Os humanos colocam uma ferradura à entrada de suas casas!

São muitas as razões porque um objecto tão peculiar é considerado um amuleto. Por um lado, a ferradura é feita no fogo sagrado. Por outro, sagrado é também o ferro, dado o seu brilho ter o poder de cegar os espíritos maus. Confirmava ainda esta ideia de objecto sagrado o facto de os animais deixarem colocar ferraduras nos seus cascos sem se queixarem de dor. Segundo outra opiniões, o formato da ferradura simbolizava o céu e o telhado de casa, representando a vida espiritual e material do homem. Se for colocada de lado, tem ainda a característica de representar a inicial do nome de Cristo.

Os humanos não abrem um chapéu de chuva dentro de casa. Nem para

ver se aquele que acabou de lhes ser oferecido é bonito!

A origem desta ideia vem do Oriente, onde os chapéus eram utilizados para proteger do sol. Considerava-se que abrir um chapéu onde não houvesse sol era um mau agouro e, por essa razão, era impensável fazê-lo em casa. Por outro lado, em muitas outras partes do mundo espalhou-se a ideia de que este objecto tinha poderes sobre o estado do clima. Assim, não era conveniente utilizá-lo para outros fins que não esses.

Os humanos detestam partir espelhos. E o problema não está no seu valor!

Toda a gente sabe que um espelho partido significa sete anos de azar. A justificação para isto é que já não é assim tão conhecida. Diz uma velha tradição que o espelho reflecte a alma de quem olha para ele. Quando se parte um espelho, quebra-se igulmente a alma de quem olhou para ele e, consequentemente, perde a oportunidade de se salvar após a morte.

Quando entornam sal, os humanos têm o estranhíssimo hábito de atirar uma pitada do mesmo por cima do ombro!

Dada a sua capacidade de conservar os alimentos, o sal foi identificado como aquilo que combate a podridão, o espírito da morte. Ora, quem derramasse sal, estaria a destruir o símbolo da vida, e logo o espírito do mal se colocaria atrás do seu ombro esquerdo. Para o afastar, seria necessário atirar um pouco de sal directamente para a sua cara – por cima do ombro esquerdo!

Na passagem do ano, os humanos têm os comportamentos mais estranhos. E nem sempre estão bêbedos!

Parte-se do princípio que a forma como se começa o ano vai influenciar

todo o restante. Daí, o dinheiro na mão, o pé (direito, mais uma vez), as passas e os desejos. Acredita-se, ainda, que o barulho assusta os maus espíritos que estão a postos para entrar conosco no novo ano.

Os humanos colocam velas acesas nos bolos de aniversário!

Este é um costume que tem origem no ritual da deusa grega Artemisa, deusa da lua e padroeira dos casamentos e dos partos. Este ritual era comemorado com fogos sagrados e sobre os altares eram colocados bolos em forma de lua. É também proveniente daí a ideia de que as velas devem ser apagadas com um só sopro, para que se realize um desejo.

As noivas são as pessoas que, definitivamente, apresentam o comportamento mais estranho!

É verdade, mas tudo tem a sua explicação. As noivas vestem-se de branco porque é a cor que dá sorte ao futuro do casal (o vermelho é a cor do sangue e da guerra, e o preto é a cor do luto, atraindo, por isso, tudo o que de pior há). Usam o vestido da mãe ou da sogra para atrair para si a mesma sorte no casamento. Chegam atrasadas à igreja, porque isso garantirá que no futuro nunca fiquem à espera do marido. Apanham uma “chuvada” de arroz à saída da igreja, porque este remete para abundância de filhos e alimentos. Pedem às suas amigas para serem suas damas de honor, para que os espíritos não saibam distinguir quem é a noiva e não

as possam amaldiçoar. São levadas ao colo pelo noivo à entrada do quarto, onde passarão a noite de núpcias, porque, segundo um hábito romano, uma jovem prestes a perder a virgindade não deve profanar uma porta com o seu toque, de forma a não ofender Vesta, a deusa da virgindade.

Os humanos não gostam nada do número 13!

13 era o número de pessoas que se sentaram à mesa na última ceia de Cristo. Por essa razão, os mais supersticiosos nunca se sentam a uma mesa com esse número de pessoas, pois isso significaria que uma delas morreria. Quando se conjuga o 13º dia do mês com uma sexta-feira, ainda mais perigoso se torna, na medida em que associado à sexta-feira estão “só” acontecimentos como: a crucificação de Cristo, a tentação de Eva pela serpente e o início do dilúvio.

Mais descansada agora que percebeu que estas suas manias têm algum fundamento? Sente-se preparada para enfrentar um batalhão de extraterrestres indiscretos? O quê? Nunca se sabe se serão espíritos maus? Também há solução para isso: cruze o dedo médio sobre o indicador e ...

Revista Activa

Glossário

afinal: então; finalmente.

agoiro: mau presságio; vaticínio; o mal que se deseja a alguém.

alma: espírito.

altar: mesa onde se diz missa.

amaldiçoar: desejar o mal a alguém.

amuleto: objecto que as pessoas supersticiosas trazem consigo porque acreditam que têm a capacidade de afastar o azar e atrair a sorte.

canhoto: pessoa que executa com a mão esquerda tudo aquilo que a maioria faz com a direita.

casco: parte inferior das patas dos cavalos.

deturpado: modificado; mal interpretado.

dilúvio: inundação extraordinária.

enforcar: matar por estrangulamento em suspensão.

feiticeira: mulher que tem a capacidade de praticar magia e feitiçaria.

ferradura: peça em ferro com o formato em U que se adapta à parte inferior das patas dos cavalos.

núpcias: casamento

passas: bagos de uvas secas.

peculiar: especial; fora do normal.

pitada: um pouco.

podridão: estado do que está em decomposição; desmoralização; devassidão; vício.

presa: aquilo de que o animal se apodera para comer.

profanar: tratar com irreverência; fazer mau uso de.

Compreensão

a. Segundo o texto, qual é a origem da maioria das superstições?

b. Concorda com a autora quando ela afirma que:“(…) talvez nem seja tão surpreendente que uma sociedade céptica e com cada vez menos referências se agarre a superstições.”?

c. De todas as superstições referidas no texto quais as que lhe são familiares? Cite outras que sejam populares no seu país.

d. Imagine que alguém de fora, tipo extra-terrestre, lhe pedia justificação para determinadas expressões relacionadas com este tema. Pense em situações que se apliquem às que se seguem:

I. “*Lagarto, lagarto, lagarto.*”

II. “*Isola.*”

III. “*Diabo seja cego, surdo e mudo.*”

IV. “*Vira para lá essa boca.*”

V. “*Salvo seja.*”

Vocabulário

1. Selecciona a alternativa que melhor se aproxima da palavra assinalada:

Proferir	preferir	dizer	ensinar	referir
A Postos	vestidos	colocados	preparados	posicionados
Fundamento	justificação	função	fundição	afundamento
Remediar	melhorar	tratar	solucionar	alterar
Lacuna	lugar	falha	erro	problema
Atitudes	comportamentos	gestos	situações	cumprimentos
Meditados	repetidos	medidos	temidos	reflectidos
Ancestrais	antigos	ultrapassados	deturpados	tradicionais
Receio	temor	tremor	medo	susto
Céptica	duvidosa	incrédula	enganadora	crítica
Busca	cheira	traz	leva	procura
Derramar	entornar	deitar	levantar	derreter
Bem-Vista	boa-vista	bem-vinda	bem-considerada	bem-vestida

2. Escreva três palavras da mesma família das que se seguem:

a. tentar _____

e. assustar _____

b. provocar _____

f. chuvada _____

c. espiritual _____

g. amaldiçoar _____

d. morte _____

h. humano _____

3. Muitas palavras em português podem ter mais do que um significado. Escreva duas frases para cada palavra dada, de modo que elucide os diferentes sentidos.

a. sinistro

1. _____
2. _____

b. nós

1. _____
2. _____

c. tentar

1. _____
2. _____

d. fortuna

1. _____
2. _____

e. hábito

1. _____
2. _____

f. postos

1. _____
2. _____

g. passar

1. _____
2. _____

h. parto

1. _____
2. _____

4. Relacione os seguintes estrangeirismos com a explicação adequada:

1. <i>stand</i> (ing.)	a. cartaz para anunciar
2. <i>tourn�e</i> (fr.)	b. postigo ou lugar reservado num balcão para atendimento do público
3. <i>placard</i> (fr.)	c. erro ou engano inoportuno
4. <i>menu</i> (fr.)	d. motorista profissional
5. <i>guichet</i> (fr.)	e. encanto ou requinte
6. <i>hi-fi</i> (ing.)	f. delegao ou comissão
7. <i>boss</i> (ing.)	g. digressão de músicos ou actores para exibio de um espectáculo
8. <i>chauffeur</i> (fr.)	h. pretensioso, enfatuado
9. <i>cicerone</i> (ita.)	i. oficina de trabalho para artistas plásticos e arquitectos
10. <i>charme</i> (fr.)	j. conspirao contra alguém ou uma entidade
11. <i>complot</i> (ita.)	k. lugar onde são expostos determinados artigos com um objectivo comercial
12. <i>comit�</i> (fr.)	l. guia turístico ou intérprete
13. <i>atelier</i> (fr.)	m. chefe
14. <i>gaffe</i> (fr.)	n. aparelhagem de som
15. <i>snob</i> (ing.)	o. ementa num restaurante

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____

5. A vassoura ao contrário atrás da porta *serve para* mandar embora as visitas indesejadas, *mas também para varrer o chão*.

Muitos objectos domésticos têm uma utilidade específica. Veja se sabe para que serve cada um dos que se seguem:

- a. O aspirador serve para _____
- b. O martelo _____
- c. O fogão _____
- d. A gaveta _____
- e. A fritadeira _____
- f. O cinzeiro _____

- g. A estante _____
- h. A frigideira _____
- i. O estendal _____
- j. O ferro de engomar _____
- k. O forno _____
- l. A prateleira _____
- m. O berbequim _____
- n. A esfregona _____
- o. A pasta _____
- p. A varinha mágica _____
- q. O isqueiro _____
- r. O frigorífico _____

Gramática

1. Substitua a palavra sublinhada pelos pronomes de complemento directo ou indirecto ou ambos contraídos.

Exemplo:

Não iria querer deixar os extraterrestres sem resposta, pois não?
Não iria querer deixá-los sem resposta, pois não?

- a. Não deve haver ninguém que, depois de proferir alguma sentença azarenta, não procure desesperadamente um pedaço de madeira.

- b. Ao tocar na madeira, estamos assim a “isolar o mal”.

- c. Há duas justificações que dão força a esta ideia.

- d. Ora, quem derramasse sal estaria a destruir o símbolo da vida (...).

- e. Para o afastar, seria necessário atirar um pouco de sal directamente para a sua cara (...)

- f. Usam o vestido da mãe ou da sogra para atrair para si a mesma sorte.

- g. Pedem às amigas para serem suas damas de honor (...).

- h. São levadas ao colo pelo noivo à entrada do quarto, onde passarão a noite de núpcias (...).

- i. É talvez por isso que as pessoas canhotas não eram muito bem-vistas no passado.

- j. Para servir como amuleto, diz ainda a tradição que o elefante deverá ter a tromba para cima (...).

2.

A outra explicação tem a ver com o facto de há muitos séculos as escadas terem sido o instrumento utilizado para enforcar criminosos (...).

Complete as seguintes frases com: Infinitivo Pessoal Simples ou Composto, Pretérito Perfeito Composto do Conjuntivo ou Presente do Conjuntivo.

- a. Embora as superstições _____ (ser) um dos hábitos mais estranhos e irracionais, os seres humanos adoptaram-nas.
- b. Há muitos lugares onde se vendem amuletos para as pessoas _____ (afastar) o mal que as persegue.
- c. Caso eles não _____ (ouvir) dizer que passar por baixo de uma escada dá azar, não o vão evitar.
- d. Para que _____ (ter) sorte, deves atirar com sal para trás das costas quando te sentas à mesa!
- e. Confesso que eu gostava de _____ (ver) a cara da Luísa quando o gato preto se atravessou à frente dela ontem à meia-noite.

Conhecendo-te como te conhecemos, não é necessário _____ (dizer) que entraste no avião com o pé direito.

f. Eles só se vão embora depois de nós _____ (pôr) a vassoura virada para cima atrás da porta.

g. Ainda que vocês já _____ (comprar) um amuleto, aconselho-vos a _____ (ter) sempre um elefante, com a tromba virada para cima, de costas para a porta.

h. Ainda que hoje _____ (ser) sexta-feira 13, vou trabalhar no meu computador durante todo o dia.

i. É bem possível que eles nem _____ (reparar) no espelho partido na casa de banho.

VIOLÊNCIA INFANTIL

A culpa não é só da televisão

Célia Rosa

Serão os nossos filhos mais agressivos e violentos do que nós fomos quando éramos pequeninos? A resposta parece que é sim, mas as causas desta mudança não são de todo consensuais. De qualquer forma, está provado que a televisão tem a sua quota-parte de responsabilidade nos comportamentos mais violentos das crianças. A par da televisão, os especialistas da infância relembram que os pais delegam, cada vez mais, em terceiros, o acompanhamento e educação dos seus filhos. E o tempo que lhes sobra preenchem-no com a televisão. A Notícias Magazine sentou-se à frente do ecrã e conta-lhe o que viu e ouviu. Dos contos-de-fadas às figuras de acção, saiba o que mudou nas personagens e nas narrativas e conheça os heróis dos seus filhos. São todos super-qualquer coisa, não é?

Aos sábados e domingos de manhã o despertador não nos chateia, não precisamos de arrastar miúdos ensonados para fora da cama, não os vestimos à pressa, não temos pequenos-almoços para preparar e ajudar a tomar a tempo de entrarem pontualmente na escola, não precisamos de correr para o emprego. No fim-de-semana, podemos preguiçar, libertarmo-nos das rotinas e fazer apenas o que nos apetece no momento em que o desejamos. Ou então pensamos que podemos. Até ao dia em que acordamos sobressaltados com umas vozes agitadas ou entusiasmadas, às vezes acompanhadas por uns choros estridentes, que nos parecem vir da sala. Mas o que é que se passa? Pois é, as crianças já se levantaram - sabe-se lá há quanto tempo! - e, pé-ante-pé, dirigiram-se para o sofá mesmo em frente da televisão. E, a dada altura, decidiram encarnar uma qualquer personagem, saltam nos sofás, atiram-se para o chão, lutam uns com os outros, todos querem ser os “bons” e acabam ao estalo, entre brigas e choros.

Os pais que tiveram um despertar mais tardio podem crer que, por exemplo, até às 10h30 ou 11h00, as crianças já tiveram oportunidade de ver, entre outras, meia dúzia de séries de acção.

Por exemplo, *Os Morto-Ratos de Marte*, *Sailor Moon*, *Action Man*, *Spider Man* e os

Power Rangers. Isto, caso tenham optado pela programação da SIC, o que é provável, a fazer fê nas audiências. Caso tenham escolhido o espaço infantil do Canal I da RTP, as crianças tiveram um pouco mais de fantasia e uma menor dose de acção. Neste caso, é possível que se tenham entretido com *Bob e Bobette*, *O Coelho Verde*, *As Aventuras da Pequena Sereia*, *Os Mais Belos Contos da Europa* ou com *Reboot*, entre outras séries de animação.

Num caso ou noutro, é possível que nos intervalos tenham ficado com os olhos esbugalhados e o coração apertado quando lhes passaram pela frente as imagens de um *trailer* do filme de adultos - que pode ser de acção ou *suspense*, de terror ou erótico - que passava naquela noite. Isto, para já não falar da imensa e atractiva publicidade a bonecos, bonecas, figuras e figurinhas, cassetes-vídeo e afins, cujos *spots* terminam sempre com um apelativo “compre já”.

O que sabem os pais?

E daí, pergunta você? Por acaso, conhece a programação infantil que os seus filhos tanto apreciam e que os impede de dormir até um pouco mais tarde, aos sábados e domingos de manhã? E dos desenhos animados da tarde, o que é que sabe? É provável que já tenha pedido ao seu filho para fazer os deveres antes de se sentar em frente ao televisor, durante a

semana mas, por acaso, já teve o cuidado de ver os desenhos animados com ele? Sabe o que é que faz o *Power Ranger* vermelho que o seu filho tanto idolatra? Ou ainda, conhece os “maus” contra os quais lutam os *Power Rangers*? E, por acaso, sabe qual é o enredo do *Sailor Moon* ou da *Navegante da Lua* como os seus filhos provavelmente lhe chamam? E o que é que acha dos *Dragon Ball*? E do *Reboot*? Nunca teve interesse em conhecer John Smith ou outra personagem animada, ou de acção, que o seu filho goste de encarnar? E o que é que acha do vídeo de *Branca de Neve e os Sete Anões* ou do *Anãozinho Mágico*? Acha que as histórias infantis são todas parecidas? E os enredos? E as atitudes e comportamentos das personagens? E a moral das histórias? Tantas perguntas. Tantas respostas possíveis. De qualquer maneira, os especialistas da infância aconselham-nos a conhecer os heróis dos nossos filhos, por mais pequenos que eles ainda sejam.

Hoje em dia, os heróis das crianças já não são os príncipes, no caso dos rapazes, ou as princesas, no caso das raparigas, dos contos tradicionais que se perpetuaram, oralmente, de geração em geração. Para os rapazes, os heróis da actualidade são, quase sempre, personagens de acção que ganharam vida através das séries infantis emitidas na televisão, que se batem e se matam sem que percebamos porquê, que têm poderes superiores, e que se encontram à venda nas prateleiras dos hipermercados e das lojas de brinquedos. No caso das meninas, é curioso verificar que os seus brinquedos preferidos variam mais e correspondem a determinados ciclos comerciais - das *Barbies* aos *Nenucos* passando pelas recentes *Polipocket's*, por exemplo.

Saber até que ponto a televisão influencia ou modela os comportamentos das crianças e as torna mais agressivas, ou mesmo violentas, é um assunto complexo e polémico, mas apaixonante. E de acordo com vários trabalhos, que têm vindo a ser efectuados nas mais diversas partes do mundo, parece haver uma tese consensual: a televisão tem a sua quota-parte de responsabilidade nos comportamentos agressivos e violentos das crianças.

O pequeno ecrã não é, com certeza, factor único para explicar os actos de violência infantil, nem os comportamentos agressivos que ultrapassam os chamados padrões de normalidade (por mais latos que estes possam

ser). Mas, como diz o pedopsiquiatra Pedro Strecht, “a televisão veicula demasiados padrões violentos de comunicação e a programação infantil não é concebida de acordo com os verdadeiros interesses das crianças, mas sim de acordo com estratégias de *marketing*, de vendas e de audiências a que as crianças deveriam ser alheias.”

Para este médico, em virtude da mudança nas estruturas familiares, “as crianças passam muito tempo sozinhas com a televisão, vêem indiscriminadamente a programação e não têm ninguém que lhes faça filtro, que lhes explique o que está a acontecer, que converse com elas ou responda às perguntas sobre o desenrolar da história. A televisão é manifestamente má, mas os pais também sacodem a água do capote quando depositam os filhos em frente do ecrã e não lhes oferecem outras alternativas”.

No mesmo sentido aponta Maria João Pinho Pereira, na sua tese *Ver e ouvir os contos-de-fadas*: “A criança sente-se sozinha na sua própria casa, mesmo que esteja rodeada de pessoas que ela conhece bem. A presença de um adulto quando a criança está a ver um programa é indispensável para que lhe possa ser transmitida segurança física e psicológica, como acontece nos contos-de-fadas. À televisão não pode ser atribuído o papel de *baby-sitter*.”

A assimilação da violência

De acordo com um estudo elaborado pelo Centro Nacional da Infância, e publicado na revista *Science & Vie*, são quatro os processos de assimilação e de integração da violência veiculada pela televisão. O primeiro é a imitação e resulta da identificação da criança com uma personagem cujo comportamento copia ou cujas opiniões adopta. Depois, temos a impregnação, ou seja, a criança não escolhe racionalmente o seu modelo ou ídolo, antes o assimila de uma forma inconsciente. Outro processo é a chamada desinibição e significa que, perante a habituação a determinadas imagens, ela resolve reproduzi-las em actos. Por fim, temos a dessensibilização já que as crianças, condicionadas pela repetitividade dos actos violentos, deixam de se emocionar com eles e passam a considerá-los normais.

Pedro Strecht relembra que os efeitos negativos da televisão não se reflectem do mesmo modo em todas as crianças e, para se criar esta diferença, é muito importante o papel dos pais: “Alguns miúdos assimilam as imagens sem que tenham quaisquer padrões de

referência porque os pais se demitiram de lhes dar o seu afecto. É o que se passa com muitos filhos de pais separados, ou com os filhos de pais super-ocupados que delegam em terceiros o acompanhamento das crianças (hoje, estes terceiros já não são os avós, são quase sempre os infantários ou as empregadas). Estas crianças passam muito tempo sozinhas, crescem com muito pouca afectividade, com os tempos livres completamente preenchidos por actividades várias. O tempo que lhes sobra é passado em frente do televisor e não aprendem a “brincar”. O médico faz questão de enfatizar que “o acompanhamento dos adultos no processo de crescimento dos filhos é fundamental para medir a agressividade natural das crianças. Só assim é possível aprender a conter, a elaborar e a transformar essa agressividade”. Uma ideia que é cada vez mais importante pois, além da violência natural e espontânea que já existe em cada um de nós e na sociedade, agora ainda temos de nos confrontar com a comunicação violenta divulgada pelos *media*.

A presença ou ausência dos pais condiciona a forma como é apreendida ou interiorizada a violência das séries televisivas e explica, em parte, porque é que esta se reflecte mais numas crianças do que noutras: “Numa época em que os modelos familiares se alteraram e em que as crianças são deixadas a ver televisão sozinhas, sem filtro dos pais, os comportamentos mudaram. Os heróis dos contos tradicionais, que preencheram o imaginário de muitas gerações, foram trocados por super-heróis cheios de poder mas completamente vazios por dentro. Outro dia, uma criança dizia-me que gostava muito de uma determinada série e quando lhe perguntei porquê, ele disse-me: ‘é que os bons têm um poder espectacular, esmigalham crânios’. Então e os maus?, perguntei-lhe. A resposta não tardou: ‘o mau chama-se Apocalipse e engole-os todos’”, conta o psiquiatra infantil.

Do conto tradicional às séries de acção

No conto tradicional “narram-se situações que nos são apresentadas como se se tratassem das mais comuns, ou seja, que poderiam ter acontecido a qualquer um de nós. Os sentimentos expostos são tão vulgares como o ciúme, a inveja, a teimosia. São histórias optimistas, sempre com um final feliz, projectando uma felicidade vulgar que se

atinge com a sabedoria”, como refere Maria João Pereira na tese referida.

Por outro lado, quem conta o conto ou lê a história é, geralmente, um adulto muito próximo da criança e esta presença “dá-lhe uma certa estabilidade, o que já não acontece quando vêem televisão”, refere Pedro Strecht. E Maria João Pereira acrescenta: “De acordo com a psicanálise, a criança identifica-se com o herói (do conto), não porque ele é belo e bom, mas sim porque se identifica com as suas dificuldades.

A vitória do herói, no final, promove a moralidade porque a criança se identifica com ele. Ao haver esta identificação, ela vai poder resolver o seu conflito em simultâneo com o herói. Ou seja, é o destino do herói que vai dar confiança à criança”. Os heróis da actualidade, mesmo aqueles a que as crianças chamam “os bons” e que são bons porque “esmigalham” os maus, são-lhes impostos por técnicas agressivas de *marketing* e vendas.

É verdade que nem a vida das crianças, nem as nossas, são sempre calmas e pacíficas ou preenchidas só por coisas boas. Na imaginação das crianças também habitam pesadelos, medos, angústias e agressividade. Mas estes sentimentos precisam de ser “trabalhados”. “É através dessa função reparadora que a criança aprende, desde cedo, a viver em sociedade”, relembra Pedro Strecht.

Saber onde termina a ficção ou fantasia e começa a realidade é algo nem sempre claro para algumas crianças. O papel dos adultos, do pai e da mãe, também a este nível é fundamental. O psiquiatra relembra a morte da criança norueguesa, de cinco anos, assassinada em Novembro de 1994 por dois outros meninos de seis anos, que se referiram posteriormente às *Tartarugas Ninja* e esclarece: “Julgo que os meninos noruegueses confundiram fantasia com realidade e isto é cada vez mais comum. Repare-se que antigamente as crianças brincavam aos índios e *cowboys*, aos polícias e ladrões, aos médicos, às donas-de-casa. Hoje, os meninos dizem ‘eu sou o Super Man’, ou ‘sou o homem-aranha’ e por fora”. Para o médico, a capacidade de representação e a elaboração do simbólico está a alterar-se e a televisão, aliada ao modo de vida urbano, tem a sua quota-parte de responsabilidade.

Glossário

alheias: desconhecidas.

apelativo: diz-se daquilo que chama a atenção; atractivo.

brigas: zangas.

chateia: diz-se daquilo que aborrece, que causa incómodo.

delegar: dar a alguém a faculdade de agir em seu próprio nome; incumbir; encarregar.

enredo: conteúdo ou trama de uma história.

ensonado: com sono; sonolento.

esmigalhar: tornar em pedaços, em migalhas.

estalo: acto de bater com a mão aberta na cara de alguém.

estridente: aquilo que produz um som agudo e desagradável.

filtro: coador; diz-se daquilo que serve para purificar e clarificar um líquido.

idolatrar: adorar algo ou alguém em proporção desmesurada.

mediar: intervir acerca de um assunto de terceiros a fim de os ajudar a resolver.

olhos esbugalhados: olhos muito abertos de surpresa.

perpetuar: continuar no tempo para sempre.

preguiçar: acto voluntário de não fazer nada.

quota-parte: uma parte de.

veiculada: introduzida; difundida; transmitida.

Compreensão

1. *“O pequeno ecrã não é, com certeza, factor único para explicar os actos de violência infantil, nem os comportamentos agressivos que ultrapassam os chamados padrões de normalidade (por mais latos que estes sejam)”*.
Concorda com esta afirmação? Justifique.

2. Explique a ironia implícita no verbo depositar quando se diz que os pais também sacodem a água do capote quando *depositam* os filhos em frente do ecrã e não lhes oferecem outras alternativas.

3. Caracterize os quatro processos de assimilação e de integração da violência veiculada pela televisão que foram publicados pela revista *Science & Vie*:

Processos de assimilação			
<i>imitação</i>	<i>impregnação</i>	<i>desinibição</i>	<i>dessensibilização</i>

4. Em que medida é que, na sua opinião, o papel do adulto é fundamental para ajudar a criança a compreender onde termina a ficção ou a fantasia? Dê algumas sugestões.

Vocabulário

1. Explique o significado das expressões sublinhadas substituindo-as por outras equivalentes.

a. A par da televisão, os especialistas da infância lembram que (...).

b. (...) os pais delegam, cada vez mais, em terceiros, o acompanhamento e educação dos seus filhos.

c. (...) todos querem ser os “bons” e acabam ao estalo (...).

d. (...) é possível que nos intervalos tenham ficado com os olhos esbugalhados e o coração apertado (...).

e. (...) para já não falar da imensa e atractiva publicidade a bonecos, bonecas, figuras e figurinhas, cassetes-vídeo e afins (...).

f. O pequeno ecrã não é (...).

g. (...) a televisão veicula demasiados padrões violentos de comunicação e a comunicação infantil não é concebida de acordo com (...).

h. O médico faz questão de ênfatizar que (...).

i. Mas estes sentimentos precisam de ser “trabalhados”.

2.

As crianças já se levantaram e, pé-ante-pé, dirigiram-se para o sofá mesmo em frente da televisão.

Pé-ante-pé é uma das muitas expressões em que entra uma parte do corpo.

Complete as expressões que se seguem com uma das palavras do quadro e faça uma frase exemplificativa do seu significado.

o braço / a língua / cotovelo / a barriga / pé / dentes / olhos / o nariz / a mão / cotovelos / a boca / ouvidos / cabeça

a. do pé para _____.

b. de _____ atrás.

c. sem pés nem _____.

d. ter _____ a dar horas.

e. fazer _____ de mercador.

f. falar pelos _____.

g. num abrir e fechar de _____.

h. ter dor de _____.

i. com _____ na botija.

j. dar com a língua nos _____.

l. dar a _____

m. bater com _____ na porta.

n. dar _____ a torcer.

3. *Mas os pais também sacodem a água do capote*

Encontre as expressões idiomáticas apropriadas juntando um elemento da coluna da esquerda com outro da direita.

a. passar	1. os pontos nos ii.
b. trazer	2. a sete pés.
c. pôr	3. a mostarda ao nariz.
d. roer	4. pelas brasas.
e. chegar	5. água no bico.
f. meter	6. a casaca.
g. virar	7. a corda.
h. dar	8. aos arames.
i. fugir	9. a viola no saco.
j. ir	10. água pela barba.

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____
- f. _____
- g. _____
- h. _____
- i. _____
- j. _____

Gramática

1. "A presença de um adulto quando a criança está a ver um programa é indispensável para que lhe possa ser transmitida segurança física e psicológica."

Também podemos dizer:

"A presença de um adulto quando a criança está a ver um programa é indispensável para que lhe possa transmitir segurança física e psicológica."

Transforme as seguintes frases de Voz Activa em Voz Passiva ou vice-versa.

a. Aos sábados e domingos de manhã o despertador não nos chateia.

b. Caso tenham escolhido o espaço infantil do Canal 1 da RTP, as crianças terão tido um pouco mais de fantasia e uma menor dose de acção.

c. Os especialistas da infância aconselham-nos a conhecer os heróis dos nossos filhos.

d. Vários testes sobre o comportamento infantil terão sido efectuados por psicólogos .

e. A televisão veicula demasiados padrões violentos de comunicação.

f. A programação é vista indiscriminadamente pelas crianças.

g. Talvez as crianças sejam violentamente prejudicadas pela televisão.

h. Geralmente era um adulto que contava o conto.

i. A televisão tem alterado a capacidade de representação e elaboração do simbólico.

j. Embora os pais informassem os filhos sobre a programação a ver, os media não ajudavam.

2. *Por mais pequenos que eles sejam...
Caso tenham escolhido o espaço infantil...*

Conjuguem o verbo no Presente do Conjuntivo ou Pretérito Perfeito Composto do Conjuntivo.

- a. Por mais que os educadores _____ (tentar) explicar aos filhos os malefícios de certos programas, eles nem sempre são receptivos aos conselhos.
- b. Embora _____ (haver) muitas famílias consensuais quanto à educação dos filhos, outras, por absorvência das suas carreiras profissionais, não pensam que este assunto _____ (merecer) tanta importância.
- c. É pena que muitos jovens não _____ (ter) muita informação sobre certos valores quando eram crianças.
- d. Tomara que os media _____ (modificar) a sua componente lúdica relativamente à programação infantil.
- e. Embora os psicólogos já _____ (dar) várias palestras, o assunto ainda não está esgotado.
- f. Só esperamos que _____ (surgir) certas restrições legais à emissão televisiva e cinematográfica de alguns filmes de desenhos animados.
- g. Por mais que eles _____ (esforçar-se), não conseguiram alcançar os objectivos propostos.
- h. É triste que a situação _____ (chegar) a este ponto.
- i. Não achamos que só os pais _____ (ter) a obrigação de proteger os filhos da violência por parte do pequeno ecrã.
- j. Deus queira que os jovens que assistiram, durante anos, a filmes tipo *Dragon Ball*, não _____ (sofrer) grandes sequelas

3. “Serão os nossos filhos mais agressivos e violentos do que nós fomos quando éramos pequeninos?”

Na língua portuguesa o Futuro pode ser usado na sua forma simples para:

- expressar dúvida, como no exemplo;
- referir uma acção futura.

No entanto, também pode ser usado na sua forma composta para referir três situações bem diferentes:

- acção futura anterior a outra também futura;
- expressar dúvida sobre uma acção no passado.
- falar de factos passados, mas não confirmados. É o caso frequentemente utilizado na linguagem jornalística.

Complete as frases com o Futuro Imperfeito ou o Futuro Perfeito Composto.

- a. O que é que _____ (acontecer) às pessoas que se recusaram a participar no debate de ontem à noite?
- b. Quem _____ (estar) presente na última sessão?
- c. _____ (ir) aparecer mais filmes deste género?
- d. Quando os pais chegarem a casa depois de um longo dia de trabalho, os filhos já _____ (ver) toda a programação adequada à idade deles e não só.
- e. No próximo mês _____ (haver) uma campanha de informação, sobre violência infantil, junto às escolas secundárias do país.
- f. Todas as pessoas _____ (poder) pôr questões aos vários participantes.
- g. _____ (ser) que não temos, todos nós, um pouco de culpa sobre o que se está a passar a este nível?
- h. _____ (ter) eles todas as responsabilidades?
- i. Nós não sabemos o que _____ (provocar) aquela reacção por parte das crianças norueguesas.
- j. Pensa-se que algumas famílias nórdicas, a partir do acidente, _____ (boicotar) a emissão de certos programas infantis.

4. Encontre o adjectivo apropriado ao substantivo dado.

- a. a responsabilidade _____
- b. a educação _____
- c. a rotina _____
- d. a água _____
- e. a segurança _____
- f. o princípio _____
- g. a desinibição _____
- h. o afecto _____
- i. o crescimento _____
- j. a agressividade _____
- l. a violência _____
- m. a ausência _____
- n. a televisão _____
- o. a estabilidade _____
- p. o conflito _____

Temas para discussão

1. Diz-se no artigo que:

“ (...) em virtude da mudança nas estruturas familiares, as crianças passam muito tempo sozinhas e não têm ninguém que lhes faça filtro, que lhes explique o que está a acontecer, que converse com elas ou responda às perguntas sobre o desenrolar da história.”

- Reflecta sobre a influência que a evolução social e as estruturas familiares têm sobre esta situação.

Que tipo de filtro será adequado fazer sem cair no exagero?

2. *“(...) além da violência natural e espontânea que já existe em cada um de nós e na sociedade, agora ainda temos de nos confrontar com a comunicação violenta divulgada pelos media.”*

- Reflecta sobre a necessidade de se proceder ou não à censura da violência na televisão (não só nos filmes e nos desenhos animados, mas também nas notícias e nas reportagens).

3. Acha que a violência está ausente nos contos tradicionais? Se não, analise o tipo de violência presente e compare-a com a actual.

Qual o conto que mais o marcou quando era criança e porquê?

Linhas SOS VOZES QUE SABEM OUVIR

Sentem, Ouvem, Socorrem – As linhas SOS estão nas primeiras páginas da lista telefónica e na vida de muitas pessoas. Do outro lado da linha, gente como nós está disponível para sugerir, esclarecer, aconselhar, mas, acima de tudo, para ouvir. Estão lá para ouvir, mas também ficavam felizes se conseguissem engrossar a sua lista de voluntários.

Clara Soares

Está? – nem sempre está uma voz do outro lado da linha. O atendedor de chamadas é, por vezes, inevitável, já que “a funcionar 24 horas por dia só mesmo o 115”. Ironicamente, a maior parte das linhas SOS funciona apenas em certos períodos do dia – alguns equivalentes ao horário de expediente que não são sequer os de maior risco – e vive do trabalho de voluntários com formação específica. Quase todos estes serviços de atendimento pediram uma Linha verde (grátis para quem telefona), mas apesar disso só subsistem graças ao esforço e dedicação de quem persiste em ajudar os outros.

A vida por um fio

Ao Telefone da Amizade, a primeira linha a existir em Portugal, vão parar anualmente dez mil chamadas telefónicas. A solidão é a principal razão que leva as pessoas a discar o número, mas há também muitas chamadas provocadas por problemas relacionais e familiares. Em menor número, mas ainda assim relevantes, aparecem as questões associadas à perda ou ao luto de pessoas próximas. As mulheres são as grandes utilizadoras deste serviço, vocacionado para dar apoio a situações de angústia, solidão e para a prevenção do suicídio, que aparece em 24 por cento dos casos. Quem os atende

são, maioritariamente, jovens universitários em regime voluntário, com formação em atendimento feita por escutantes com mais experiência. “O trabalho de aconselhamento e de apoio emocional é muito exigente; nem todas as pessoas têm capacidade e disponibilidade para ouvir o sofrimento dos outros”, confessa Nuno Lima, um dos responsáveis pela Associação Telefone da Amizade, no Porto.

Ligado aos Samaritanos de Londres, o projecto vive à custa dos sócios, que pagam mensalmente 400 escudos. Hoje, continua a ser o serviço de apoio telefónico com o horário mais alargado a nível nacional e dispõe de uma Linha Verde, que tem sido muito solicitada por jovens de ambos os sexos, com vários problemas e maior risco de suicídio: “Pensámos até em alargar o horário de funcionamento do serviço, mas isto implica despesas que a Associação não pode comportar. Ainda estamos à espera do apoio pedido há muitos anos à Segurança Social”.

O aconselhamento para a prevenção do suicídio funciona também em Viseu (SOS-Palavra Amiga) e Coimbra (SOS-Telefone Amigo), sendo mais utilizado a partir do fim da tarde e à noite, e ainda nos períodos que antecedem épocas festivas ou dias de lazer.

Em Lisboa, o SOS-Voz Amiga funciona pela madrugada dentro, e conta com voluntários treinados pela Liga Portuguesa de Higiene Mental. Torna-se voluntário quem “sente uma profunda necessidade de fazer alguma coisa pelos outros, tem um desejo sincero de querer dar, e possui disponibilidade para, de forma anónima, comunicar tão profissionalmente quanto a situação telefónica o permita”, revela uma voluntária desta linha. Ainda que este espírito reúna na equipa pessoas que vão desde estudantes até idosos, o certo é que os voluntários não são em número suficiente para responder às solicitações, “talvez porque a linha não seja conhecida por pessoas que poderiam contribuir para

assegurar o serviço regularmente”. Esta é, aliás, uma situação comum a boa parte das linhas SOS. Ainda assim, conseguem muitas vezes ser “o fio que prende á vida” em situações de risco emocional, de desespero, e nas quais é vital poder desabafar ou, simplesmente, sentir a presença de alguém do lado de lá da linha (situação por vezes manifestada através das chamadas silenciosas, em que quem liga não fala, mas também não desliga).

Intimidade anónima

O contacto telefónico tem algumas vantagens: não vemos o outro, nem a expressão do seu rosto, nem os seus gestos ou a forma como se veste. Ao telefone, apenas se comunica com a voz: as pausas, o tom em que são ditas as palavras, o ritmo da respiração, são pistas que falam por si. Daí, que o que não se diz ou a forma como é dito – e ouvido (é difícil fingir ao telefone!) – possam revelar muito de cada pessoa, logo no primeiro contacto. O anonimato das linhas telefónicas de aconselhamento e apoio, aliado à capacidade de saber ouvir (escutar activamente o outro), permite uma intimidade descomprometida, o que torna possível falar abertamente de coisas que, frente-a-frente, não se teria coragem de dizer.

As linhas da APAV, a Associação Portuguesa de Apoio à Vítima, são outras que preenchem estes requisitos. Há sete anos que as solicitações têm vindo a crescer: “Quem telefona quer apoio emocional, alguém que seja capaz de ouvir de modo compreensivo e solidário, alguém com quem se possa desabafar, o que vai sendo cada vez mais raro nos dias que correm”, garante João Lázaro da APAV: “Por telefone, as pessoas são capazes de contar o que as incomoda, o que as faz sofrer. Pedem, cada vez mais, conselhos práticos para lidar com situações de violência familiar (agressões e maus tratos), fazem perguntas do tipo “Quais são os meus direitos?”, “A que porta vou bater?”, “Como posso fazer queixa desta pessoa?”. O nosso apoio centra-se sobretudo nas atitudes das pessoas. Conversamos com elas – a maioria é do sexo feminino – mas nunca decidimos por elas. Aliás, as pessoas que telefonam

procuram gente descomprometida, que não esteja sempre a dizer “Sim”, mas antes que oiça e aconselhe. Até porque cada vez mais as pessoas têm a noção que possuem direitos e querem saber como exercê-los, já não ficam caladas”. No espaço de tempo de uma chamada – que pode ir de cinco minutos até meia hora – muita coisa pode mudar, e é frequente passar-se da voz sem rosto para o encontro cara-a-cara: boa parte das pessoas que liga quer informação específica para o seu caso, e os voluntários, geralmente licenciados que vão do Direito à Psicologia, convidam quem liga a aparecer no gabinete para que assim seja possível dar-lhes um apoio mais personalizado. São os crimes contra as pessoas, contra a sua dignidade humana, que estão em jogo nos casos que entram em linha: violações, abusos físicos e psicológicos, homicídios e outras formas de violência. E as vítimas dessas situações precisam geralmente de um apoio jurídico, médico e psicológico que lhes permita vencer os medos e fazer vingar os seus direitos.

Consciência Social, precisa-se!

O aconselhamento facultado pela APAV processa-se apenas no horário de expediente, mas a hipótese de alargamento desta ajuda profissional específica e gratuita abrigaria a um esforço financeiro que a Associação não pode assegurar. Este serviço é prestado em vários gabinetes de apoio (Lisboa, Porto, Cascais, Setúbal, Vila Real, Vila do Conde e Loures), mas aguarda mais ajudas do Estado para poder expandir-se: “Temos associados singulares e empresas, mas quando precisamos de divulgar as nossas actividades recorremos aos patrocínios...”. O mecenato social poderia ser utilizado pelas pessoas e empresas com mais frequência, apesar de sabermos que também não há grandes contrapartidas fiscais. “Mesmo assim”, diz João Lázaro, “acho que há uma falta de consciência social por parte das empresas e, até, a noção do prestígio que podem ter se apoiarem iniciativas destas. Por exemplo, a nossa congénere sueca é financiada pelo ramo segurador”.

Sida: partilhar experiências

Novos dramas sociais levam à criação de novas linhas. O número crescente de casos de Sida e todos os estigmas ligados a essa doença, levou a que as associações que trabalham de perto com as suas vítimas sentissem a necessidade de criar linhas telefónicas de apoio. Neste momento existem três: duas financiadas pelo Estado (**Linha Sida e SOS Sida**) mas que, apesar disso, continuam a funcionar apenas em horários parciais. O que, aliás, merece a crítica da **Associação Abraço**, que decidiu abrir também, uma linha para pessoas com HIV/Sida: “Não temos soluções para as coisas. Tentamos encaminhar as pessoas, na medida do possível”, explica Maria José Campos, da **Abraço**. Muitos casos têm a ver com solidão. Às vezes, as pessoas começam por exprimir dúvidas na terceira pessoa, depois falam sobre o que as preocupa, e é muito frequente irem além do simples contacto telefónico. Os voluntários, que recebem conhecimentos técnicos e no campo da prevenção, convidam quem estiver interessado no atendimento pessoal a dar um salto à Rua da Rosa, em Lisboa, sempre que seja preciso encaminhar as pessoas, tratar de burocracias, etc. “Uma das nossas vantagens é termos seropositivos na linha de atendimento telefónico: são eles, melhor que ninguém, perceber o que sente quem telefona e dizer a coisa certa no momento certo. E, para quem telefona, faz toda a diferença saber que não são um caso único e que quem está do outro lado não fala de cor...”, afirma esta médica. Nestes casos, o que se deseja é uma relação de igual para igual, o que nem sempre se consegue com técnicos especializados: “Nós temos grupos de auto-ajuda, que acabam por ter um papel decisivo no apoio prestado a quem nos procura. É uma coisa que começou no nosso País com os Narcóticos Anónimos e os Alcoólicos Anónimos, e que tem tido muito bons resultados noutros países. Nós, portugueses, não somos culturalmente dados a falar de nós com quem não conhecemos, mas já se começa a mudar a esse nível”. Tanto assim é, que na **Abraço** existem familiares de pessoas que já faleceram mas que, depois disso, mantiveram o seu apoio como voluntários. O mesmo sucede com gente que começou por pedir apoio e que agora está a

apoiar outros, depois de ter recebido formação na Associação.

Teledependentes

Ficar “agarrado” ao telefone para aquele “empurrão emocional” é coisa que nenhuma das linhas SOS encara de modo pacífico e condescendente. E afinal, quem é que já não deu consigo a pegar no telefone para matar a solidão ou o tempo, para quebrar a tensão ou afastar certos medos, apenas para ter companhia. A falta de familiaridade com vizinhos, a distância geográfica entre familiares e os estilos de vida praticados nas grandes cidades – demasiado apressados, muitas vezes sem espaços de convívio – resultam em vidas mais desgarradas, em que é difícil ter a sensação de pertença, tão importante ao equilíbrio emocional. Às vezes, diante de uma situação crítica, o que pode estar mais à mão é mesmo uma linha SOS. A experiência pode ser tão positiva, e o vazio tão grande, que voltam a ligar: uma, duas ou dez vezes, aquelas que a alma pede. Muitas vezes, não há vozes alternativas para ouvir, e corre-se o risco de ficar dependente de uma voz em linha, de um número de telefone que faz tão bem ou melhor que um comprimido!: “Sempre que se ultrapassa a fronteira – o que não é muito comum, mas também acontece – procura fazer-se com que a pessoa perceba a dependência em que está a cair e tome decisões suas, autonomamente”.

Quando o problema é a droga

A **Linha Vida** e o **Centro das Taipas** recebem, não raras vezes, pessoas verdadeiramente desesperadas, quase sempre familiares de consumidores de drogas. O objectivo é ajudar a pessoa a ver a situação sob outros ângulos, a pensá-la e a senti-la de outra maneira, a dar-lhe informação que necessita para poder lidar com problemas que nem sempre conhecem bem. Estão igualmente disponíveis para informar quem deseja saber mais sobre abuso das drogas, porque já experimentou e tem medo da dependência, ou para quem está já completamente dependente e, eventualmente, quer deixar de o ser. O encaminhamento de casos agudos, a apreciação de alternativas de acção, ou a

escuta silenciosa podem mudar a vida a quem liga, apenas porque não guarda um problema que pensa ser o maior da sua vida só para si: “Ultrapassar barreiras e admitir que o problema existe, e que podemos falar anonimamente com quem sabe o que está a fazer, é muito mais importante do que eu pensava. Passou-se comigo, e nunca admiti que tinha um problema, até não ser capaz de voltar atrás sozinho”, conta um ex-toxicod dependente, que também pertence aos Narcóticos Anónimos: “Para mim, o primeiro contacto com as linhas de ajuda foi decisivo – o primeiro impulso que tive ao ligar foi desligar, mas controlei-me. Afinal, ninguém estava a ver-me... e além disso, estava farto de andar às voltas sozinho, precisava falar com alguém, alguém que eu não soubesse à partida o que iria dizer, provavelmente antes mesmo de eu acabar de falar... foi com se eu tivesse entrado num confessionário e assumisse perante mim mesmo que tinha que tinha contas para ajustar, que agora o importante era descobrir como”.

Em nome de uma condição

Serviços como o **SOS Racismo**, **SOS Criança** ou **SOS Grávida** provam que é possível abrir mais portas e ir ao encontro dos novos problemas sentidos pelas pessoas.

A **SOS Racismo** pretende apoiar gente que se sinta discriminada pela raça, fornecendo informação jurídica e dando o apoio possível a quem eles recorre. Pretendem também servir de fonte de informação a toda a gente que se interessa pelo estudo dos problemas de xenofobia, nomeadamente alunos de escolas e liceus. Frisam bem que não estão ali para proteger algumas raças mas para atender todos os casos de racismo, sejam eles de brancos contra negros ou de negros contra brancos, etc., etc. O seu trabalho é particularmente complicado, já que em termos legais é sempre difícil provar que se trata de um acto de violência ou discriminação baseado na cor. A **SOS Criança** é uma das mais antigas, e a ideia é que através dela as crianças possam pedir ajuda nas situações em que são vítimas de violência psicológica ou física, de solidão ou de abandono. E, ainda, que todos os adultos

que conhecem casos de maus tratos infantis possam – com a cobertura que o anonimato lhes permite – denunciá-los, tornando possível ir ao encontro dessas famílias, tomando as medidas que no caso de menores assumem sempre um carácter urgente. Graças a esta linha, dezenas e dezenas de crianças já viram a sua situação melhorada. Quem as atende, para além de as saber ouvir, sabe indicar a quem é que pode recorrer, coordenando depois os diversos serviços públicos existentes, de forma a que se socorram os casos mais urgentes.

A linha **SOS Grávida** surgiu de um desejo de ajudar as mulheres (muitas ainda adolescentes!) que têm dificuldade em assumir ou levar até ao fim uma gravidez. A sua filosofia é mais ou menos esta: de que serve defender a vida, se depois não há ninguém que apoie e encaminhe as mulheres que, à espera de um filho, foram expulsas de casa pelos pais, são ameaçadas pelos maridos ou, pura e simplesmente, não têm os meios económicos que lhes permitam sustentar a criança? Funcionado em articulação com outras instituições, e com um núcleo próprio de médicos, psicólogos, advogados e outros técnicos, tem possibilidades de orientar as mulheres em desespero. É por isso que o telefonema se pode ficar apenas por um telefonema ou pode desaguar na marcação de uma ida à sede para uma acompanhamento mais próximo.

A verdade é que todas elas, com mais ou menos apoio do Estado, proporcionam, de forma profissional, apoio emocional e pistas para agir sem ficar perdido no imenso mar da burocracia, ou no meio do simples desconhecimento.

Por isso, da próxima vez que se sentir sozinho ou com um problema que não consegue resolver, não desespere. Abra as primeiras páginas da lista telefónica e não hesite... Mas, se sente que a sua vocação é para ouvir e apoiar, não hesite também – a maioria destes serviços ficará mais do que feliz de encontrar um novo voluntário!

Revista Notícias Magazine

Glossário

- *115: número nacional de emergência, actualmente 112.
- abuso: uso excessivo; mau uso.
- aliado a: em conjunto com.
- ameaçar: intimidar.
- barreira: obstáculo.
- confessionário: lugar na igreja, próprio para se confessar; local onde se fazem confidências.
- congénere: do mesmo género ou grupo; idêntico.
- contrapartida: compensação.
- dar um salto a: ir rapidamente a; ir por um curto período de tempo.
- desabafar: falar de problemas que nos atormentam.
- desaguar em: acabar em.
- desgarrado: sozinho; isolado.
- discar: marcar.
- divulgar: contar; revelar.
- encaminhar: aconselhar um caminho ou um modo de actuação.
- engrossar: aumentar.
- escutante: aquele que escuta, que ouve.
- estigma: marca.
- falar de cor: falar sem saber.
- frisar: sublinhar; acentuar; sublinhar; dar ênfase.
- graças a: por causa de; devido a.
- horário de expediente: o horário normal de trabalho ou de funcionamento.
- lazer: o tempo livre.
- lidar com: tratar com; relacionar-se com.
- lista telefónica: livro de consulta que inclui uma listagem dos números de telefone dos assinantes de uma determinada cidade.
- luto: situação de pesar resultante da morte de alguém querido.
- madrugada: período que antecede o nascer do sol.
- mecenato: protecção dispensada às artes e às letras por pessoas ricas.
- não ser dado a : não ter tendência para; não gostar de.
- patrocínio: ajuda ou apoio financeiro visando a concretização de algo.
- pista: o indício, o sinal.
- por um fio: por pouco.
- rosto: a cara.
- seropositivo: pessoa portadora do vírus da SIDA.
- sustentar: manter; pagar a subsistência; defender uma ideia ou teoria.
- violação: acto de ter relações sexuais à força; abusar sexualmente de alguém.
- vital: fundamental.
- vocacionado: com vocação; com inclinação; com predisposição; com tendência.

Compreensão

1. Enumere algumas das razões que levam as pessoas a procurar a linha do Telefone da Amizade. Porque acha que são as mulheres as grandes utilizadoras desta linha?

2. Quais são os requisitos para voluntário destas linhas e qual o seu papel?

3. Estas linhas trabalham em articulação com outras instituições ou outros profissionais? Quais?

4. Complete o seguinte quadro:

	APAV	SOS-Voz Amiga	Telefone da Amizade	Linha Vida	Linha Sida	SOS Racismo	SOS Criança	SOS Grávida
público alvo								
objectivo								
modo de actuar								

5. Porque é que, por vezes, se torna mais fácil para as pessoas recorrerem a estas linhas?

6. Quem financia estas linhas? O apoio que lhes é dado é suficiente? Justifique.

Vocabulário

1. “A vida por um fio”.

A palavra *fio* serve de base para muitos verbos. Procure na coluna da direita o significado adequado para cada verbo.

- | | |
|---------------|---|
| 1. fiar | a) desfazer em fios; relatar minuciosamente |
| 2. desfiar | b) provocar; desinquietar |
| 3. enfiar | c) não ter confiança |
| 4. desafiar | d) fazer passar um fio por; pôr dentro |
| 5. confiar | e) ter confiança |
| 6. desconfiar | f) afagar; alisar com a mão a barba ou o bigode |
| 7. cofiar | g) reduzir a fio; dar crédito |
| 8. afiar | h) aguçar |

2. Escreva frases equivalentes, de modo a clarificar o significado das seguintes expressões:

a. (...) “a funcionar 24 horas, só mesmo o 115”.

b. (...) “funciona apenas em certos períodos do dia - alguns equivalentes ao horário de expediente que não são sequer os de maior risco” (...)

c. “Ficar “agarrado” ao telefone para aquele empurrão emocional”.

d. “Às vezes, diante de uma situação crítica, o que pode estar mais à mão é mesmo uma linha SOS”.

e. “Afinal, ninguém estava a ver-me (...) e além disso estava farto de andar às voltas sozinho”.

f. (...) “os adultos que conhecem casos de maus tratos infantis podem, com a cobertura que o anonimato lhes permite, denunciá-los” (...)

3. Transforme os seguintes adjectivos em verbos, utilizando os prefixos: *en/es/em/re/a*. Não se esqueça que, por vezes, terá que alterar a palavra.

próximo	_____	rico	_____
seguro	_____	belo	_____
profundo	_____	perfeito	_____
ligeiro	_____	claro	_____
quente	_____	direito	_____
curto	_____	mole	_____
liso	_____	macio	_____
largo	_____	novo	_____
grosso	_____	velho	_____
doce	_____	Vazio	_____

a) Tente fazer uma frase com cada um dos verbos encontrados.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____
16. _____
17. _____
18. _____
19. _____
20. _____

3. Com as letras que formam as palavras dadas, construa três novas palavras, independentemente do número de letras que as formam.

engrossar

voluntários

necessidade

aconselhamento

descomprometida

anonimato

Gramática

1. Preposições de regência verbal

Complete as frases seguintes, inserindo a preposição adequada, se necessário contraindo-a com o artigo, conforme o exemplo.

Pedem, cada vez mais, conselhos práticos, para lidar com situações de violência familiar.

- a. Mais dia, menos dia, todas estas pessoas acabam _____ recorrer a uma destas linhas.
- b. É frequente que uma pessoa que se sinta discriminada pela raça recorra _____ número de telefone do SOS-racismo.
- c. Muitas são as pessoas que se têm servido _____ serviços telefónicos que se caracterizam _____ ajudar todos aqueles que se sentem fragilizados emocionalmente.
- d. Como voluntária deste serviço tenho incentivado muitos jovens _____ procurarem uma actividade lúdica que os estimule.
- e. Ultimamente muitos jovens têm aderido _____ Telefone da Amizade.
- f. “Temos deparado _____ casos bastante complicados ao nível do foro psicológico”, referiu uma das voluntárias.
- g. Verifica-se que muitos toxicodependentes enveredam _____ um tipo de vida alheia a tudo o que os rodeia.
- h. Os serviços como o SOS Racismo, SOS Criança ou o SOS Grávida são forçados _____ abrir mais portas e ir ao encontro dos novos problemas sentidos pelas pessoas.
- i. Muitas crianças, vítimas de maus tratos, persistem _____ ocultar as situações durante longos períodos de tempo; às vezes estes períodos traduzem-se em anos.
- j. É nosso lema lutar _____ uma condição humana mais digna para estas pessoas desintegradas da sociedade por um ou outro motivo”.
- l. Permitimos _____ nossos utentes a não revelação das suas identidades.
- m. Conhecemos casos de alcoólicos que, após ajuda dos Alcoólicos Anónimos, reataram _____ a família e amigos de quem se tinham afastado.

- n. Está provado que muitas vezes as pessoas se metem _____ conflitos sem se darem conta _____ isso.
- o. As pessoas idosas tendem a isolar-se _____ mundo e , às vezes, até _____ família.

2. Preposições de regência nominal.

Complete as frases que se seguem com a preposição conveniente, contraindo-a com o artigo, se necessário, conforme o exemplo.

Muitas vezes, corre-se o risco de ficar dependente de uma voz em linha.

- a. Muitas pessoas nas grandes cidades vivem uma situação de carência _____ alguém com quem partilhar as suas preocupações.
- b. É necessário que não se caia no erro _____ ficar dependente de uma voz em linha.
- c. Os jovens que vêm procurar auxílio na nossa instituição ficam ansiosos pelo dia em que se vão poder sentir novamente livres e independentes _____ este produto tão nocivo.
- d. Um escutante tem forçosamente de estar com disposição _____ ouvir pacientemente as pessoas que recorrem à sua linha.
- e. Muitos de nós vivemos alheios _____ o que se passa à nossa volta.
- f. Várias linhas SOS vão ao encontro _____ muita gente.
- g. Muitas destas linhas funcionam em conjunto _____ outras instituições.
- h. Uma mulher que sinta dificuldade em assumir uma gravidez, poderá entrar em contacto _____ a linha SOS Grávida.
- i. A solidão é, sem dúvida, uma das razões que levam as pessoas a discar o número da linha do Telefone da Amizade, uma vez que se sentem ansiosas _____ falar com alguém.
- j. Se se encontrar numa destas ocasiões não hesite em pedir ajuda _____ um destes escutantes que se encontram no fim de cada linha para o ajudarem.
- l. A linha do SOS-Voz Amiga serve para ajudar aqueles que estão na eminência _____ cometer suicídio.
- m. Muitas pessoas, embora se encontrem numa situação difícil, sentem-se incapazes _____ recorrer a uma destas linhas.
- n. Todos nos devemos sentir preocupados _____ os problemas resultantes da evolução social.

- o. É necessário que, por vezes, as pessoas que procuram estas linhas tenham a coragem _____ aparecer para um encontro cara a cara.
- p. Torna-se importante que aquele que escuta se mostre disponível _____ ouvir e aconselhar sem que para isso mostre querer ter uma influência _____ quem o procura.
-

Temas para discussão

1. *“Quem telefona, quer apoio emocional, alguém que seja capaz de ouvir de modo compreensivo e solidário, alguém com quem se possa desabafar, o que vai sendo cada vez mais raro nos dias que correm.”*

Comente a frase anterior, referindo em que medida é que « quem telefona » é vítima da sociedade moderna. Será que antigamente não havia necessidade de uma linha deste tipo ? Porquê ?

2. Relacione o tema do artigo, que reflecte a realidade em Portugal, com a situação no seu país, ou na sua cidade. Os problemas são os mesmos? Quais as diferenças?

Censura

NO TEMPO DO LÁPIS AZUL

A máquina censória atravessou todo o passado da Imprensa Portuguesa. Mas foi com a implantação do Estado Novo que a Censura surgiu como um corpo legal de suporte, assumindo-se como um serviço às ordens do Regime. Nada era publicado nos jornais sem primeiro ser submetido ao exame arbitrário dos censores. Uma realidade hoje, felizmente, já bem distante da vida da maioria dos portugueses. Mas como a memória dos homens é muito curta, é sempre bom reavivá-la e lembrar como era nesses tempos, em que não se comemorava o 25 de Abril, nem era permitido festejar o Primeiro de Maio... nem noticiar as iniciativas ou reivindicações dos trabalhadores.

Carla Amaro

Se este artigo fosse escrito antes do 25 de Abril de 1974, seguramente não passaria imune à arbitrariedade do "Lápis Azul". Constituída por Decreto-Lei, em 11 de Abril de 1933, a acção censória aprimorou-se ao longo dos anos, numa procura de crescente eficácia e operacionalidade, apetrechando-se como uma teia de serviços nas capitais de distrito.

Na evolução da prática censória, durante o Estado Novo, decisivos foram alguns documentos, dos quais se destacam a Constituição de 1933 e o decreto-lei nº 22 469 do mesmo ano, que instituiu a Censura Prévia e acabou por anular o estabelecido na própria Constituição, que consignava a Liberdade de Expressão entre os Direitos Fundamentais do cidadão.

Nada era publicado, sem primeiro ser submetido ao exame dos censores. Caso contrário, o regime castigava os periódicos com pesadas multas e sanções ou, em último caso, com a sua suspensão temporária ou definitiva. Apesar do corpo legal que orientava a acção dos censores, o regime dava-lhes total liberdade para intervir casuisticamente, de modo ilimitado e descricionário. Na dúvida, "os coronéis" cortavam ou suspendiam os textos, remetendo-os para a Comissão de Censura de Lisboa. De qualquer modo, também o censor estava numa posição fragilizada. Ao mínimo deslize soíria as

consequências do seu descuido, podendo mesmo ser demitido. (...)

Como funcionava a Censura?

Subordinar a Imprensa às directivas dos órgãos governativos era o objectivo principal de Salazar e, posteriormente, de Marcelo Caetano, cabendo às Comissões de Censura alcançá-lo. Mais do que fiscalizar previamente os jornais, os censores davam indicações, normalmente por telefone, sobre o conteúdo dos comentários e determinavam a hora em que a notícia podia ser publicada.

Quase tudo o que era divulgado na Imprensa era submetido a censura: desde os assuntos de carácter político, económico, social, e religioso, até aos anúncios publicitários e necrológicos. Só as informações divulgadas pelas agências noticiosas escapavam a este sistema de controlo. Neste caso, era um funcionário de cada jornal que se deslocava à sede da Comissão de Censura, levando as matérias para serem examinadas.

Os textos eram enviados à Censura em "provas a granel", em triplicado ou, pontualmente, em quaduplicado (em Lisboa exigiam apenas dois exemplares). Os jornais mais irreverentes, que mostravam uma posição claramente discordante da do Regime, eram castigados, sendo obrigados a enviar "provas de página". Porém, em período de eleições era frequente a Censura exigir aos jornais o envio de "provas de página",

podendo, assim, controlar mais facilmente a distribuição dos textos nas páginas e o relevo atribuído a cada um.

Dois exemplares regressavam às redacções com dois carimbos: um, com a indicação "Visado pela Censura"; outro, com o resultado do exame ("Autorizado", "Autorizado com cortes", "Suspenso/Retido" e "Cortado").

"Autorizado" significava que os jornais podiam publicar integralmente o texto. "Autorizado com cortes", que podiam publicar, desde que respeitassem as passagens cortadas (por vezes, o corte era de tal maneira extenso que a notícia se tornava ininteligível). "Suspenso" ou "Retido" significava que as notícias eram sujeitas a uma segunda apreciação, normalmente por superiores hierárquicos dos Serviços de Censura. Isso acontecia, sobretudo, quando os censores tinham dúvidas sobre a importância e impacto dos escritos na Opinião Pública. O período de suspensão tanto podia durar algumas horas como meses. "Cortado" significava a proibição de publicar a notícia. Chegadas as provas aos jornais, as notícias eram emendadas de modo a ficarem tal e qual a Censura ordenara.

O funcionamento dos Serviços de Censura não sofreu grandes alterações com a entrada em vigor da Lei de Imprensa de 1972. Apenas mudaram de nome alguns dos carimbos: O "Autorizado com cortes" mudou para "Autorizado parcialmente", o "Suspenso" para "Demorado" e o "Cortado" para "Proibido". Nem os elementos das Comissões e Delegações de Censura mudaram. Exceptuando um ou outro, os censores eram oficiais das Forças Armadas.

As notícias de origem internacional e do Ultramar, transmitidas pelas agências noticiosas (ANI, France Press e Reuter), chegavam aos jornais portugueses e aos Serviços de Censura através de teleimpressores. Depois das indicações da Censura, as agências comunicavam às redacções, pelo mesmo sistema de teleimpressores, as ordens recebidas. A esta transmissão de informações dava-se o nome "leitura da Censura".

Antes dos teleimpressores, que surgiram em Portugal só no início dos anos 60, as notícias das agências chegavam aos jornais através de folhas copiadas a *stencil*, depois de examinadas pela Censura. Durante a Segunda Guerra Mundial, a Censura dava instruções às

agências para que fizessem cortes "tesourada" e, desse modo, os jornais não tivessem conhecimento do material censurado.

O sustentáculo do antigo regime

Nos países onde as liberdades de expressão do pensamento e de Imprensa são respeitadas é possível praticar um jornalismo objectivo e isento. Porém, em Portugal, durante o Estado Novo, tais liberdades eram condicionadas e o exercício jornalístico era penoso e tutelado pelo Poder político. As tentativas de rigor jornalístico no tratamento de assuntos considerados sensíveis pelo Poder eram rápidas e exemplarmente combatidas e os seus autores penalizados por tais atrevimentos "subversivos".

Neste quadro, a Imprensa não só não tinha possibilidade deisenção, como estava impedida de se empenhar abertamente na luta em defesa de causas justas.

Apenas era publicado, no circuito legal, aquilo que o regime autorizava. Era um regime descricionário, que não aceitava críticas, nem tolerava outros pontos de vista, privava a população de conhecer a realidade do País e impedia a circulação de opiniões contrárias. É claro que, através de algumas habilidades dos jornalistas, determinadas informações incómodas para o Regime eram divulgadas, mas, regra geral, os censores impediam a sua difusão.

Compreendendo a influência da Imprensa na formação da Opinião Pública, os regimes ditatoriais sempre procuraram tutelar a acção jornalística, impedir o livre exercício dos profissionais desta área e cercear a liberdade de informação.

O regime do estado novo eternizou-se no Poder. Porque teve como base duas grandes instituições repressivas: além da Polícia Política, tinha às suas ordens a Censura, principal eixo da política de informação de Salazar e de Marcelo Caetano, negando ao cidadão os seus direitos mais elementares.

Não obstante, a Imprensa portuguesa sentiu, numa fase inicial, o efeito liberalizante da subida ao Poder de Caetano. Desde 1933, nunca como na "Primavera Marcelista" os jornais puderam falar de tantos assuntos-tabu. Nunca os jornalistas recorreram tantas vezes a discursos metafóricos como nos anos de 1968/69. Durante esse período, houve uma maior liberdade de crítica na abordagem de certos assuntos. Já se podia escrever sobre

temas que, no tempo de Salazar, eram cortados de alto a baixo pelos censores.

Mesmo a nível do noticiário estrangeiro (onde se fazia referência e crítica à política de Salazar, confrontando-a com o período de liberalização iniciado por Caetano), os cortes da censura diminuíram. O que não significa, porém, que o Regime se descuidasse quanto à defesa da imagem do “velho” senhor. (...)

Esta fase de certa permissividade prolongou-se até Maio de 1969, altura da realização do II Congresso Republicano, em Aveiro. (...) Depois do Congresso, houve de novo um agravamento da Censura, que só voltou a abrandar por altura das eleições de 1969, em resultado da pressão internacional, da luta das forças democráticas e da necessidade de o Regime mostrar que alguma coisa de essencial tinha mudado em Portugal.

Marcelo Caetano tinha consciência da importância exercida pelos meios de Comunicação Social na formação da Opinião Pública. (...) As teses de Caetano quanto aos “malefícios” da liberdade de Imprensa e à “vantagem no aproveitamento pelos homens do estado dos meios de difusão” estão na linha de raciocínio do próprio Hitler, para quem “o Estado não deve perturbar-se com o brilho da chamada liberdade de Imprensa... Ele deve antes, com decisão implacável, assegurar-se desse meio de informação e colocá-lo ao seu serviço e da nação.” E foi neste enquadramento que Marcelo Caetano actuou na prática, embora essa realidade estivesse escamoteada por teóricas e falsas preocupações do Regime em assegurar ao cidadão o direito de informar e ser informado, inclusivamente com suporte legal e constitucional.

Sobre os Direitos e garantias Fundamentais dos cidadãos, a Constituição de 1933 consagrou que todo o cidadão tem o direito à “liberdade de expressão do pensamento sob qualquer forma”. Mas, mais adiante, o texto constitucional estabeleceu leis especiais que “regularão o exercício da liberdade de expressão do pensamento, de ensino, de reunião e de associação, devendo, quanto à

primeira, impedir preventiva ou repressivamente a perversão da Opinião pública na sua função de força social...”

Daqui se infere que a “cantada liberdade de expressão do pensamento sob qualquer forma, prevista na Constituição, era prisioneira de leis especiais, destinadas a “impedir a perversão da Opinião Pública”. Na verdade, as leis especiais contradiziam e sobrepunham-se à própria Constituição, onde estavam consignados Direitos e Liberdades, mas que eram transformados em letras mortas.

Liberdade de expressão e de informação implica uma prática de comunicação sem constrangimentos ou limitações e a criação de condições para o exercício responsável e dentro de um parâmetro de dignidade. No Estado Novo, um dos mecanismos repressivos usados contra essa liberdade era, precisamente, a Censura prévia ou posterior à impressão. O direito à liberdade de expressão era violado, na medida em que não havia liberdade para noticiar, comentar ou exprimir ideias e pontos de vista contrários aos do Poder. Muitas pessoas foram condenadas e perseguidas por terem manifestado opiniões contrárias às do Regime. Vários jornais foram suspensos e outros submetidos ao pagamento de pesadas multas por terem publicado informações incómodas ao Regime. O direito de resposta, de esclarecimento e de rectificação não era assegurado a todos os cidadãos.

Aspectos fundamentais, como a isenção, a objectividade e a verdade dos factos, eram tutelados. Não estava assegurada a liberdade de acesso às fontes de informação. Aos jornalistas não era reconhecido o direito ao sigilo profissional. Outros exemplos poderiam ser dados como testemunho da repressão que recaía sobre a Imprensa, sempre que esta tentava informar os leitores sobre o “País real” e contribuir, desse modo, para a formação de uma Opinião Pública devidamente documentada.

Revista Notícias Magazine

Glossário

- abrandar: reduzir; diminuir.
anular: inutilizar.
apetrechar-se: equipar-se.
aprimorar-se: aperfeiçoar-se.
atreuimento: audácia; coragem.
carimbos: peça em metal, madeira ou borracha que serve para autenticar papéis a tinta ou em relevo.
casuisticamente: minuciosamente.
censor: aquele que censura; crítico.
cercear: reduzir; diminuir.
deslize: desvio do caminho do dever; erro; equívoco.
difusão: emissão; transmissão.
discricionário: livre de condições; arbitrário.
emendada: corrigida; alterada; acrescentada; modificada.
empenhar-se: dedicar-se; aplicar toda a diligência.
exilado: aquele que sofre a pena do exílio.
imune: isento; livre de.
multa: pena em dinheiro; pena pecuniária.
necrológico: relativo à necrologia, à morte, ao funeral.
penoso: incômodo; que mete pena; difícil.
retido: detido; preso.
suspenso: pendente.
sustentáculo: diz-se daquilo que sustém; apoio; base; suporte.
tolerar: suportar.
tutelado: que está sob tutela; protegido.

Compreensão

1. Explique o sentido das seguintes expressões, relacionando-o com o seu contexto político.

a. (...) a Censura surgiu como um corpo legal de suporte (...).

b. Mas como a memória dos homens é muito curta, é bom reavivá-la (...).

c. (...) nunca como na "Primavera Marcelista" os jornais puderam falar de tantos assuntos-tabu.

- d. (...) o que não significa, porém, que o Regime se descuidasse quanto à defesa da imagem do “velho” senhor.

- e. (...) embora esta realidade estivesse escamoteada por teóricas e falsas preocupações do Regime em assegurar ao cidadão o direito de informar e ser informado (...).

- f. (...) as leis especiais contradiziam e sobrepunham-se à própria Constituição, onde estavam consignados Direitos e Liberdades mas que eram transformados, assim, em letras mortas.

2. Qual a evolução que a Censura sofreu ao longo do século XX em Portugal?

3. Justifique a vantagem que o Estado tinha no aproveitamento dos meios de difusão.

4. Ao longo do texto além da Censura são referidos outros elementos como suportes do regime salazarista. Refira-se a eles.

5. Enumere as fases censórias a que uma publicação era submetida.

Vocabulário

1. Algumas palavras que aparecem no texto podem ter mais do que um significado. Faça duas frases para cada palavra, exemplificando dois dos seus sentidos.

- a. **deslize**

b. onda

c. consignar

d. exemplar

e. relevo

f. redacção

g. passagem

h. empenhar-se

i. tecer

j. impressão

l. vigor

2. Encontre antónimos para as seguintes palavras.

a. abrandar

b. difusão

c. penoso

d. isento

e. malefício

f. posterior

g. escamoteado

h. irreverente

3. Agora encontre um sinónimo para cada uma destas palavras retiradas do texto.

- a. rectificação _____
- b. fonte _____
- c. sigilo _____
- d. testemunho _____
- e. suporte _____
- f. emendado _____
- g. eternizar-se _____
- h. interveniente _____
- i. não obstante _____
- j. sanção _____

4. Ao longo do texto nota-se, por vezes, alguma crítica implícita em certos termos utilizados.

Explique a ironia ou crítica subjacente nas expressões sublinhadas.

a. (...) aprimorou-se ao longo dos anos (...).

b. (...) uma teia de serviços nas capitais (...).

c. Na dúvida, os "coronéis" cortavam ou suspendiam os textos.

d. (...) a censura dava instruções às agências para que fizessem cortes à "tesourada" e, desse modo, os jornais não tivessem conhecimento do material censurado.

e. (...) da repressão que recaía sobre a Imprensa, sempre que esta tentava informar os leitores sobre o "País real" (...).

5. Palavras homógrafas são aquelas que se escrevem do mesmo modo, mas que têm diferentes pronúncias e significados. Dê dois exemplos para cada uma das palavras que se seguem, de modo a clarificar os dois significados que podem assumir.

Atenção às diferenças na pronúncia!

- a. sede _____
- b. cor _____
- c. cerca _____
- d. molho _____
- e. este _____
- f. gosto _____
- g. deste _____

Gramática

1. “ (...) ela orienta a Opinião Pública no sentido que convém ao Governo (...) “.

Há outros verbos derivados de vir. Por exemplo: advir, intervir ou provir. Assim como há verbos derivados de pôr (expor, impor, supor), ver (prever, rever, antever) e dizer (contradizer, desdizer).

Substitua a parte destacada de cada frase por um destes verbos, conjugando-o correctamente.

a. Embora o pintor *tivesse querido apresentar* todos os seus quadros, eles não puderam ser apreciados devido à censura existente naquela época.

b. *Penso* que vai haver uma exibição nesta sala a partir das 18:00.

c. Do discurso proferido pelo presidente sobre a censura na Imprensa escrita *resultaram* fortes críticas a algumas das suas afirmações.

d. Oxalá os serviços de censura *voltem a apreciar* o projecto-lei sobre a liberdade de expressão nos media.

e. Dificilmente se pode *negar* o facto de que a censura tenha surgido como um corpo legal de suporte do Governo.

f. Deus queira que que eles não *se tenham intrometido* na decisão tomada pelo chefe da redacção.

g. *Estabeleceram-se* vários critérios para censurar os textos: autorização, suspensão, retenção, corte.

h. Todos nós *temos visto com antecipação* quais vão ser as consequências, num futuro próximo, de toda esta censura.

i. Já *calculando* que essa seria a reacção da Direcção dos Serviços de Censura, o autor da obra decidiu não a publicar.

- j. Ainda hoje sabemos que essa atitude permanentemente crítica *deriva* do tempo do "lápis azul".

- l. Ainda que ele *desmentisse* sempre tudo o que nós dizíamos, acabou por não conseguir provar nada.

2. "(...) as notícias eram emendadas de modo a ficarem tal e qual a Censura *ordenara*."

ou:

"(...) as notícias eram emendadas de modo a ficarem tal e qual a Censura *tinha ordenado*."

Altere as frases que se seguem de modo a usar o Pretérito Mais -que-Perfeito Simples ou Composto do Indicativo.

- a. De qualquer modo, também o censor tinha estado numa posição fragilizada.

- b. A imprensa divulgara muitos assuntos de carácter político, económico, social e religioso.

- c. Fora proposto um decreto-lei para alterar o sistema de censura, quando surgiu a "Primavera-Marcelista".

- d. Marcelo Caetano tinha exercido uma grande pressão sobre os meios de comunicação social relativamente à formação da opinião pública.

- e. A Imprensa de informação provocara ondas de emoção que agitaram momentaneamente a opinião pública.

- f. O texto constitucional tinha estabelecido leis especiais que regulavam o exercício da liberdade de expressão.

- g. A Constituição previra que a "cantada" liberdade de expressão do pensamento era prisioneira de leis especiais, destinadas a "impedir a perversão da Opinião Pública".

- h. Tudo tinha ido à censura, desde os assuntos de carácter político, ao económico, social e religioso.

- i. A Imprensa informara os leitores sobre o “País real” e contribuiu para a formação de uma Opinião Pública devidamente documentada.

- j. A lei consagrara o direito à liberdade de Imprensa algum tempo antes da mudança política e social verificada no país.

Temas para discussão

1. Acha que a censura é um acto típico de países ditatoriais? Justifique. Será que em democracia não haverá também censura?
2. “Nos países onde as liberdades de expressão do pensamento e de Imprensa são respeitados é possível praticar um jornalismo objectivo e isento.”
Será que é sempre assim? E quando o jornalismo toma um carácter tendencioso (por exemplo, por razões políticas) ou invade a privacidade do cidadão livre de modo indiscriminado? Será que em casos como estes não deveria haver uma censura?
3. Comente a seguinte frase do texto:
“Mas como a memória dos homens é muito curta.”

GUIA PARA SOBREVIVER ÀS SEGUNDAS-FEIRAS

Vá lá, não se irrite muito. Tanto esforço para esquecer que amanhã é segunda-feira e vimos nós especar a notícia em letras garrafais! Tenha calma. Antes de atirar com a nossa querida revista, que tanto trabalhinho dá a fazer, para o caixote do lixo mais próximo, repare que só o queremos ajudar. A suportar melhor a inevitável desgraça.

Isabel Stilwell

Há quem odeie as segundas-feiras. Quem comece logo no domingo à tarde a sentir uma ansiedade crescente, quase inexplicável, um cansaço antecipado, uma falta de paciência gigantesca. Para quem as manhãs do primeiro dia da semana são um autêntico pesadelo. Oh não, outra vez despertadores, crianças estremunhadas a quem é preciso enfiar meias, filas intermináveis de trânsito, horas e horas à procura de lugar para estacionar o carro e, depois, chefes e colegas apanhadinhos pelo síndrome de segunda-feira...

E não são tão poucos como isso. Segundo uma revista britânica de medicina, há mais probabilidades de ter um ataque de coração à segunda, e é neste dia que se dá a maioria dos acidentes de trabalho. E se chove, a brigada de trânsito queixa-se imediatamente que os condutores meio adormecidos provocam mais desastres que em qualquer outra altura.

É claro que uma parte deste desespero de início de semana, que nos atinge desde o berço, se deve a factores psicológicos. Depois de dois dias em que os horários se flexibilizaram mais de acordo com os nossos verdadeiros gostos, em que conseguimos gastar o nosso precioso tempo em actividades que realmente gostamos, é claro que é duro voltar aos toques de campainha, às obrigações e à vida de correria que a

maioria de nós, sabe-se lá porquê, tratou de arranjar para si.

Mas há também factores físicos, nomeadamente a volta que damos ao nosso relógio biológico. Segundo os investigadores destas coisas do sono, são exactamente as manhãs em que ficamos estendidos na cama até quase o sol se pôr que depois cobram a factura...

Segundo os especialistas que estudam estas coisas, tudo se passa da seguinte forma: aos fins-de-semana, a maioria das pessoas deita-se muito mais tarde e acorda também mais tarde. De facto, é um equivalente biológico do *jet lag*. Quando o corpo, habituado a acordar às sete da manhã, passa a acordar ao meio-dia, fica baralhado. Para ele, é o equivalente a uma viagem da Europa para Nova Iorque. E, pelo sim, pelo não, passa a considerar o meio-dia como a hora de acordar... Ou seja, nessa noite, vai recusar-se a adormecer à hora habitual, e na manhã seguinte reivindica mais cinco horas de sono quando o despertador volta a tocar às sete da manhã.

Como se isto não fosse já de si suficientemente grave – principalmente porque dá razão à minha mãezinha que desde sempre me seringou o juízo com teorias semelhantes a estas – parece que ainda agravamos as coisas com a “dieta” que escolhemos para sábado ou domingo. Ou seja, aqueles que se

vingam nesses dias da fominha (e sede) que passaram no *snack* próximo do emprego durante a semana também devem tomar consciência que a ressaca não vai ajudar em nada o desenrolar da segunda-feira.

Mas as desgraças já nós as conhecíamos. A questão é: como é que se encontra uma forma de as contornar, sem que os fins-de-semana se tornem absolutamente cinzentos e desinteressantes (ou será esse o objectivo? Quem odeia os fins-de-semana deve adorar as segundas-feiras...). Ora aqui se seguem algumas ideias, embora suspeite que provavelmente você prefira, apesar de tudo, continuar a odiar o princípio da semana.

Relógio biológico

Pois é, meus amigos, parece que é mesmo fundamental não ultrapassar em mais de uma hora a dose habitual de sono nas manhãs de sábado e de domingo. Generosamente, concedem-nos a possibilidade de dormir uma pequena sesta (não mais de uma hora) a seguir ao almoço. Por mim, passo, mas não queria deixar de informar-vos dos resultados da investigação.

Coma com cuidado

Os alimentos pesados ou com muito picante perturbam o sono, em parte porque fazem aumentar a temperatura do corpo durante a primeira parte do ciclo do sono. Isto diz a revista *Mens Health*, que recomenda que no domingo à noite coma grelhados, carne sem gordura e afogue-se em copos de leite. Isto porque a carne e os produtos lácteos contêm um aminoácido utilizado pelo corpo para produzir a serotonina, a hormona que regula o sono.

Acorde mais cedo

Isso mesmo. Recomendam que ponha o despertador para uma hora antes da

hora de acordar, para depois poder levantar-se devagarinho, tomar um duche com calma, etc. e tal. Ou seja, no meu caso – e no de toda a gente que for como eu – uma autêntica armadilha, porque as probabilidades de voltar a adormecer como se fosse a primeira vez são enormes. De qualquer maneira, se tiver força de vontade para tanto, garantem que os resultados são espectaculares, principalmente se lhes somar um pequeno-almoço rico em hidratos de carbono, estilo cereais em vez de ovos estrelados...

Não veja televisão

O *British Journal of Psychology* fez um estudo que revela aquilo de que a gente já suspeitava, ou seja, que os telejornais são altamente depressivos. Quem os vê, fica mais ansioso e mais triste do que antes de acender a televisão. Daí que, se for viciado em ter barulho à sua volta logo de manhã, deve é ter preparadinho no vídeo uma *cassete* de desenhos animados ou outra, a gosto...

Deixe a roupinha pronta, ao fundo da cama

Se nem a sua mãe, nem a sua excelsa esposa cumprem esta tarefa que está mais que visto que lhes cabia, o melhor é ser você a fazê-la. Ter já pronto o que se vai vestir numa manhã de segunda-feira é muito importante, porque com a cabeça grogue como ela está nesses dias é provável que, se deixar à escolha para o momento, o resultado seja desastroso. E, depois, é um círculo vicioso, já que você passa o resto do dia a sentir-se infeliz. Mesmo que não haja espelhos por perto.

Não marque reuniões

A memória é uma coisa muito fraca. Todas as sextas-feiras à tarde, com aquela energia característica de quem está quase em liberdade, você se esquece do horror das segundas de

manhã. E então, levado pelo entusiasmo, sobrecarrega a sua agenda de encontros e reuniões. Só que quando chega a altura, só lhe apetece desmarcá-las e mesmo que compareça, só carbura a dez por cento. Por isso, trace mas é um risco em cima de todas as segundas de manhã da sua agenda e assim o perigo é menor. É que se começar a semana devagarinho e sem grandes pressões, vai ver que tudo corre pelo melhor.

Não se agarre ao telemóvel

Tente que a viagem para o emprego seja um momento para pôr as ideias em ordem, ao som das suas músicas preferidas. Mais vale pensar antes de desatar a agir. Além do mais, sabe-se que há cada vez mais acidentes de viação provocados pelo uso de telemóvel, que, aliás, é proibido em andamento, sem os mecanismos adequados. Se somar este risco ao sono, vai perceber as queixas da brigada de trânsito.

Marque um almoço que lhe apeteça muito

O dia fica completamente diferente quando, no seu decurso, vai acontecer qualquer coisa que nos apetece muito. Por isso, procure marcar para segunda um almoço com alguém que lhe apeteça muito ver. Provavelmente, até esquece em que dia da semana está.

Fuja dos conflitos

Hoje não é dia para confrontos porque, lembre-se, o calendário é uma coisa muito democrática e é segunda-feira para toda a gente. Por isso, adie lá mais para a frente os confrontos complicados. Vai ver que terça-feira, já curado do *jet lag*, tem outra capacidade de combate.

Faça uma lista

Uma das coisas que mais *stress* nos dá é aquela sensação de que temos tanto para fazer que nem sabemos por onde começar. Solução: faça uma lista e

depois, encha o peito de ar, bata duas vezes, estilo Tarzan, e comece pela que menos lhe apetece. A partir daí, todas as outras lhe vão parecer canja.

Vá às compras

Dê um saltinho ao *shopping* mais perto e entretenha-se a ver as lojas. Quando a vida se complica, os complicados vão às compras, dizia um porta-chaves que eu tinha. E resulta sempre.

Tente sair mais cedo

Se tem um emprego em que isso é possível, pegue no trabalho que está a fazer e leve-o para casa, se isso lhe permitir sair mais cedo. Chegado a casa, faça um chá e sente-se com a papelada à volta. Vai ver que produz muito mais do que se estiver fechada num gabinete, a cabecear de sono. Só o facto de conseguir fugir ao trânsito, vai dar-lhe logo uma sensação de vitória. E esse cansaço poupado vai repercutir-se na quantidade de trabalho que conseguirá produzir. Se o seu chefe não acredita, peça-lhe uma oportunidade e prove-lhe que assim é.

Dê graças a Deus por odiar as segundas-feiras

Já pensou que se odeia as segundas, é porque provavelmente adora os fins-de-semana? Garanto-lhe que uma mãe/pai de filhos pequenos, que passa aqueles dois dias a correr atrás deles, a fazer papas e a mudar fraldas, e nos intervalos se dedica a visitar os pais e os sogros, olha para as segundas-feiras como o dia mais libertador da semana, ambicionando que o despertador toque para, finalmente, se enfiar num comboio sobrepovoado, mas onde ninguém lhe interrompe de dois em dois segundos os pensamentos. Lembra-se? Bem me parecia que amanhã se ia queixar menos.

Revista Notícias Magazine

Glossário

baralhado: confuso

cabecear: dormir ; deixar pender a cabeça por sono

carburar: funcionar bem

dias por conta: dias de folga

especar: colocar de forma a ficar bem visível

estremunhado: quando se acaba de acordar e ainda se está meio entontecido pelo sono

excelsa: excelente

grogue: tonta

seringar (pop.): chatear

Compreensão

1. Perguntas de compreensão:

a. Porque é que há quem odeie as segundas-feiras?

b. Em que medida é que a adaptação à segunda-feira “é o equivalente biológico do *jet lag*”?

c. Muitos conselhos nos são dados no artigo para que as segundas-feiras nos corram melhor. Quais os que considera mais importantes?

d. Concorda com a ideia que se se odeia as segundas-feiras, é porque provavelmente se adora os fins-de-semana?

Vocabulário

1. evitável -> inevitável

« *A suportar melhor a inevitável desgraça.* »

marcar -> desmarcar

« *Só que quando chega a altura, só lhe apetece desmarcá-las.* »

Acrescente um prefixo às palavras dadas, de modo a obter o seu sentido oposto e construa uma frase.

a. flexível ->

b. habitual ->

c. consciência ->

d. provável ->

e. traçar ->

f. ordem ->

g. adequado ->

h. conformado ->

i. sensato ->

j. confortável ->

l. previsto ->

m. coerente ->

n. controlado ->

o. existente ->

p. repreensível ->

2. Encontre sinónimos para as seguintes palavras:

repercutir-se	
desatar a	
garrafais	
reivindicar	
desastre	
contornar	
recomendar	
autêntica	
agravar	
perturbar	
suspeitar	
somar	
combate	
enfiar-se	

3. Existem muitos verbos derivados de partes do corpo como é o caso de “cabecear” que aparece no texto. Complete as frases com os seguintes verbos na sua forma correcta: encabeçar, pontapear, apeiar-se, manusear, manuscreever, encarar, encostar-se, acostar, ajoelhar-se, acotovelar.

- Ele entrou na igreja, _____ e rezou.
- O jogador do Benfica _____ e marcou golo.
- O navio _____ no porto de Lisboa.
- Quando a livraria abriu, as pessoas _____ para conseguir um autógrafo de Saramago.
- No anúncio é exigido o Curriculum Vitae, acompanhado de carta _____.
- É bem possível que o João _____ a derrota, sem dramatismo.
- Este produto terá de ser _____ com muito cuidado.
- Ao sentir-se tonto, _____ à parede com medo de desmaiar.
- O presidente da Câmara _____ a lista de apoiantes da regionalização.
- Os passageiros, cujo destino era a cidade de Viseu, _____ na estação de Coimbra.

4. Também alguns substantivos derivam de partes do corpo, tais como: careta, cabeceira, cabeçalho, cabeça, peão, pontapé, manuscrito.

Verifique no dicionário o significado dos que não conhece e faça uma frase exemplificativa de cada um.

- _____
- _____
- _____

- d) _____

- e) _____

- f) _____

- g) _____

5. Há muitas expressões em português que são formadas com o nome de cores.

“(...) sem que os fins-de-semana se tornem absolutamente cinzentos e desinteressantes(...)”

Complete as frases com as cores dadas no quadro que se segue:

negro / branco / verde / amarelo / vermelho / cor-de-rosa / preto / roxo / azul

- a) Ele detesta qualquer tipo de conflitos. Sempre que há confrontos lá no escritório ele treme como uma vara _____.
- b) A Mariana marcou um almoço de negócios para a passada segunda-feira, mas esqueceu-se. Quando lhe telefonaram a dizer que estavam há quase duas horas à sua espera, ela ficou muito atrapalhada e ficou _____ como um tomate.
- c) Quando o chefe o despediu por chegar sistematicamente atrasado às segundas-feiras, o Artur ficou _____ como a cal.
- d) A Ana deseja sempre sonhos _____ à filha, quando a vai deitar à noite
- e) Ele achou que era melhor explicar tudo o que se tinha passado na empresa; por isso, resolveu pôr tudo _____ no branco.
- f) Eles decidiram ir para a neve, mas não levaram agasalhos; então, ao fim de poucas horas já estavam _____ de frio.
- g) Ofereceram-lhe uma viagem para duas semanas numa ilha do Pacífico. Ele ficou muito contente.
Como tem andado bastante cansado, achou que a oferta era ouro sobre _____.
- h) O novo engenheiro não tem nenhuma experiência. Ainda tem muito que aprender, pois ainda está muito _____.
- i) O César já foi preso duas vezes por falsificação de documentos. É a ovelha _____ da família, que sempre foi tão respeitada pela sua honestidade.

Gramática

1. Junte uma palavra de coluna A com outra da coluna B de modo a formar uma palavra composta. Por vezes terá de usar a preposição *de* como elemento de ligação. Preste atenção aos exemplos dados.

1. fim
2. segunda
3. pó
4. decreto
5. ferro
6. fogo
7. guarda
8. salva
9. mini
10. tira
11. chapéu
12. pé
13. azul
14. couve
15. abre

(de)

- a. lei
- b. nocturno
- c. nódoas
- d. marinho
- e. velho
- f. flor
- g. saia
- h. semana
- i. arroz
- j. meia
- l. feira
- m. sol
- n. latas
- o. artifício
- p. vidas

1. *fim-de-semana*
2. *segunda-feira*
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____

2. “*Quem odeia os fins-de-semana deve adorar as segundas-feiras (...)*”

Encontre o plural das seguintes palavras compostas.

- a) o pão-de-ló
- b) o guarda-fato
- c) azul-claro
- d) o capitão-mor
- e) o mestre-de-obras
- f) bem-posto
- g) o porta-chaves
- h) o social-democrata
- i) o pé-de-meia

- j) o pára-choques
- l) a couve-flor

3. Que conselhos é que autora dá?

- “Tenha calma!”
- O que é que ela aconselhou?
- Ela disse que tivesse calma.

Complete de acordo com o exemplo:

a. “Coma com cuidado!”

Ela aconselhou que _____.

b. “Acorde mais cedo!”

_____.

c. “Não veja televisão!”

_____.

d. “Deixe a roupinha pronta, ao fundo da cama!”

_____.

e. “Não marque reuniões!”

_____.

f. “Não se agarre ao telemóvel!”

_____.

g. “Fuja dos conflitos!”

_____.

h. “Faça uma lista!”

_____.

i. “Vá às compras!”

_____.

j. “Tente sair mais cedo!”

_____.

Tema para expressão escrita:

Se o fim-de-semana provoca este ódio às segundas-feiras, é provável que após um longo período de férias surjam muitos mais problemas de adaptação.

Escreva um artigo para o jornal com o título: “Guia para sobreviver ao regresso ao trabalho após as férias”.

Século XXI

Tudo vai ser possível?

Paulo Chitas e Filomena Lança

TRANSPORTES

À velocidade do ar

Comboios que não precisam de carris
e aviões comerciais para passageiros - tudo vai ser possível

A viagem entre Lisboa e Moscovo num comboio que atinge os 550 quilómetros por hora e com todos os confortos possíveis - é uma realidade mais próxima do que seria de pensar. A União Europeia tem já elaborados os planos para a construção de uma rede de alta velocidade que atravessa todo o continente e promete uma concorrência cerrada às companhias de aviação. Este sistema integrado deverá estar concluído por volta do ano 2020.

Dez por cento do projecto será financiado por fundos comunitários, mas o resto fica por conta dos vários Estados, o que poderá vir a atrasar a construção. Além disso, há desde logo um problema a ser ultrapassado: para que o mesmo comboio possa atravessar a Europa, os diferentes países têm de uniformizar os seus sistemas de electrificação e sinalização. Isso exige avultados investimentos e, nalguns casos, uma remodelação total das linhas.

Para ser viável, esta rede exige novos veículos, e há dois projectos a serem desenvolvidos que revolucionarão o sector no início do milénio. Um deles pertence à Companhia de Caminhos de Ferro do Japão e outro está nas mãos de investigadores alemães. Em ambos os casos, estes comboios, capazes de atingirem 550 Km/h e que quase não precisam de carris, são designados por Maglev. Quando a composição ganha velocidade, as rodas levantam do chão e o "monstro" levita, utilizando as forças da atracção magnética, fazendo menos barulho, consumindo menos energia e com custos mais reduzidos.

SUPERSÓNICOS

Já existem alguns protótipos em teste, mas só daqui a uns anos se farão as primeiras viagens oficiais. Oliveira Martins, um dos ministros das Obras Públicas, Transportes e Comunicações do Governo de Cavaco Silva, participou numa viagem experimental e garante que é inesquecível: "Não se ouve o habitual barulho e, quando atinge velocidades mais elevadas, o comboio fica suspenso e caminha sobre uma lâmina de ar, o que faz com que balance um pouco."

Espera-se que este tipo de comboios faça grande concorrência aos aviões, mas a indústria da aeronáutica prepara uma resposta literalmente à altura. A Boeing e a Airbus, os dois gigantes do sector, têm já projectos capazes de revolucionarem o mercado e que farão passar à história o famoso Concorde. O da Airbus é o AX33, que transporta 580 passageiros (distribuídos por três classes) em voos de longo curso e 840 em voos domésticos. Este jacto supersónico será mais confortável e permitirá fazer a ligação entre Londres e Tóquio em apenas três horas. A McDonnell Douglas, recentemente adquirida pela Boeing, tem também em estudo um outro modelo de mega-avião, o quadrimotor MD-12, com uma fuselagem oval capaz de albergar dois convés de passageiros, bagagem e carga. Em ambos os casos, os fabricantes pretendem duplicar a capacidade do tráfego com redução dos impactos ambientais e a preços concorrenciais.

EDIFÍCIOS INTELIGENTES

Casas que pensam

As tecnologias da informação aplicadas ao ambiente doméstico podem fazer dos nossos lares paraísos de descanso e conforto

Sente-se confortavelmente no seu sofá preferido e ligue a televisão. Se ouvir a campainha da porta, não se preocupe. É só carregar numa tecla do telecomando e, num dos cantos do aparelho, uma imagem mostra-lhe quem está a bater. Outra tecla permite-lhe deixar entrar as visitas. Se, entretanto, ouvir ruído nos quarto dos seus filhos, também não precisa de se levantar: mais um toque no telecomando e fica a saber se estão a dormir ou se há algum problema. Tudo com o mínimo de esforço. E os exemplos são quase intermináveis: basta que a sua casa seja um “edifício inteligente” e esteja programada para isso. O resto fica por conta das tecnologias da informação que, mesmo hoje, já permitem fazer praticamente tudo. A sua aplicação ao ambiente doméstico vulgarizou-se no início dos anos 90, mas demorará ainda algum tempo até se tornar financeiramente acessível ao comum dos mortais.

Casas como a de Bill Gates, o génio dos computadores e patrão da Microsoft, em que tudo funciona por computador, ainda não estão à venda no mercado, mas já é possível conseguir algumas aproximações. Luís Cansado Carvalho, 31 anos, é sócio da Domótica, empresa que se dedica à automação de edifícios.

Apesar de a maioria dos seus clientes serem empresas, instalou já alguns circuitos integrados em casas particulares. A brincadeira ultrapassa ainda os 5 mil contos, sem contar com o preço dos equipamentos, mas o avanço tecnológico poderá permitir preços muito mais acessíveis dentro de meia dúzia de anos. E as perspectivas são entusiasmantes. Nada fica ao acaso, explica Luís Carvalho: “Os edifícios são concebidos desde o início para serem funcionais,

ergonómicos, seguros e económicos. Tudo sem penalizar o conforto.”

CARREGUE NO BOTÃO

Uma única central gere todas as funções e o sistema pode ser ligado à televisão ou ao computador pessoal, ou ainda comandado à distância através do telefone. Por enquanto, as modalidades de automação mais procuradas relacionam-se com a segurança, mas há muitas outras funções que podem ser programadas: a gestão do aquecimento central e do ar condicionado, o controlo da iluminação com luzes que acendem quando se entra numa sala e se desligam quando não está lá ninguém, ou o comando à distância de todos os electrodomésticos caseiros, desde a torradeira à banheira de hidromassagem.

De tal forma, que é possível, antes de sair do emprego, pôr o frango a assar no micro-ondas, ligar a máquina de lavar ou preparar um banho de imersão à temperatura desejada. Além disso, qualquer acidente é imediatamente detectado. Se houver uma inundação, a água é cortada, e em caso de incêndio o gás é desligado. Se se registar uma visita dos amigos do alheio, as luzes da casa acendem-se e apagam-se alternadamente, e o proprietário é avisado através de telemóvel, do computador portátil ou do bip pessoal. A central age de imediato e em função do programa que lhe introduziram.

Com um sistema destes em casa, no emprego ou parado no meio do trânsito, o proprietário de um edifício inteligente pode fazer quase tudo. Basta carregar num botão ou accionar o sistema com o som da sua própria voz. A casa faz o resto.

Revista Visão

Glossário

accionar: pôr em acção.

avultados: grandiosos.

ergonómico: relativo ao estudo técnico da relação entre o trabalhador e o equipamento de trabalho.

financiado: ajudado com capital necessário à execução de um empreendimento.

fundos: capitais; recursos económicos.

levita: eleva-se e fica suspenso no ar.

viável: possível.

Compreensão

1. Perguntas de compreensão:

a. Para que a construção de uma rede de alta velocidade atravessasse a Europa, quais são as medidas a tomar pelos diferentes países europeus?

b. Segundo o texto “À velocidade do ar”, quais são os dois projectos que irão revolucionar o início do novo milénio?

c. Porque é que se diz que a Boeing e a Airbus são os dois gigantes do sector da aeronáutica?

d. Quando falamos de “edifícios inteligentes” a que é que nos referimos mais concretamente?

e. De acordo com o texto “Casas que pensam”, acha que há segurança com a utilização das modalidades de automação enumeradas? Justifique.

Vocabulário

1. “Dez por cento do projecto será financiado por fundos comunitários(...).”
“Isso exige avultados investimentos e, nalguns casos, uma remodelação total das linhas.”

As palavras sublinhadas estão, de uma forma ou outra, relacionadas com **dinheiro**. Há outras palavras que também se relacionam com dinheiro. Escolha a mais apropriada e complete as frases.

dívida	impostos	renda	pensão	orçamento
salário	verba	troco	honorários	saldo

- a. O ministro das Obras Públicas já solicitou a técnicos para fazerem um _____ relativo à melhoria da rede ferroviária.
- b. A _____ destinada à construção de uma rede de alta velocidade que atravessa todo o continente é bastante avultada.
- c. O Estado tem uma _____ com a União Europeia, a qual terá de ser paga dentro de dez anos.
- d. O _____ ganho mensalmente pelos trabalhadores da empresa é bastante compensador em relação aos riscos que correm.
- e. As denominadas “casas que pensam” têm uma _____ superior às que não possuem um processo tecnológico tão desenvolvido na sua concepção.
- f. Todas as pessoas com mais de 65 anos podem ser reformadas e passar a receber uma _____ que varia conforme os anos de trabalho efectivo.
- g. Fui ao banco para saber o _____ da minha conta à ordem.
- h. Os _____ que são pagos anualmente ao Estado têm estado a sofrer aumentos graduais.
- i. Os _____ praticados pelos advogados são superiores aos dos engenheiros civis.
- j. -Desculpe, tem _____ de 5 000\$00? É que preciso de comprar um maço de tabaco e não tenho mais pequeno.
2. Em português há palavras que se dizem da mesma forma, mas que têm uma escrita diferente e também o significado é diferente.

Exemplo:

- | |
|--|
| * (...) uma concorrência <u>cerrada</u> às companhias de aviação. |
| * Ontem à tarde encontraram uma árvore <u>serrada</u> na floresta. |

Construa uma frase para cada uma das palavras dadas de modo a expressar bem o seu significado.

1. russo

2. concerto

3. hera

4. conselho

5. acento

6. coser

7. ruído

1a) ruço

2a) concerto

3a) era

4a) conelho

5a) assento

6a) cozer

7a) roído

3. Também há substantivos que na sua forma masculina têm um sentido completamente diferente da mesma palavra quando escrita no feminino.

Exemplo:

- A casa de Bill Gates funciona por computador.
- O caso em discussão ainda não foi resolvido pelas entidades competentes.

Escreva uma frase para cada uma das palavras dadas de forma a esclarecer o seu verdadeiro sentido.

1. o capital

2. o cargo

3. o luto

1a) a capital

2a) a carga

3a) a luta

4. o queixo

4a) a queixa

5. o carteiro

5a) a carteira

6. o bolo

6a) a bola

7. o polícia

7a) a polícia

4. Qual é a palavra que não pertence à ordem lógica?

Exemplo:

porta / janela / *jardim* / parede

larápio	ladrão	amigo do alheio	desconhecido
amealhar	fanar	roubar	gamar
edifício	apartamento	prédio	casa
barcos	carros	veículos	viaturas
altura	largura	comprimento	cumprimento
sofá	cama	cadeirão	cadeira
teste	exame	enxame	experiência
chega	atinge	alcança	tinge
encarregado	padrão	patrão	chefe
assar	cozer	grelhar	queimar

Gramática

1. Transforme a frase dada, começando como indicado e não alterando o sentido. Pode completá-la sempre que considerar necessário.

a. A União Europeia tem já elaborados os planos para a construção de uma rede de alta velocidade.

Embora _____

b. Esta regra exige novos veículos.

Apesar de _____

c. Já existem alguns protótipos em teste.

O ministro disse que _____

- d. Espera-se que este tipo de comboios faça grande concorrência aos aviões.
Esperava-se _____

- e. A Boeing e a Airbus têm já projectos capazes de revolucionarem o mercado.
É provável que _____

- f. A McDonnell Douglas tem também em estudo um outro modelo de mega-avião.
Ainda que a McDonnell Douglas _____

- g. Basta que a sua casa seja um “edifício inteligente” e esteja programada para isso.
Os técnicos disseram que _____

- h. Uma única central gere todas as funções e o sistema pode ser ligado à televisão.
Se _____ o sistema
poderá ser ligado à televisão.
- i. Os edifícios são concebidos desde o início para serem funcionais.
Daqui a alguns anos _____

- j. É possível pôr o frango a assar no micro-ondas ou preparar um banho de imersão à temperatura desejada antes de sair do emprego.
Tomara que _____

2. Das duas possibilidades dadas, escolha a conjugação correcta.
- a. Antigamente muitas pessoas **tiveram** / **tinham** receio de andar de avião.
- b. Quando os nossos filhos **vão** / **forem** para a Universidade, já muitas coisas **terão** **avanzado** / **teriam** **avanzado** tecnologicamente.
- c. Embora eles **tivessem tido** / **tinham tido** conhecimento das desvantagens, não **hesitaram** em continuar os ensaios em laboratório.
- d. Se **não tivéssemos feito** este trabalho, **não teremos tido** / **teríamos tido** conhecimento do impacto por parte do público.
- e. Lamento que os nossos avós **não tenham visto** / **viram** as “casas inteligentes” da nossa era.
- f. Para além de tudo isto, ele **fosse** / **fora** um grande génio.
- g. Apesar de nós **estarmos** / **estamos** tão cépticos, ainda acreditamos no futuro.
- h. Provavelmente você já **compreenderá** / **terá compreendido** o exercício, quando chegar a esta alínea.

- i. Logo que estiverem / estarem terminados os resultados, serão publicados oficialmente
 - j. Tomara que os alunos gostem / tenham gostado do exercício que se segue.
3. “A viagem entre Lisboa e Moscovo num comboio que atinge os 550 quilómetros por hora (...)”.
- “Os edifícios são concebidos desde o início para serem funcionais(...)”.

Complete as frases que se seguem com as preposições: **por** ou **para**. Faça contracção sempre que considerar necessário.

- a. O hidrogénio e o oxigénio servem _____ efectuar a reacção que produz electricidade e água.
- b. Noventa e cinco _____ cento das probabilidades dão como certo o resultado já avançado pelos técnicos envolvidos neste projecto.
- c. O comboio que passa _____ Tóquio atinge uma velocidade impensável.
- d. O projecto encomendado à empresa de consultoria tem de estar pronto _____ o final do próximo mês.
- e. As tecnologias da informação aplicadas ao ambiente doméstico não têm tido grande aceitação _____ serem alvo de cepticismo _____ parte dos cidadãos em geral.
- f. O novo jacto partiu ontem, _____ as cinco da tarde, _____ o Sudoeste Asiático.
- g. Duas vezes _____ mês são testados novos meios de melhorar a rede de transportes.
- h. No ano passado foi comprada _____ cinco milhões de contos uma “habitação inteligente” mesmo no centro da cidade.
- i. As casas _____ a população urbana têm estado a ser construídas sob medidas técnicas muito rigorosas.
- j. Toda a investigação foi feita _____ uma equipa técnica contratada _____ um período de cinco anos.

Temas para discussão

- 1. Acha que efectivamente tudo vai ser possível no século XXI? Porquê?
- 2. O que é para si um “edifício inteligente”? Inspira(m)-lhe confiança? Quais poderão ser os aspectos negativos deste “progresso habitacional”?
- 3. Pensa que no século XXI as pessoas vão começar a utilizar mais o transporte ferroviário inter-continental? Porquê?
- 4. Todos os dias estamos perante a notícia de novos avanços tecnológicos. A vida das pessoas parece estar cada vez mais facilitada através desses avanços. Dê a sua opinião sobre a possível substituição do “Homem” pela “Máquina” num futuro (quem sabe?) próximo.

A vida é um direito, não uma obrigação

Antónia de Sousa

Lembram-se de *Os Cavalos também Se Abatem?* O título do filme ocorreu-me quando me documentava sobre o suicídio assistido, a chamada “morte branca”. As ideias começaram a encadear-se e dei comigo a pensar no movimento de compaixão que leva o ser humano a apressar-se a abater o seu cavalo ferido ou doente, num cerimonial sempre exaltado no cinema como uma decisão difícil e dolorosa.

Acabar com o sofrimento do cavalo é sempre a prioridade do dono. Uma prioridade levada ao limite quando se trata de um animal de raça e tanto mais empolada quanto maior for a estimacão que o cavalo tenha despertado.

Com os humanos não tem havido o mesmo cuidado de o poupar à dor. O “tiro de piedade” é-lhes recusado, mesmo nos casos limite. Porquê? Que razões culturais, éticas, religiosas levam a que se condene o homem à dor? A uma vida que, muitas vezes, já pouco tem de humano?

A cultura cristã em que vivemos faz a apologia do sofrimento. O sofrimento como condição de expiação e salvação. Todos os crucifixos multiplicados pelas Igrejas Católicas são o testemunho dessa condenação. É neste contexto que se pode perceber, por exemplo, que madre Teresa de Calcutá, admirável em tantos aspectos, se recusasse a debelar o sofrimento dos seus protegidos, porventura para “os ajudar” a expiar os seus pecados e a merecer o céu. De há 2 000 anos para cá que a nossa civilização tem sido orientada nesse sentido.

Esta apologia do sofrimento condicionou a própria investigação científica. Só há muito pouco tempo começaram a aparecer as clínicas da dor e se começaram a afinar os instrumentos que permitem debelar, hoje, o sofrimento em mais de 90 por cento dos casos. Há ainda menos tempo que começou a ser aceite que, para combater a dor, sobretudo em doentes terminais, se possam utilizar medicamentos que eventualmente apressem a morte.

Esta nova atitude cultural surgiu quando começou a ser lançada com mais insistência a discussão da eutanásia. Também foi preciso que nos aproximássemos do terceiro milénio para que começassem a levantar-se vozes a defender que só o correcto alívio da dor permite ajudar os doentes terminais a vivenciarem enriquecedoramente o processo da própria morte.

Antes de avançar, tenho de fazer uma ressalva. Não tenho opinião formada sobre a eutanásia. Seria incapaz de condenar, mas também de absolver, quem a praticasse ou ajudasse a praticar. Eu não sei a responsabilidade cósmica que uma tal decisão envolve. E, por isso, acho que a eutanásia, tal como na questão do aborto, ou do suicídio, é um problema de consciência individual. E, como tal, tem de ser respeitado, sem juízos de valor. Não podemos impor as nossas crenças ou os nossos preceitos éticos aos outros, a todos os outros que têm o direito sagrado de não pensar como nós.

O sentido da evolução cultural aponta, porém, para o reconhecimento do direito à eutanásia. O direito a viver sem dor. É inevitável. As sociedades não podem continuar a organizar-se tendo o sofrimento como paradigma. O homem começa a ter consciência de que nasceu para ser feliz. Que a crucificação se deu para devolver todos os homens à felicidade e à plenitude. E que chegou a hora de, no lugar do crucifixo nas igrejas, se colocar a imagem de Cristo em todo o seu esplendor.

Muito do sofrimento que se sofre hoje na cama dos hospitais é devido a um prolongamento insano da vida, sem contemplação da sua qualidade. O afã terapêutico tem, em muitos casos, servido simplesmente para prolongar a dor. A noção de bom senso tem de ser restituída aos médicos e à medicina, que ao ensino da doença tem de aliar o da saúde e da morte.

Os defensores da eutanásia o que pedem é a possibilidade de viver ou morrer sem dor. Com

dignidade. Poderiam reivindicar o direito a ser-lhes devolvido o sentido da morte, que foi destruído à medida em que a morte foi afastada da comunidade familiar, escondida e negada. A conspiração do silêncio sobre a morte é um dos factores que mais têm contribuído para a destruição das sociedades e do próprio conceito de humanidade.

O avanço técnico não alterou a condição humana. Somos mortais. É na morte, na nossa e na dos outros, que descobrimos a dimensão e o valor da vida. E nos tornamos verdadeiramente humanos. É por isso que de novo se volta a falar da necessidade de reintroduzir os rituais da morte. Para se reaprender a morrer. E a viver.

XXXXXXXXXX

“A eutanásia directa não é eticamente defensável. Nunca a praticaria”, declarou ao DN o prof. Pratas Vital que, num depoimento sobre a controversa questão, explicou de que é que se fala quando se refere o problema da eutanásia.

“Quando se fala de eutanásia está a falar-se de um termo genético que engloba situações diversas e interpretações diferentes”, afirmou o neurocirurgião. “Num exemplo fácil para se perceber: um doente tem uma situação maligna, foi operado, fez quimioterapia, radioterapia, a situação recidivou, fez-se tudo para tratar o doente, mas o prognóstico está fechado dentro de meses, tem seis meses, por exemplo, de perspectiva de vida. Nesses meses fala-se geralmente com os familiares, porque a linguagem é difícil com o doente. Numa situação destas, que é que o médico deve fazer?”

Pratas Vital afirma que se deve “avisar os familiares do que vai ser o tipo de agravamento” e passar a fazer-se ao doente uma medicação de suporte. “Quando não fizer já sentido fazer esse tratamento é lícito que seja abandonado, desde que não haja sofrimento para o doente”, admite o neurocirurgião. Que afirma: “A perspectiva é abreviar a morte sem sofrimento. Isto é a eutanásia passiva e não é condenável em nenhuma parte do mundo.”

Há, entretanto, segundo o neurocirurgião, outra forma de eutanásia, chamada eutanásia indirecta, em que o doente tem também um prognóstico fechado dentro de semanas ou

meses, mas em que a doença é acompanhada de dores intensas e em que o médico utiliza narcóticos (morfinas), analgésicos e sedativos, com o objectivo de minorar a dor. “Como essas drogas são depressoras”, diz o médico, “o doente, que já está enfraquecido, com o acréscimo de depressão acarretada pelas drogas, fica mais sujeito a complicações, nomeadamente infecções. São essas complicações que abreviam a morte.”

Este procedimento, segundo Pratas Vital, constitui “uma eutanásia indirecta que não tem aspectos criminais ou ilícitos, já que a perspectiva do médico é aliviar o sofrimento e não contribuir para a morte do doente”.

Há, porém, outras formas de eutanásia, que, diz o especialista, “essas já põem outro tipo de problemas, nomeadamente o suicídio assistido e a eutanásia directa”.

Para Pratas Vital, “o suicídio assistido é uma forma de eutanásia em que o doente, consciente da sua situação, que será terminal a breve prazo, solicita ao médico que o ajude a morrer”. Neste caso, diz o neurocirurgião, “o doente suicida-se com medicamentos fornecidos pelo médico”.

Esta forma de eutanásia acarreta problemas diferentes. “Na minha perspectiva, a sua aplicação deve ser regulamentada superiormente”, defende o professor Pratas Vital. “Esta forma de eutanásia passiva tem sido autorizada e regulamentada em várias partes do mundo: Austrália, Holanda, etc.. Acho que esta prática deve ser regulamentada porque os doentes estão no direito de decidir sobre a sua própria vida”, sublinha ainda.

A eutanásia directa, ainda segundo o neurocirurgião, é a fase em que o doente pede ao médico para o matar directamente através de uma injeção. Pratas Vital repudia esta modalidade em nome dos códigos de ética, da função médica, da confiança do doente e da própria sociedade. “O médico é um ser humano e está preparado para tratar doentes, para aliviar o sofrimento, mas nunca para matar ninguém!”

Declara então: “Esta forma de eutanásia directa nunca a praticaria! Não é eticamente defensável em qualquer circunstância! Quanto ao suicídio assistido, a eutanásia indirecta, a minha posição é que, devidamente regulamentada, deve poder ser aplicada.”

Medos pessoais perante a morte e ética têm impossibilitado um debate desapassionado da questão

Menos esclarecida, a sociedade portuguesa está mais dividida, embora se aproxime a percentagem dos que estão a favor da eutanásia dos que são radicalmente contra. Todavia, nas nossas aldeias desde sempre existiu a figura do “abafador”. Que tinha como função, precisamente, a de ajudar o moribundo a morrer, nas situações de agonia prolongada.

A decisão de alguém se deixar morrer é ou não um acto de eutanásia, embora passiva? Um caso célebre deu-se com a filha de D. Manuel, a infanta D. Maria. Cansada de ser joguete da política portuguesa, noiva eterna de sucessivos pretendentes, viu a sua mocidade passar sem poder casar nem poder sequer visitar a mãe, então rainha de França, à míngua de autorização do irmão, D. João III. A ela se atribui a frase: “Estou morta, porque não vivo; estou viva, porque não morro.”

Um dia adoeceu com uma pequena doença que todos os físicos consideravam muito fácil

de tratar, mas ela decidira morrer. Recusou todo e qualquer tratamento. Os médicos mandaram vir tabeliões para registar que a infanta recusava tratamento, ilibando assim a sua responsabilidade. Morreu cerca de um ano depois. De suicídio assistido? Agora pergunta-se: se o suicídio não é penalizado pela lei portuguesa, como poderá ser penalizada a pessoa que ajude, por exemplo, um doente terminal a morrer, quando é o doente, em plena consciência, a servir-se do meio que o leva à morte?

É bom, é necessário, é indispensável que o debate sobre a eutanásia se aprofunde, sobretudo devido a certos excessos praticados no acto médico, em que o afã terapêutico tem servido muitas vezes só para prolongar o sofrimento, impedindo tantas vezes o último direito da pessoa, que é o do direito a morrer com dignidade.

Eutanásia divide portugueses

Sabe ou não o que é a eutanásia?																
	SEXO		IDADE			REGIÃO						CLASSE SOCIAL			INT. VOTO ass.re.	
	masc.	fem.	18/34 anos	35/54 anos	> 55 anos	Grande Lisboa	Grande Porto	Livr. Norte	Livr. Centro	Inter. Norte	Sul	alta/m. alta	média	m. baixa/baixa	ps	psd
sim	289	286	201	203	171	147	67	112	79	108	62	129	166	280	233	129
	75,3	67,3	73,9	75,7	63,6	89,1	77,9	76,2	63,2	56,5	65,3	95,6	84,7	58,6	69,3	79,1
não	95	139	71	65	98	18	19	35	46	83	33	6	30	198	103	34
	24,7	32,7	26,1	24,3	36,4	10,9	22,1	23,8	36,8	43,5	34,7	4,4	15,3	41,4	30,7	20,8
amostra	384	425	272	269	269	165	86	147	125	191	95	135	196	478	336	163

Conceito de eutanásia																
	SEXO		IDADE			REGIÃO						CLASSE SOCIAL			INT. VOTO ass.re.	
	masc.	fem.	18/34 anos	35/54 anos	> 55 anos	Grande Lisboa	Grande Porto	Livr. Norte	Livr. Centro	Inter. Norte	Sul	alta/m. alta	média	m. baixa/baixa	ps	psd
Sim	177	162	139	106	94	87	39	49	49	74	41	61	98	180	145	62
	46,1	38,1	51,1	39,6	34,9	52,7	45,3	33,3	39,2	38,7	43,2	45,2	50,0	37,7	43,2	38
Não	159	241	99	132	142	65	31	74	61	94	48	49	73	251	159	84
	41,4	50,4	36,4	49,3	52,8	39,4	36	50,3	48,8	49,2	50,5	36,3	37,2	52,5	47,3	51,5
n. sabe	34	36	21	19	30	8	13	16	10	17	6	16	17	37	25	11
	8,9	8,5	7,7	7,1	11,2	4,8	15,1	10,9	8	8,9	6,3	11,9	8,7	7,7	7,4	6,7
n. resp.	14	13	13	11	3	5	3	8	5	6	0	9	8	10	7	6
	3,6	3,1	4,8	4,1	1,1	3	3,5	5,4	4	3,1	0	6,7	4,1	2,1	2,1	3,7
amostra	384	425	272	268	269	165	86	147	125	191	95	135	196	478	336	163

Glossário

- abater: matar, eliminar, acabar com.
- afã: trabalho penoso, cansaça.
- alívio: diminuição de dor ou sofrimento.
- apologia: discurso para justificar ou defender.
- compaixão: dó, pena, piedade.
- crença: fé.
- debelar: reprimir.
- empolada: enfatizada.
- encadear-se: ligar em série.
- expição: castigo ou sofrimento de pena.
- míngua: escassez, falta do que é necessário.
- moribundo: aquele que está quase a morrer.
- paradigma: exemplo, norma, modelo, padrão.
- tabeliões: notários públicos em épocas passadas.

Compreensão

1. Qual é a sua opinião sobre a questão: “A decisão de deixar alguém morrer é ou não um acto de eutanásia, embora passiva?”.

2. “(...) Acabar com o sofrimento do cavalo é sempre a prioridade do dono. Uma prioridade levada ao limite quando se trata de um animal de raça e tanto mais empolada quanto maior for a estimação que o cavalo tenha despertado. Com os humanos não tem havido o mesmo cuidado de o poupar à dor (...)”.

Qual é a sua opinião sobre esta diferença de comportamento em situações de sofrimento? Parece-lhe justo e humano que a cultura cristã faça a apologia do sofrimento?

3. Acha que a eutanásia é um caso de cobardia ou de coragem? Em que casos ou circunstâncias é que a aceita?

4. Eutanásia / Suicídio: poderão ou não ser o mesmo? Em que situações poderão (ou não) ser justificadas?

5. Analise os quadros: “Sabe ou não o que é a eutanásia?” e “Concorda ou não com a eutanásia?”. Perante os dados mencionados, qual lhe parece ser a opinião da população em geral?

Vocabulário

1. Tudo se pode modificar ...

Quem está doente pode-se curar/tratar.

Encontre verbos que representem o contrário do adjetivo dado.

- a. O que está **orientado** pode-se _____
- b. O que está **escuro** pode-se _____
- c. O que está **frio** pode-se _____
- d. O que está **cheio** pode-se _____
- e. O que está **errado** pode-se _____
- f. O que está **livre** pode-se _____
- g. O que está **amargo** pode-se _____
- h. O que está **avariado** pode-se _____
- i. O que é **fácil** pode-se _____
- j. O que é **ilícito** pode-se _____
- l. O que está **fraco** pode-se _____
- m. Quem é **culpado** pode-se _____
- n. O que está **sujo** pode-se _____
- o. O que está **iniciado** pode-se _____
- p. O que está **ligado** pode-se _____

2. Profissões / Ocupações...

- OR (ORA)	- ISTA	-EIRO (A)
Quem trata do doente é o/a <u>doutor(a)</u> .	Quem trata dos dentes é o/a <u>dentista</u> .	Quem faz/vende o pão é o/a <u>padeiro(a)</u> .

Agora diga você qual é a profissão / ocupação das seguintes pessoas:

- Aquele que conduz um camião: _____
- Aquele que escreve artigos para o jornal ou revista: _____
- Aquele que escreve livros: _____
- Aquele que trabalha no campo a cultivar: _____
- Aquele que trabalha na mercearia: _____
- Aquela que ensina: _____
- Aquele que apaga os fogos: _____
- Aquela que vende flores: _____
- Aquele que dirige uma universidade: _____
- Aquela que ajuda os médicos a cuidar dos doentes: _____

Gramática

1. Há palavras que se escrevem com “z” e outras com “s”, no entanto pronunciam-se da mesma maneira.

(...) se o suicídio não é penalizado pela lei portuguesa.
 Não tenho opinião formada sobre a eutanásia.

Agora complete as palavras dadas com “z” ou “s”.

a. jú__o	a. hipocri__ia	a. pra__o
b. reali__ar	b. utili__ar	b. indu__ir
c. preci__ar	c. u__ar	c. autori__ação
d. a__ar	d. bá__ico	d. de__ignar
e. coi__a	e. cau__a	e. dema__iado

2. Complete as frases com uma das preposições dadas (faça contração sempre que necessário):

de / para / por / em / a / com

- a. Ela foi a segunda pessoa _____ tornar-se conhecida _____ ter praticado a eutanásia.
- b. R. Sampedro conseguiu pôr termo _____ a sua vida _____ a ajuda _____ um número determinado _____ amigos.
- c. A necessidade _____ debater a questão está _____ preocupar as sociedades mais evoluídas.
- d. Foi realizada uma sondagem _____ uma cadeia de televisão que revelou que 70 _____ cento _____ população aceita a prática _____ eutanásia.
- e. Muitas _____ as pessoas condenadas _____ doenças consideradas irreversíveis optam _____ a eutanásia _____ terminarem _____ o sofrimento.

3. Ligue as frases da coluna A com as da coluna B usando uma das preposições dadas.

A

- a. Dei comigo
- b. Esta prática serve
- c. O suicídio é um tipo de eutanásia
- d. O doente disse ter tomado aquela atitude
- e. Há quem fique
- f. Ele revelou uma mentalidade

B

1. problemas éticos após esta prática.
2. ter perdido toda a esperança que lhe restava.
3. pensar no movimento de compaixão.
4. diminuir a dor do paciente.
5. que o doente solicita ao médico que o ajude a morrer.
6. grande coragem.

por
para
com
em
a
de

4. "Também foi preciso que nos *aproximássemos* do Terceiro Milénio para que *começassem* a levantar-se vozes (...)"

Escolha a forma verbal que considerar mais apropriada.

- a. Achamos que este problema ainda *traz* / *traga* / *vai trazer* muita discussão.
- b. Era importante que se *faça* / *fizessem* / *fizerem* mais sondagens junto da opinião pública menos informada.
- c. Os defensores deste método dizem que é conveniente *sermos* / *estejamos* / *estarmos* todos bem esclarecidos.

- d. Antigamente este tema *era / estava / foi* absolutamente tabu em muitas sociedades .
 - e. Oxalá já todos *sejam / tenham sido / fossem* informados pelos órgão competentes.
 - f. Ontem, pelas 16 horas, *tive / tinha / teve* lugar um debate, bem aceso, entre médicos e católicos.
 - g. Há pessoas que *dizem / dissessem / digam* que a eutanásia é um acto de suicídio.
 - h. Os médicos oncológicos dizem que se *estivéssemos / estivermos / estamos* bem informados, poderemos beneficiar.
 - i. Após várias pesquisas feitas, *chegarão / chegariam / chegou-se* à conclusão que a esperança de viver nunca acaba.
 - j. Os pacientes inquiridos, apesar de *estarem / estejam / serem* na fase terminal, disseram que não querem morrer.
-

Tema para discussão:

Direito à morte ou direito à vida?

Expresse a sua opinião sobre esta questão relativamente aos seguintes pontos:

Eutanásia

Suicídio

Aborto

Pena de morte

A maioria dos seguros não cobre as despesas com doenças psíquicas, “check-up” e exames gerais de saúde, cirurgia estética, intoxicação alcoólica e uso de drogas. Algumas companhias vão mesmo mais longe

Seguros para todas as bolsas

Maria João Caetano

Já são 30 as companhias de seguros que têm um seguro de doença e as opções tendem a aumentar. Não sai caro e oferecem assistência em clínicas privadas em condições privilegiadas. Mas nem tudo é um mar de rosas...

Seguros de vida, do automóvel, da casa. Seguros contra todos os riscos. E cada vez mais, também, seguros de doença. Pensar agora no que pode acontecer depois porque, lá diz a sabedoria popular: “mais vale prevenir...”

De acordo com estas seguradoras, as pessoas que mais procuram estes serviços pertencem a duas categorias: indivíduos com mais de 40 anos (e que, de repente, começam a perceber que a idade não perdoa...) e jovens que estão a constituir família, têm filhos pequenos e muitas dúvidas quanto ao seu futuro.

Ao florescimento do mercado dos seguros de doença não será alheio, precisamente, este ceticismo relativamente ao sistema nacional de saúde. Os seguros são talvez dos sectores que mais reflectem as preocupações e as incertezas da população. Os portugueses estão fartos das listas de espera nos hospitais e centros de saúde, mas a alternativa privada continua a ser demasiado cara. A pensar neste grupo de insatisfeitos, as seguradoras têm uma gama de seguros de doença que permite diversas opções: hospitalização (a opção mais procurada, precisamente porque serve como complemento às participações ditas “oficiais”), assistência ambulatoria, participação nos medicamentos, gravidez e parto, com várias combinações e coberturas possíveis.

Assim se explica o crescente número de pessoas que procuram um seguro de saúde como complemento à assistência da Caixa, ADSE ou outras - em Portugal, ao contrário do que acontece nos Estados Unidos, as

pessoas não podem optar por ter apenas assistência privada e a inscrição na Segurança Social é obrigatória. Apesar disso, as seguradoras têm, cada vez mais, uma gama de serviços, muitas até com direito a um “cartão de saúde”, que as afasta do papel tradicional do seguro e as transforma em autênticos serviços de saúde, que resultam de acordos entre seguradoras, entidades médicas, bancárias ou outras.

Num primeiro olhar pelos vários seguros de doença existentes no mercado, a conclusão imediata é que não sai caro fazer um seguro. Com 40 mil escudos por ano, qualquer pessoa pode garantir assistência médica individual com um mínimo de regalias. Mas há que ter atenção. Nem tudo o que parece é. E é preciso ter sempre em conta que os seguros não são um sistema de apoio estatal mas um negócio. Por isso, nem toda a gente pode fazer um seguro - só as pessoas saudáveis. Ou, como explica Vitor Muro, da Aliança UAP: “Nós corremos riscos, não compramos sinistros.”

Mas há mais: antes de assinar um contrato de subscrição, os segurados têm de preencher um inquérito bastante rigoroso.

Pode até parecer irrelevante, mas as companhias precisam saber se nós fumamos, se praticamos algum desporto (e para os que praticam desportos perigosos há cláusulas especiais, claro!), se temos antecedentes de doenças na família. Uma pessoa com um metro e meio e que pese 80 quilos é um potencial de doenças, uma autêntica “bomba” que terá alguma dificuldade em ver a sua subscrição aceite... Nem todas as seguradoras exigem testes médicos (isso implicaria despesas insustentáveis para as companhias), mas depois de preenchido este inquérito há quem seja convidado a fazer um “check-up”.

Finalmente, tome bem atenção às cláusulas do seu contrato. Há seguros com ou sem

franquia; há companhias que cobram a maior parte das despesas a cem por cento, outras não.

A maioria dos seguros não cobre as despesas com doenças psíquicas, "check-up" e exames gerais de saúde, cirurgia estética, intoxicação alcoólica e uso de drogas. Os tratamentos de estomatologia, por serem muito caros, têm geralmente cláusulas especiais. Algumas companhias vão mesmo mais longe e excluem também dos seus contratos a hemodiálise, os tratamentos de homeopatia ou medicina natural, as próteses, ortóteses, os efeitos de cataclismos da natureza, guerra, acções de terrorismo ou perturbações da ordem pública. Repare bem, o que para si é um "acidente" pode, apesar de tudo, não estar abrangido no seguro de saúde - por exemplo, se esse acidente estiver relacionado com a prática de actividades como o *ski*, a tauromaquia, a espeleologia ou a caça submarina

Nem todas as seguradoras pagam as despesas com gravidez e parto, as que o fazem impõem certas restrições e um período de carência nunca inferior a 300 dias. Se for trabalhador independente é possível que seja convidado a subscrever também um seguro de trabalho, um seguro de vida ou outro. Se tem mais de 60 anos, esqueça. Deveria ter pensado nisso antes. Se, se, se - esta é a palavra mais vezes repetida quando se estabelecem as condições do acordo. Um seguro, que à primeira vista parece ideal, pode revelar-se completamente inútil.

HIPÓTESES PARA TODOS OS GOSTOS

"Pela sua saúde!" é o lema da Médís - um projecto que aposta forte na publicidade e na divulgação de uma imagem de segurança e eficiência. Afinal, não é isso que esperamos dos nossos seguros? Da responsabilidade da Ocidental e do grupo BCP, a "Nova Saúde Médís" oferece três hipóteses de subscrição: a opção base (com um capital de dois mil contos para a hospitalização e ambulatorio); a opção singular (com um capital de 2 500 contos para hospitalização e três mil contos para ambulatorio) e a opção familiar (com um capital de cinco mil contos para hospitalização e 500 contos para ambulatorio). As participações e reembolsos variam consoante se opte por um médico da Médís ou

não, podendo no primeiro caso atingir os cem por cento.

Subscrever a Médís significa também ter acesso a uma série de outras regalias (e é especialmente nestes "extras" que se distinguem as diferentes seguradoras) - é que a Médís, mais do que um seguro, é uma rede de serviços de saúde, com direito a um cartão de titular, as vantagens na marcação de consultas nos médicos próprios e em clínicas com as quais a empresa tem acordos. As regalias são muitas e abrangem o modo de pagamento dos serviços: a factura da despesa de saúde é enviada directamente para a Médís, libertando o médico e o paciente para aquilo que é verdadeiramente importante, os cuidados de saúde.

O grande *handicap* deste seguro é, talvez, a sua cobertura geográfica. Os médicos, hospitais, clínicas e outros serviços (centros de meios complementares de diagnóstico, fisioterapia, serviços de ambulância e serviços de enfermagem) que fazem parte da Médís situam-se em apenas três zonas: Grande Porto, Grande Lisboa e Algarve.

Em compensação, este serviço dispõe de uma linha directa - a Linha Médís - que proporciona assistência, pessoal e directa, 24 horas por dia. Através de uma simples chamada telefónica pode ter ao seu dispor um aconselhamento de saúde, gratuito e confidencial, a que pode mesmo seguir-se, se for caso disso, o atendimento médico domiciliário.

Para poder responder às necessidades de toda a população, a Aliança UAP não tem acordos com médicos nem obriga os segurados a consultarem uma lista limitada de profissionais. Mas, também por isso, a UAP não paga directamente os serviços prestados, mas apenas mediante a apresentação de facturas. "O nosso contrato não é com as entidades clínicas mas com as pessoas que usufruem dos seguros", explica Vitor Muro da Aliança UAP. Um sistema que, apesar de tudo, também tem as suas desvantagens, uma vez que para muitas pessoas o problema põe-se exactamente no momento do pagamento. Mas a UAP garante que o reembolso é efectuado "o mais rapidamente possível", num prazo de dois ou três dias depois da apresentação das facturas.

Mais exigente, a Tranquilidade não permite que as pessoas com mais de 75 anos

continuem a subscrever o seu único seguro de doença. Mais modesta, a Tranquilidade não pretende dar assistência médica, tem apenas um seguro que cobre 90 por cento das despesas de internamento hospitalar superior a 24 horas, até ao limite do capital subscrito. As excepções abrem-se apenas para as opções de assistência médica domiciliária e assistência no estrangeiro.

Caso de sucesso no mercado português parece ser o cartão de saúde da Cruz Vermelha Portuguesa, da responsabilidade da companhia de seguros Fidelidade e que tem a vantagem de se apresentar com um nome já conhecido e

que, por isso mesmo, inspira alguma confiança. Neste caso, o seguro de saúde é apenas uma parte (pequena) das vantagens de subscrever o cartão. Para aceder ao cartão basta preencher um cupão e pagar a quota mensal. Com vantagens que vão desde a assistência médica no domicílio a descontos em clínicas e subsídios por acidentes, o “cartão porata” da Cruz Vermelha tem ainda uma cláusula original neste tipo de serviços: em caso de falecimento do beneficiário, o familiar indicado por ele ocupará a sua posição, gratuitamente, por três anuidades.

PEQUENO GLOSSÁRIO

Aderente: Pessoa segurá, que preencheu o boletim de adesão e o questionário médico cumprindo os requisitos necessário para ficar coberto pelas garantias da apólice.

Apólice: Documento que titula o contrato celebrado entre o Tomador de Seguro e a Seguradora.

Ocorrência/Sinistro: Todo e qualquer evento susceptível de desencadear o funcionamento das garantias do contrato.

Acidente: Acontecimento fortuito, súbito e anormal, devido a causa exterior e estranha à vontade da Pessoa Segura e que origine nestas lesões corporais.

Doença: Toda a alteração natural e involuntária do estado de saúde, não causada por acidente e diagnosticada por médico.

Doença pré-existente: Considera-se doença pré-existente, ao contrato de seguro, qualquer doença ou lesão de que a Pessoa Segura deveria ter conhecimento, cujos sintomas eram evidentes, pela qual recebeu aviso médico ou tratamento antes da data efectiva do seguro.

Prémio: Preço pago pelo Tomador do Seguro à Seguradora pela contração do seguro.

Franquia: Valor estipulado da despesa a cargo da Pessoa Segura.

Prestações convencionais: Prestações garantidas pelo contrato de seguro que implicam a disponibilidade automática perante a Pessoa Segura de uma rede integrada de médicos e outros prestadores de cuidados de saúde.

Prestações indemnizatórias: Prestações garantidas pelo contrato de seguro que consistem no reembolso das despesas efectuadas em consequência de um evento coberto pelas garantias da apólice.

Período de carência: Período durante o qual as garantias do contrato ainda não estão em funcionamento.

Fraude: Conduta ilícita do Tomador de Seguro, ou de terceiro, com vista a obter para si próprio, ou para outrem, um benefício ilegítimo à custa da Seguradora.

Glossário

alheio: estranho.

ambulatório: diz-se da doença que não obriga o doente a permanecer na cama ou do processo de tratamento dessa doença.

anuidade: quantia que se paga anualmente para usufruir de um serviço.

beneficiário: aquele que obtém benefício.

cláusula: condição que faz parte de um contrato.

domiciliário: serviço que é feito no domicílio.

espeleologia: estudo geográfico da formação das cavernas, grutas, fontes e águas subterrâneas, ou a sua exploração.

falecimento: morte.

hemodiálise: processo artificial para substituição da função renal.

homeopatia: sistema de tratamento de certas doenças através de processos naturais.

mediante: com a condição de.

ortótese: prótese dentária.

prótese: peça artificial que substitui de um órgão ou de uma parte do corpo.

quota: prestação; quantia que se tem de pagar regularmente para se pertencer a um grupo que beneficia de algo.

reembolso: restituição de uma quantia devida ou paga.

restrição: limitação; condição que limita.

subscrição: assinatura.

tauromaquia: relativo à arte de tourear.

usufruir: poder gozar ou beneficiar de algo.

Compreensão

1. Qual a diferença entre segurança social e seguro de saúde?

2. Quais os factores que levam os portugueses a procurar um seguro de saúde?

3. Quais são algumas das condições especiais exigidas pelas seguradoras para que possamos assinar um contrato de subscrição?

4. Quais são as situações que frequentemente não são abrangidas pelos contratos das seguradoras? Qual pensa ser a razão para tal facto?

5. Indique algumas vantagens que o seguro da Médis oferece. Qual é a sua grande desvantagem?

6. Qual é a regalia especial que o beneficiário do Cartão de Prata da Cruz Vermelha tem?

7. Insira as seguintes palavras e expressões relacionadas com o tema de Seguros nas colunas que considera apropriadas:

incêndio / inundação / hemodiálise / estética / contra todos os riscos / internamento contra terceiros / passageiros / drogas / infiltrações / ferimentos / roubo / cataclismos / choque / alcoolismo / atropelamento / consulta / próteses / tratamento médico / hospital / sismo / intervenção cirúrgica

Situações que normalmente os contratos de Seguro não cobrem	Seguro de habitação	Seguro automóvel	Seguro de saúde

Vocabulário

1. Explique as seguintes expressões do texto:

a) (...) e as opções tendem a aumentar.

b) Mas nem tudo é um mar de rosas (...)

c) (...) mais vale prevenir (...)

d) (...) começam a perceber que a idade não perdoa (...)

e) Nem tudo o que parece é.

f) «Nós corremos riscos, não compramos sinistros.»

g) (...) é especialmente nestes «extras» que se distinguem as diferentes seguradoras.

2. Complete o seguinte quadro:

Substantivo	Adjectivo
cepticismo	
	autêntica
sabedoria	
	distinto
	alheio
cirurgia	
	privado
Estado	
sistema	
	individual

3. Muitas palavras em português têm mais do que um significado. Explique dois diferentes sentidos possíveis para cada uma das palavras que se seguem e insira-as em frases exemplificativas.

cobrir

sinistro

caro

franco

alheio

capital

parto

risco

banco

consoante

Gramática

1. *Conjuntivo* ou *Indicativo*?

Complete as frases com o verbo adequado, conjugando-o no tempo correcto.

- a) Antes da subscrição de um seguro de vida, as Companhias querem saber se o cliente _____ em boa condição física.
- b) As Companhias normalmente não fazem seguros de vida se o cliente _____ mais de 60 anos.
- c) Quem _____ fazer um seguro de vida, terá de preencher um inquérito rigoroso.
- d) As pessoas desejam ter à sua disposição um serviço médico que lhes _____ os seus problemas, sem que tenham de esperar muito tempo.
- d) A Segurança Social que os portugueses _____ obrigados a pagar não parece suficiente.

- e) Quando marcamos uma consulta no hospital, nunca sabemos quando _____ atendidos.
- f) O empregado da Seguradora explicou-me como eu _____ preencher o inquérito.
- g) As pessoas querem ter a certeza que quando _____ doentes, poderão contar com um serviço rápido e eficiente.
- h) Quem _____ desportos radicais, tem cláusulas especiais.
- i) j) Os clientes devem informar-se sobre quanto _____ de pagar para fazerem um seguro de vida.
2. Complete as frases com a preposição adequada, contraindo-as quando for necessário.
- a) As pessoas que dependem unicamente _____ os serviços médicos da Segurança Social arriscam-se _____ esperar muito tempo _____ uma consulta.
- c) Os portugueses que se dirigem _____ uma Seguradora deparam _____ uma variada gama de serviços.
- d) Se quiser optar _____ fazer um seguro de vida, terá de passar _____ uma fase um pouco burocrática de preenchimento de um inquérito bastante rigoroso.
- e) Para que se possa ter acesso _____ um bom serviço de saúde muitas pessoas recorrem _____ Seguradoras para usufruírem _____ um seguro de saúde.
- f) As más condições que o sistema nacional de saúde nos oferece não são alheias _____ o facto de muitas pessoas apostarem _____ a subscrição de seguros privados de saúde.
- g) Porém, quando se decidir _____ a subscrição de um seguro privado de saúde, terá de estar bem atento _____ as cláusulas do seu contrato.
- h) Se muitas pessoas sonhassem _____ todas as condições que as Seguradoras lhes iriam impor, talvez desistissem _____ a ideia _____ subscreverem um seguro de vida.
- i) As Seguradoras não podem correr o risco _____ aceitarem clientes que sejam, _____ a partida, potenciais causadores de prejuízo para o seu negócio.
-

Temas para discussão

1. Qual é a sua opinião sobre o sistema de saúde português que o texto lhe apresentou?
2. Como funciona o sistema de saúde do seu país?
3. Qual acha que será a evolução dos sistemas de saúde e de segurança social?

OS VELHOS QUE NÃO ARRUMAM AS BOTAS

Os idosos portugueses são cada vez mais. E entre eles há também cada vez mais quem diga que existe vida depois da reforma - da verdadeira vida: vivida e trabalhada. Como John Glenn, o astronauta de 77 anos que acaba de chegar do espaço, onde foi cobaia para nos aumentar os anos. A comunidade científica internacional prepara a resposta para este mistério: o que podemos fazer para contrariar a velhice?

Ferreira Fernandes e Paulo Chitas

A lisboeta Calçada do Combro poderia ter sido vista do vaivém *Discovery*? Se fosse, o astronauta John Glenn, de 77 anos, veria os seus coleguinhas de teimosia. Ele, que viajou para o espaço em 1962 e repetiu agora a dose, 36 anos depois, apreciaria a constância com que o barbeiro José da Silva Santos, de 73, continua a fazer o que sempre fez - na barbearia do nº 54 da Calçada do Combro, onde entrou como aprendiz em 1941. E também o dr. Elíseo Montargil, de 85 anos - ainda morador no local onde nasceu, a vizinha Rua das Flores, no Bairro Alto - que continua a profissão de toda a vida, ginecologista: na semana passada entrou no bloco operatório e fez mais um parto. Ou o também vizinho Joaquim Gonçalves, de 88 anos que todos os dias, pelas sete da manhã, passa pela calçada a caminho de Xabregas, para dirigir a sua empresa de camionagem.

Menos famosos que o astronauta americano, o barbeiro, o médico e o transportador lisboetas representam o mesmo fenómeno universal: a vida pode ser continuada e trabalhada, bem para além da idade da reforma. E representam também a melhor maneira de viver essa formidável mudança demográfica que o Mundo e o nosso País conhecem. No último quarto de século, os portugueses ganharam mais anos de vida - os homens, sete, e as mulheres, oito. "Começámos

mais tarde que os países do Norte e do Centro da Europa, mas de um momento para o outro começámos a envelhecer de forma acelerada", diz a demógrafa Maria João Valente Rosa, professora na Universidade Nova de Lisboa e especialista do envelhecimento da população portuguesa.

Os idosos são mais e também melhores. Quer dizer, entre as pessoas que ultrapassam a idade da reforma cada vez mais é necessário contar com o sub-grupo que quer e pode continuar a trabalhar. Mas Portugal não reconhece essa mina de cabelos brancos: "Desaproveitamos um capital enorme de idosos com capacidades muito superiores às que, pessoas da mesma idade, tinham no passado", diz Maria João Rosa.

APAIXONADO PELA PROFISSÃO

Como não há política para esse aproveitamento, tudo fica nas mãos de cada um. Os precursores são aqueles a quem coube duas sortes que estão ligadas entre si: a de terem um bom corpo que lhes permite a autonomia e terem uma profissão que gostam de exercer. "A situação mais complicada nas pessoas de idade vem da mudança da vida activa, não da sua saúde - um velho é quem velho se julga, o envelhecimento está ligado à sensação de se ter deixado de ser útil, diz Casanova Xavier, gerontologista.

Para contrariar essa sensação, para se continuar a ser útil, ajuda ter um trabalho de que se goste. Para continuar, mesmo depois de se poder beneficiar da reforma. Nos exemplos já referidos, essa é a constante. Os 20 minutos que José Santos dedica a cada corte de cabelo passam como se de um acto artístico se tratasse. Os turistas não se enganam quando fazem fila à porta para o fotografar a afiar a navalha no assentador.

No dr. Eliseo Montargil, a mesma posse sincera. “Sou um apaixonado pela minha profissão.” Reserva três dias para as consultas e todas as semanas entra no bloco operatório, onde geralmente faz de primeiro ajudante do seu filho Pedro, também ginecologista. Aposentou-se em 1981 da Maternidade Alfredo da Costa, mas de facto nunca se reformou porque se transferiu a tempo inteiro para a Clínica São Gabriel, em Lisboa, que fundara 20 anos antes.

Quando começou, em 1938, ainda se vivia a pré-história de dar à luz: “Os partos faziam-se mais em casa do que nos hospitais. Chegava a ser acordado quatro vezes por noite e lá ia eu de maleta e parteira.” Faz um balanço arredondado de 40 mil partos na vida: “Já estou habituado a casais de meia-idade pararem na rua para me lembrarem que ambos nasceram comigo, assim como a filha, a senhora que está ao lado.” Tem daquelas memórias de vida cheia: “Fiz um parto à meia-noite, numa noite de Santo António, na Mouraria, na rua do Capelão.” Cuida do corpo: no Verão faz uma hora de piscina e guarda o vício do cigarro para o único que fuma depois de jantar. Mas o essencial da boa forma remete para o gesto, que lhe é tão antigo, de encostar o estetoscópio à barriga da grávida e ouvir bater um coração.

Em 1938, Joaquim Gonçalves já trabalhava por conta própria, com uma camioneta a alugar como táxi e encostada no Cais do Sodré. Chegou a ter 17 camiões de reboque mas a Transportadora Central da Rua Gualdim Pais - um nome prático, para os clientes saberem onde

encontrá-la - hoje só tem sete. O suficiente para ocupar o quase nonagenário, cada dia da semana, das 7 e 30 até às oito da noite. A empresa é também dos filhos mas estes têm as suas próprias profissões - o patrão e gerente, de microfone em punho, dando ordens pela rádio aos motoristas é: Joaquim Gonçalves.

“Nunca fiz férias, nem um dia. Quando os filhos eram miúdos ia levar a família à praia e visitava-os no fim-de-semana.” - o trabalho como terapêutica fica confirmado neste velho homem, de cabelo branco cortado à escovinha. Faz uma ressalva sobre os descansos, mas só para sublinhar que é um homem de paixões: “As minhas férias, passei-as sempre a acompanhar o Benfica.” A primeira viagem que fez foi a Espanha.

O ELIXIR DA JUVENTUDE

Para muitos investigadores, os culpados do envelhecimento humano são os radicais livres. Não se trata de nenhuma designação de um perigoso grupo político - os chamados radicais livres são desperdícios produzidos pela combustão que ocorrem nos organismos que consomem oxigénio.

Segundo os médicos, este sub-produto afecta as células, danificando-as, e é responsável pelas típicas rugas e artrite dos idosos, mas também por algumas formas de cancro.

Por isso, os nutricionistas prescrevem dietas de vegetais e frutos, ricos em substâncias antio-oxidantes, ou seja, com a capacidade de eliminar parte dos radicais livres no nosso organismo. “Não basta tomar comprimidos de cálcio para combater a osteoporose e também não se deixa de envelhecer tomando medicamentos à base de anti-oxidantes”, garante Gorjão Clara, professor da Faculdade de Ciências Médicas.

O ‘AVÔ SPEED’

“Detesto que me digam: No seu tempo... Digo sempre: Este tempo também é meu. Ainda cá estou” - isto é Aurora Oliveira a falar e bem apresentada. Aos 73 anos, leva

muito para contar: já aos 20 tinha morado em 21 casas, sete cidades e três continentes. Em questão de quilómetros acalmou um pouco depois, mas pode fazer esse balanço dos homens aventureiros, “fiz de tudo um pouco.” Foi professora, dirigiu uma casa de repouso e desaguou, há três anos, nos arranjos florais, abriu casa por conta própria. Truque: “Não acarinho a doença.” Desejo (para quem já fez o Alasca e o transiberiano): “Falta-me ver a Ilha da Páscoa.”

A aventura não procura tão longe o portuense Antero Pinto, de 70 anos. Reformou-se da Junta Autónoma das Estradas, pois reformou-se, mas isso é história de papéis. Na vida real, vai todos os dias para cima da Ponte D. Luís - e aquando se diz cima não quer dizer o tranquilizador tabuleiro. Vai é para as vigas de ferro, a ver se elas mantêm o vigor com que Eiffel as deixou.

“Dez jovens fortes virados para ele, em homens para homem, de mãos livres, levavam uma tarefa”, diagnostica Carlos Andrade, o director da TSF e praticante de karaté. “Ele” é Kiyoshi Kobayashi, de 73 anos, o pai do judo português. E a hipótese é só académica: Kobayashi não é de dar tarefas e dez jovens que não fossem cegos perceberiam que aquelas costas direitas e olhar direito não são para testar.

Aos dez anos era cinto negro e hoje é um dos quatro japoneses, fora do Japão, com a alta graduação de 8º Dan. O judo de combate valeu-lhe quando foi kamikaze, as lendárias tropas suicidas, durante a II Guerra Mundial. E o judo seifuku, a terapia ortopédica, que aprendeu, valeu-lhe desde cedo: “Na tropa, o pára-quedas não abriu, parti as duas pernas e costelas, fiz duas talas e andei oito horas durante quilómetros.” Quando veio para Portugal, em 1958, foi para ensinar judo - a Federação Portuguesa de Judo foi criada no ano seguinte.

Kobayashi pratica três vezes por semana e a terapia pelo judo pratica-a com os muitos clientes que o procuram, gente anónima ou o Carlos Lopes, ou o general Ramalho Eanes, que precisou dele recentemente depois de ter ficado debaixo de um cavalo.

Em Moura, Armando Rosa da Silva, de 67 anos, é conhecido como o Avô “Speed” (velocidade em inglês), alcunha ganha por causa da sua mota Honda XX, de 1 100 centímetros cúbicos. O catálogo marca 303 Km/hora, o que, evidentemente, é só um aviso.

Engenheiro mecânico de empresas de petróleo, reformou-se, abandonou Lisboa e dedicou-se a tempo inteiro à herdade da família: 120 hectares de oliveiras. No dia-a-dia de trabalho, utiliza pelos campos uma mota de 125 centímetros cúbicos. A Honda reserva-a para o vício de *motard*, termo que reivindica em vez de motoqueiro, com o mesmo horror de um *gourmet* tratado de comilão. Faz com ela 25 mil quilómetros por ano... A mania das duas rodas ficou-lhe de uma Cucciolo, bicicleta a motor, com que o estudante Rosa da Silva, há 45 anos, fazia durante três dias, a 20 Km à hora, os 600 quilómetros entre o Alentejo e a Faculdade de Engenharia do Porto.

Ainda há pouco, metia-se em corridas, no Campeonato Nacional de Velocidade, numa Suzuki 750. Há dois anos, em Olhão, ia em segundo lugar, decidiu não abrandar nas curvas, o pedal embateu no asfalto e foi parar ao campo. Deixou-se de corridas mas não deixou as duas rodas: “Todos os dias, faça sol ou chuva, tenho de montar uma mota.” Senão? “Senão, sinto as articulações a prenderem”, diz o avô “Speed” - falando em nome do país de cabelos brancos que se recusa a arrumar as botas.

Revista Visão

Glossário

alcunha: nome, normalmente depreciativo, por que se designa alguém e que surge em consequência de alguma das suas características.

aposentar-se: reformar-se.

demógrafo: aquele que estuda a estatística das populações humanas.

herdade: propriedade rústica, normalmente constituída por montes, terra para cultivar e casa de habitação.

mania: hábito, num sentido negativo.

pára-quadras: objecto, em forma de guarda-chuva, que se usa para diminuir a velocidade da queda dos corpos.

parteira: mulher, cuja profissão é assistir a partos (normalmente é uma enfermeira especializada).

parto: acto de dar à luz.

precursor: aquele que vai em frente/adiante; pessoa que anuncia antecipadamente um acontecimento ou a chegada de alguém.

prescrever: receitar; estabelecer por escrito.

tareia: pancadaria; acto de bater muito em alguém.

teimosia: obstinação.

viga: trave de madeira preparada para construções.

Compreensão

1. Concorda que “a vida pode ser continuada e trabalhada, bem para além da idade da reforma”? Justifique.

2. Comente a afirmação: “Velho é, quem velho se julga.”

3. O que é que acha que leva todas estas pessoas a manterem-se ocupadas?

4. Já imaginou que a sua “reforma” também um dia vai chegar? Está preparado(a) para ela? Como é que se vê (ou antevê...) nessa situação?

5. Em sua opinião, quais os prós e os contras da reforma aos 65 anos? Acha que deveria ser mais cedo? Porquê?

Vocabulário

1. Escolha múltipla.

Escolha a palavra /expressão que lhe parecer mais aproximada da sublinhada.

- a. Ele viajou para o espaço em 1962 e repetiu agora a dose (...).
- repetiu o doce
 - repetiu a porção
 - repetiu a viagem
 - repartiu a quantidade
- b. Mas Portugal não reconhece essa mina de cabelos brancos.
- riqueza de ser idoso
 - grande número de idosos
 - fonte de preocupação
 - grande número de barbeiros
- c. Os turistas não se enganam quando fazem fila à porta para o fotografar a afiar a navalha (...).
- instrumento utilizado para tratar do cabelo
 - tesoura
 - utensílio formado por uma escova na ponta
 - instrumento formado por uma lâmina
- d. O suficiente para ocupar o quase nonagenário (...).
- 90 anos
 - quase idoso
 - 19 anos
 - de muita idade
- e. Nunca fiz férias, nem um dia. Quando os filhos eram miúdos ia levar a família à praia (...).
- estudantes
 - pequenos
 - jovens
 - grandes
- f. (...) segundo os médicos, este sub-produto afecta as células (...).
- infecta
 - desinfecta
 - influencia
 - liga

- g. Foi professora, dirigiu uma casa de repouso e desagudou, há 3 anos, nos arranjos florais (...).
- desistiu de trabalhar em
 - começou a dedicar-se a
 - decidiu iniciar-se em
 - acabou de fazer
- h. Vai é para as vigas de ferro, a ver se elas mantêm o vigor com que Eiffel as deixou.
- a energia
 - a sensibilidade
 - a maleabilidade
 - a robustez
- i. (...) termo que reivindica em vez de motoqueiro, com o mesmo horror de um *gourmet* tratado por comilão.
- aquele que só come comida francesa
 - aquele que come com requinte
 - aquele que gosta muito de comida requintada
 - aquele que come muito de tudo
- j. (...) o pedal embateu no asfalto e foi parar ao campo.
- estrada
 - areia
 - parede
 - muro

2. "Por isso, os nutricionistas prescrevem dietas de vegetais e frutos ricos em substâncias anti-oxidantes, ou seja, com a capacidade de eliminar parte dos radicais livres do nosso organismo."

Para além desta expressão, temos outras que lhe damos em caixa e pedimos que coloque devidamente.

<p><i>porventura portanto então pois é salvo</i> <i>isto é salvo seja aliás quer dizer a propósito</i></p>
--

- a. As pessoas que têm mais idade nem sempre são bem compreendidas quando pretendem ter uma ocupação. _____, sabe qual é a percentagem de "velhos que ainda não arrumaram as botas"?
- b. - Cada vez é mais difícil encontrar um lar de dia para passarmos o nosso tempo livre.
- _____. Eu também tenho procurado, mas não tem sido fácil: ou são longe de casa, ou pedem uma mensalidade muito alta, ou _____ são as condições que não me agradam.
- c. Todas as pessoas com mais de 65 anos podem praticar desporto, _____ aquelas que têm problemas de saúde mais graves, que as impedem de o fazer.

- d. Andar de mota é muito prático, _____ torna-se mais fácil fugir às filas de trânsito durante as horas de ponta.
- e. Ontem estava muito deprimido; _____ fui até ao clube mais perto de casa e fiquei a falar com os meus amigos.
- f. Tanto quanto sabemos, o elixir da juventude ainda não foi “posto à venda”. _____ vamos lá a não desistir de viver e fazer aquilo que der mais alegria.
- g. -Tu que compras tantas revistas, _____ tens aí alguma que fale do problema dos radicais livres?
-Por acaso tenho! _____ tenho um jornal e uma revista. O que é que preferes?
- h. Hoje não saio. Vou ficar em casa a ver televisão, _____ vou tentar ver o filme, mas tenho tanto sono...
- i. -Tens de ter mais cuidado ao atravessares a rua. Olha sempre para os dois lados, senão qualquer dia ficas debaixo de um carro e nunca mais vais poder andar...
- _____ !

3. Complete o texto que se segue com as palavras dadas:

em / vias / cujos / habitantes / séculos / média / era / a / demográfica / baixa / taxa / desenvolvidos / mortalidade / natalidade / vacinação
--

Vidas mais longas

No início da _____ cristã, a população mundial rondaria os 250 milhões de _____ (menos do que a actual população dos Estados Unidos da América). Dezasseis _____ depois, esse número apenas duplicou devido _____ uma _____ de crescimento muito _____ - uma elevada mortalidade eliminou os efeitos da também elevada _____. Porém, a partir do século XIX, a _____ reduz-se nos países ocidentais, o que provoca uma explosão _____ em parte responsável pelas grandes migrações intercontinentais (para a América e para a Austrália). A seguir à Segunda Guerra Mundial, na generalidade dos países menos _____ houve, também, uma melhoria das condições de vida (acesso a medicamentos, _____). Por isso, ocorreu uma segunda explosão demográfica, _____ efeitos ainda se fazem sentir (apesar de uma diminuição dos nascimentos, os níveis de fecundidade ainda são muito mais elevados nos países em _____ de desenvolvimento do que nos industrializados. Actualmente existem cerca de 6 mil milhões de seres humanos no planeta (1/3 dos quais habitam na China e na Índia) que vivem, em _____, 63 anos (países _____ vias de desenvolvimento) e 75 anos (países desenvolvidos). Mas as diferenças continuam: os japoneses vivem, em média, o dobro dos zambianos...

Nota: os países estão classificados pela esperança de vida à nascença das mulheres que é, regra geral, mais elevada do que a dos homens.

Fontes: Colin Clark. O crescimento da população e a utilização da terra (1971). National Geographic (Outubro de 1998) e ONU. A situação da População Mundial (1998).

Gramática

1. O verbo passar pode ter mais de um significado. Para isso, contribui o uso de preposições diferentes:

de / por / em / a / para

Complete as frases com a preposição adequada e, à frente, dê um sinónimo, como no exemplo.

“(...) pelas sete da manhã, **passa pela** calçada a caminho de Xabregas (...)” *Ir através de*

- a. Talvez este caso se tenha passado _____ Estados Unidos. _____
- b. Depois de se reformar, ele passou _____ ter uma vida mais saudável. _____
- c. Ele tem quase 70 anos e passa _____ um jovem: pratica desporto, não tem reumático, nem cabelos brancos... _____
- d. Se não se importa, passe _____ aquele gabinete porque tem menos pessoas para atender. _____
- e. A nossa velhice não passa _____ um período de tempo ainda com muitas expectativas. _____

2. Há palavras:

	<i>grafia</i>	<i>pronúncia</i>	<i>significado</i>	<i>exemplos</i>
HOMÓFONAS	diferente	igual	diferente	cinto (subst.) sinto (verbo)
HOMÓGRAFAS	igual	diferente	diferente	vício (subst.) (eu) vicio (verbo)
HOMÓNIMAS	igual	igual	diferente	mina (subst.) mina (verbo)
PARÓNIMAS	parecida	parecida	diferente	área ária

Complete o quadro colocando os grupos de palavras no lugar adequado e explique as diferenças.

molho(sub.)/molho(v.) ceta/sela são(v.)/são(adj.) houve/ouve por/pôr
eminente/iminente rio(sub.)/rio(v.) paço/passo nada(v.)/nada(pron.)
crer/querer para/pára pode/pôde despensa/dispensa censo/senso
perfeito/prefeito comprimento/cumprimento dever(sub.)/dever(v.)

HOMÓFONAS	HOMÓGRAFAS	HOMÓNIMAS	PARÓNIMAS

molho (sub.) _____

molho (v.) _____

Unidade 12 – *Os Velhos que não arrumam as botas*

PIGA / SE > FUGIR
PIGA R - SE > DESAPARECER

impresão com -
em relação a -
Meio = ambiente

Unidade 13 - Homens e Mulheres...

lucro = classe

escala
acostumada

se calhar =
capacidade

HOMENS E MULHERES DESCUBRA AS DIFERENÇAS

↑ indicativo = cetera

Que os homens e as mulheres são diferentes já você sabia, pelo menos esperamos que sim, porque era grave se não tivesse chegado a essa conclusão antes de ter aprendido a ler. Mas aquilo de que talvez não tenha tanta consciência é até que ponto são distintos. Não, não tem nada a ver com machismos, nem sequer feminismos. Desta vez estamos a falar de biologia.

isso he uicir e clu ja

Teresa Telles

Os homens vivem menos tempo
... e as mulheres vivem mais. Injustiça divina?
Não, a explicação está nas hormonas, que as ditas tinham de ter alguma utilidade, para além de tornarem as mulheres ciclicamente em histéricas incontroláveis.

está a acontecer na Suécia, onde os estilos de vida são muito semelhantes nos dois sexos.

Por isso, se é mulher e o seu sonho é um dia ser "viúva alegre", trabalhe menos e mantenha-se em forma.

O que acontece é que as hormonas femininas protegem as mulheres das doenças cardíacas, que é a primeira causa de morte nos homens.

São as principais vítimas da depressão
...aparentemente. Os estudos dizem que sim, indicando que em cinco depressivos, três são do sexo feminino. Mas os estudiosos destas coisas hesitam em tirar conclusões. É que vivem na dúvida se será que elas são mesmo mais depressivas ou é apenas que o confessam mais facilmente? Que têm coragem de ir a um médico dizer que não estão bem e querem ajuda, em lugar de meter tudo para dentro, morrendo depois de uma crise cardíaca, provocada por tanto mal-estar acumulado? Os indicadores de consumo de álcool entre os homens, exacerbam ainda mais as suspeitas de que eles têm formas subtis de fugir a assumir a depressão.

Para tornar a coisa mais negra para o sexo masculino, sabe-se ainda que a testosterona, uma hormona masculina que está muito ligada à agressividade, "encoraja" comportamentos de risco. E é vê-los a atirarem-se para a estrada e para outros perigos, sem qualquer cautela. O resultado deste impulso é, muitas vezes, a morte em idades muito precoces.

Mas a verdade é que se falamos de depressões reactivas, ou seja em "resposta" a um acontecimento traumatizante ou a um "esgotamento por cansaço", de facto há razões para acreditar que elas estejam entre a maioria das vítimas. É que divididas entre trabalho, maridos, filhos, as mulheres de hoje têm realmente razão para ter umas crises de vez em quando.

Por outro lado, pelo menos até há pouco tempo, os homens bebiam, fumavam e trabalhavam muito mais do que as mulheres - tudo factores de alto risco.

Mas atenção, a depressão trata-se. Quer com medicamentos quer com psicoterapias (o ideal é serem as duas coisas conjugadas!) que podem ajudar a perceber onde é que se está a meter a pata na poça, nomeadamente na gestão do

À medida que as mulheres adoptam este tipo de comportamentos, prevê-se que a sua longevidade decresça e se iguale à dos homens. Ficção? Ao que parece não é, porque é o que

pr + ver
nr r

tempo. E o tratamento não tem sexo. É indispensável, tanto para homens como para mulheres.

“Elas passam a vida nos médicos”

... mas não quer dizer que sejam mais doentes. É verdade que as mulheres vão mais vezes aos médicos, e a mais médicos, do que os homens. “Têm mais tempo para essas coisas”, argumentam eles. Mas, se de facto assim pode ser, não é só de hipocondria que se trata. É que as mulheres, embora tenham mais anticorpos no sangue e estejam, em princípio, até mais bem definidas, são

igualmente mais sensíveis às quebras do sistema imunitário. Basta, por vezes, uma fase de grande stress para abrirem uma brecha na sua capacidade de reagir aos vírus e outros agressores.

Os homens toleram melhor o álcool

... mas as mulheres andam a “aprender”. Uma parte do álcool que bebemos é imediatamente destruído no estômago por uma enzima. Ora, as mulheres têm uma menor concentração dessa enzima, aliás como as crianças e os asiáticos. Sendo assim, nas mulheres, a taxa de alcoolemia, ou seja de álcool que passa para o sangue, sobe mais depressa. Já se há problemas de alcoolismo na família da mulher, a concentração das enzimas é maior, o que prova que a hereditariedade joga aqui um papel fundamental.

E, quando se tolera bem o álcool, tem-se tendência a beber mais, e mais frequentemente, o que associado a outros factores genéticos, pode levar a que a história se repita...

De qualquer forma, essas enzimas vão sendo estimuladas sempre que se bebe, o que significa que se pode aprender a tolerar melhor o álcool - a questão é que isso talvez seja mais mau do que bom.

Eles têm mais dores nas costas

...até aos 45 anos. O “mal das cruzes”, ou seja as dores no fundo das costas, são geralmente consequência de uma actividade física mais pesada, tanto profissional como lúdica. Depois dessa idade, o mal espalha-se pelas aldeias, para agravar a favor das mulheres a partir dos 55 anos - principalmente dores nas articulações, provavelmente mais uma vez em consequência das hormonas ou, pelo menos, dos danos provocados por elas na altura da menopausa.

Mapas é com eles

...por isso é que nunca querem perguntar o caminho. Os homens têm uma maior capacidade de se situar no espaço, o que os leva a revelarem realmente mais jeito para ler um mapa. Em média, claro, porque como em tudo há excepções.

Pelo menos é o que provam os estudos que colocam os dois sexos a tentar seguir um itinerário num mapa. Geralmente são os homens que chegam à meta mais depressa e tendo cometido menos erros. Pudera, elas andaram a memorizar os detalhes, como por exemplo, de que cor era o telhado da igreja, as florzinhas na borda do caminho, etc e tal.

Pelas mesmas razões - usam mais o lado do cérebro que sabe fazer estas operações - são os homens que têm mais capacidade de imaginar um objecto no espaço a três dimensões e tudo o que tenha a ver com geometria espacial. Em termos práticos, isto significa que se pedir a um homem para imaginar quanto espaço vai sobrar se enfiar uma cama num quarto vazio, ele terá muito mais facilidade em lhe dar uma resposta.

O cérebro masculino pesa mais

...Pois sim senhora, é verdade, o cérebro do homem pesa, em média, mais 200 gramas do que o nosso. E acreditava-se (leia bem: acreditava-se) que isso os tornava mais inteligentes do que as mulheres, nomeadamente mais capazes para os temas científicos. Ou seja, tudo o que não tivesse a ver com o corte e costura.

Só que, entretanto, está mais do que provado que peso, forma e tamanho não têm qualquer influência no Quociente de Inteligência. Há mesmo verdadeiros génios que têm um cérebro ainda mais levezinho do que a média, que está situada nos 1500 gramas.

Mas já as diferenças entre os dois hemisférios podem ter algum significado. O dos homens é mais assimétrico, tanto no tamanho dos hemisférios como nas conexões que se estabelecem entre eles.

E a verdade é que o hemisfério direito e o esquerdo têm funções completamente diferentes. O hemisfério esquerdo (que é

predominante nos que utilizam a mão direita) inclui os centros da linguagem, o pensamento conceptual e a análise; o direito, mais desenvolvido nos esquerdinos, domina as actividades não verbais, a percepção do espaço e o sentido musical e artístico em geral. É exactamente este último que domina nos homens.

Em termos práticos, isto significa que são, de facto, melhores a matemática e são geralmente homens os que seguem esses cursos a nível universitário. Mas, como as meninas são melhores em cálculo mental e provavelmente mais persistentes no estudo, até esta tendência parece estar a inverter-se, levando a pensar que provavelmente eles desenvolveram mais aquela parte do cérebro simplesmente porque a exercitavam, já que culturalmente lhe eram atribuídas essas funções na gestão do lar e da vida.

Mas os entendidos ainda não chegaram a uma conclusão definitiva, já que descobriram que as raparigas com doses de testosterona mais alta, tinham mais jeito para a matemática do que as outras raparigas...

Gordura é mais perigosa para os homens

... mas as mulheres é que falam de dietas. E são elas que têm mais doenças do foro mental associadas ao comportamento alimentar. São geralmente elas que sofrem de anorexia e bulimia e escondem na comida os seus problemas e angústias. Na anorexia, convencem-se de que estão gordas, apesar de estarem, de facto, abaixo do peso recomendado e literalmente matam-se à fome. Na bulimia comem compulsivamente, habitualmente para depois vomitarem de forma a não ganharem peso - ao contrário da anorexia, podem passar muito mais tempo despercebidas, porque aparentemente não têm um peso que chame a atenção e o acto de vomitar é geralmente guardado no maior segredo. Ambas são doenças de facto, e não um capricho ou uma mania,

sendo necessário pedir ajuda a uma equipa multidisciplinar que esteja especializada em tratar estes casos.

Por outro lado, e como explica Sandrine Barruyer, as mulheres tomam mais medicamentos, nomeadamente a pilula que, segundo alguns estudos americanos, aumentaria o consumo de vitaminas do grupo B e de vitamina C o que, por sua vez, induziria uma alteração dos comportamentos alimentares. Da mesma forma, os medicamentos destinados a problemas do sistema nervoso central aumentam muitas vezes o apetite, perturbando o sistema hormonal e tornando os açúcares irresistíveis.

Mas, apesar de tudo isto, a gordura feminina é essencialmente subcutânea, enquanto que as reservas masculinas são feitas nas profundidades, e esse tecido adiposo profundo é perigoso. Ao libertar gorduras nas veias do abdómen perturba o metabolismo do fígado e o funcionamento da insulina. Por isso, os homens que não cruzem os braços à "barriga de cerveja" e ao facto do ponteiro da balança andar lá por cima...

Os ossos das mulheres partem-se

... mas há tratamento. Não é para desanimar, mas a partir do momento em que nascemos ou, pouco depois, começamos imediatamente a morrer aos bocadinhos. A massa óssea diminui espontaneamente a partir dos 40 ou 45 anos. Só que enquanto os homens perdem entre 0,3% a 0,5% por ano, as mulheres têm baixa da ordem dos 1 a 2%. Aos sessenta, estabiliza e volta a ter um ritmo semelhante nos dois sexos. Mas os estragos estão feitos. A osteoporose feminina (é assim que se chama) torna mais fácil as fracturas, com todas as consequências que delas advêm. Mas há formas eficazes de combatê-la: tratamentos hormonais na menopausa e a seguir, actividade física regular, peso equilibrado e comer alimentos ricos em cálcio ou tomá-lo em forma de suplemento.

E há, sobretudo, que evitar as quedas - as mulheres caem duas vezes e meia mais vezes do que os homens. Porquê? Usam sapatos estúpidos, têm problemas de equilíbrio, tomam mais tranquilizantes ou medicamentos para dormir e andam mais de um lado para o outro, nomeadamente dentro de casa.

Glossário

adiposo: gorduroso; gordo.

argumentar: alegar; rebater; arguir.

cautela: cuidado.

compulsivamente: descontroladamente; desmedidamente.

detalhes: pormenores.

enzima: molécula de origem biológica, produzida por células vivas, que aumenta a velocidade de uma reacção bioquímica específica, e que actua como catalisador orgânico.

esquerdinos: aquele que usa habitualmente a mão esquerda; canhoto.

estragos: danos.

exacerbar: agravar; irritar.

hipocondria: doença nervosa que torna o doente triste e melancólico.

insulina: hormona segregada pelo pâncreas, cuja falta ou deficiente produção causa a diabetes.

sobrar: restar; ter em excesso.

tolerar: suportar; consentir tacitamente.

Compreensão

a. Segundo o texto, quais são as principais diferenças biológicas entre Homens e Mulheres?

b. No texto: “Elas passam a vida nos médicos” fala-se em que, por vezes, basta uma fase de grande *stress* para abrir uma brecha na capacidade da mulher reagir ao vírus e outros agressores. Como explica a expressão sublinhada?

c. Por que motivo serão as mulheres as principais vítimas da depressão?

d. Porque é que se diz que as mulheres andam a “aprender” a tolerar melhor o álcool?

e. No texto: “O cérebro masculino pesa mais”, explique a expressão “(...) tudo o que não tivesse a ver com o corte e costura.”

Vocabulário

1. Encontre na coluna B o significado mais apropriado para as expressões idiomáticas da coluna A.

A	B
a. viúva alegre	1. sentir inveja
b. tornar a coisa mais negra	2. atingir um fim
c. alto risco	3. dizer tudo sem rodeios e emotivamente
d. falar com o coração na boca	4. pessoa idosa e bem disposta
e. meter a pata na poça	5. fingir não ouvir
f. fazer ouvidos de mercador	6. divulgar um segredo ou aquilo que é suposto ser sigiloso
g. ter dor de cotovelo	7. ajudar ou auxiliar alguém a fazer um trabalho ou tarefa
h. chegar à meta	8. complicar a situação
i. dar uma mãozinha	9. cometer um disparate
j. dar com a língua nos dentes	10. perigoso

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____
- f. _____
- g. _____
- h. _____
- i. _____
- j. _____

2. Escolha o verbo mais apropriado e complete as frases.

- a. Depois de terem feito vários testes, os biólogos _____ à conclusão que as mulheres são muito mais resistentes aos choques emocionais.
1. acabaram 2. chegaram 3. atingiram
- b. Perante um problema grave, como o álcool, por exemplo, é necessário ter coragem e _____ a depressão que daí pode provir.
1. assumir 2. sumir 3. recuar
- b. Nem todas as pessoas têm a mesma capacidade de _____ a ingestão do álcool em quantidades médias.

1. ignorar 2. sofrer 3. tolerar
- d. Não há dúvida que uma grande parte dos homens tem muito _____ para ler os mapas das estradas.
1. sentido 2. habilidade 3. jeito
- e. Finalmente o banco _____ um empréstimo para comprar uma casa nova.
1. concedeu 2. deu 3. facilitou
- f. Os biólogos têm estado a _____ informações sobre vários comportamentos humanos que se têm verificado nos últimos anos entre a população citadina.
1. seleccionar 2. escolher 3. recolher
- g. Já todos nós _____ atenção à diferença de comportamento entre homens e mulheres quando estão perante um problema idêntico.
1. pagámos 2. prestámos 3. fizemos
- h. Depois de ter sido um actor muito famoso, nos anos 70, _____ no esquecimento da maioria de nós.
1. caiu 2. saiu 3. entrou
- i. Quando ela virou a esquina, voltou-se para trás, _____ o braço, e disse adeus.
1. erguendo 2. mexendo 3. movimentando
- j. Eles já _____ o sacrifício de ficarem sem férias durante cinco anos consecutivos.
1. deram 2. fizeram 3. tiveram

Gramática

1. Coloque as palavras que se seguem nas colunas consoante o valor do x.

máximo / exemplo / fluxo / excepção / exibição / exactamente / texto / exercitavam / exame / baixa / anorexia / abaixo / explica / exercício / repuxo / próximo / complexo / exonerar

<i>ch</i>	<i>ss</i>	<i>z</i>	<i>cs</i>
<i>taxa</i>	<i>conexões</i>	<i>exacerbam</i>	<i>sexo</i>



2. *Porque* ou *Por que*?

a.

- As mulheres gostam muito de ir ao médico _____, assim, controlam melhor o seu estado de saúde.
- Não sabemos _____ razão ficam as mulheres embriagadas com mais facilidade do que os homens.
- Os médicos também sabem _____ motivo as mulheres têm mais dores de cabeça.
- Eles decidiram combater o *stress* do dia-a-dia _____ estavam à beira de uma depressão.
- _____ pesa mais o cérebro masculino?

Tão ou *Tanto*?

b.

- Eles têm tido _____ tempo livre, que se têm dedicado à pintura do azulejo.
- Ela tem estado _____ bem disposta que eu até acho estranho!
- O filho da minha amiga é _____ obeso, que o médico já o mandou fazer uma dieta muito rigorosa.
- Com _____ preocupações, não admira que pareça mais velho do que na realidade é.
- Eles bebem _____ ao fim-de-semana que ficam doentes até ao meio da semana.

Senão ou *se não*?

c.

- _____ estudas mais, não vais conseguir fazer o exame.
 - Este ano não comprei _____ uma camisola grossa para o frio.
- Este exercício tem apenas um _____: é muito cansativo!
- _____ tens tempo, acabas isso amanhã. Não há problema.
- Decidimos não resolver este problema _____ com a responsável pelo departamento.

Contudo ou *com tudo*?

d.

- Eles ainda pensaram acabar o trabalho ontem, _____, à última da hora, surgiram várias dúvidas que eles não conseguiram ultrapassar.
- Eu ia até lá, _____ já é muito tarde e eu não tenho carro. Desculpe!
- _____ aquilo que ela me disse, eu ainda estou muito magoada e triste.
- Ela ficou muito triste _____ o que se passou lá no escritório.
- Está bem, podes sair e voltar um pouco mais tarde, _____ amanhã tens de te levantar bem cedo para ires para as aulas.

MISSA SEM TAMBOR

Afastamento de bispo negro em Salvador acirra a polêmica sobre o sincretismo na Bahia

Cíntia Campos

Na Bahia, o sincretismo religioso sempre foi um assunto delicado para as autoridades eclesiais. É uma herança antiga, ainda do tempo da escravidão. Proibidos pelos senhores de engenho de praticar o candomblé, os escravos desenvolveram uma forma de religiosidade na qual os símbolos e rituais afros se misturaram aos católicos e vice-versa. Como resultado, hoje é comum encontrar nos terreiros de candomblé imagens de santos com nomes de orixás, da mesma forma que o atabaque e o berimbau se incorporaram às festividades católicas. Com grau maior ou menor de tolerância, durante séculos a hierarquia católica conviveu com essa mistura. Nas últimas semanas, porém, a questão ganhou contornos de crise. O motivo foi a decisão do cardeal-arcebispo de Salvador, dom Lucas Moreira Neves, de transferir para uma regional distante da capital baiana o primeiro bispo negro a ocupar um cargo importante na Igreja Católica local. Dom Gílio Felício, 48 anos, gaúcho de Lajeado, fora nomeado pelo Vaticano bispo-auxiliar da arquidiocese no início do ano. Antes mesmo de esquentar a cadeira foi transferido para a cidade de Cruz das Almas, a 160 quilômetros de Salvador. A comunidade negra ficou ofendida porque dom Gílio, além de negro, vê com naturalidade o sincretismo. Dom Lucas, ao contrário, opõe-se a ele.

“Para entender a Bahia é preciso entender a dualidade religiosa”, reclama Albérico Paiva Pereira, mestre de

noviços da Irmandade de Nossa Senhora do Rosário dos Pretos, fundada por escravos e negros libertos no início do século XVIII. “As pessoas aqui acreditam sinceramente, e com toda a força, em Jesus, nos santos católicos e nos orixás.” Pereira é, ele próprio, um bom exemplo dessa dualidade. Membro de uma irmandade católica, em seu peito convivem, sob uma camiseta com a estampa de Zumbi dos Palmares, uma guia de Xangô (colar de contas que, no candomblé, invoca a proteção dos orixás) e um crucifixo. Dom Lucas, por seu lado, detesta esse tipo de combinação. “Vou continuar combatendo o sincretismo”, tem afirmado em entrevistas recentes. “Quando as religiões afro-brasileiras eram perseguidas e proscritas, ainda havia sentido. Agora, com a liberdade total de crença no Brasil, cada um tem se seguir sua fé, sem misturas.”

Curioso é que existem líderes do candomblé que concordam com o cardeal. “Não podemos mais esconder nossa fé sob os altares dos brancos. O sincretismo não tem mais lugar.”, diz o antropólogo Jaime Sodré, ogã, do terreiro Ilê Axé Opô Afonjá, um dos mais tradicionais de Salvador. Ele reconhece, no entanto, que hoje a realidade religiosa de Salvador é mais complexa do que a simples veneração a Santa Bárbara como fachada para o culto a Iansã, ou a reverência ao Senhor do Bonfim como disfarce ao culto a Oxalá. “Realmente, boa parte dos baianos tem fé nas entidades das duas

religiões” diz. Uma prova de que a mistura entre ritos afros e catolicismo talvez já não possa ser desfeita está no censo do IBGE. Embora Salvador seja uma cidade que se veste de branca às sextas-feiras, em reverência a Oxalá, onde a cada esquina se tropeça num ebó (oferenda) e quase todos sabem qual é o seu “santo de cabeça” (orixá protetor), no último censo apenas 0,1% dos baianos se declararam adeptos do candomblé. A percentagem é menor do que na maioria dos outros Estados e só se iguala à do Paraná e à de Sergipe. No Rio de Janeiro, quase 2% da população diz seguir o candomblé. Na Bahia, ao contrário, a imensa maioria da população se declara católica. Até Mãe Menininha do Gantois, a mais famosa mãe-de-santo baiana, dizia ser católica.

Dom Gilio é militante de longa data dos pastorais de negros. Cumpriu dois mandatos como presidente do Instituto Mariama, instituição que reúne padres, bispos e diáconos negros e se dedica a estudar a espiritualidade afro-brasileira. Para ele, o sincretismo é um assunto que deve ser estudado e tolerado pela Igreja Católica. “Existe profunda identidade entre a fé católica e o candomblé”, afirma o bispo. “O culto aos antepassados, feito no candomblé, é similar à crença na vida eterna dos cristãos. Os mitos da criação do mundo da Nação Nagô são muito semelhantes aos do livro Gênesis, na *Bíblia*. Por isso, o sincretismo é uma realidade que desafia a ação pastoral. Nunca o ódio, a intolerância e a exclusão podem estar presentes nas relações da Igreja com o culto africano.”

Festa afro

Dom Lucas vai numa direção oposta. Desde que chegou a Salvador, em 1987, o cardeal, que também é presidente da

Conferência Nacional dos Bispos do Brasil, CNBB, tenta pôr ordem na casa afastando os elementos do candomblé que se incorporaram ao ritual católico. Por ordem dele, a lavagem da Igreja do Bonfim, uma festa carregada de simbologia afro, passou a ser feita apenas nas escadarias. O adro da igreja foi fechado às baianas com seus jarros de água de cheiro. Em 1993, ele proibiu a missa comemorativa dos vinte anos do bloco Ilê Aiyê porque os cânticos seriam acompanhados por instrumentos de percussão africanos. Em Cachoeira, no Recôncavo Baiano, a tradicional Irmandade da Boa Morte, fundada por mulheres negras há 200 anos, deixou de ser tolerada por padres leais ao arcebispo.

Nesse clima, é compreensível que a reação ao afastamento de dom Gilio tenha sido grande, dentro e fora da própria Igreja. “Não posso afirmar que dom Gilio foi afastado por suas idéias a respeito do sincretismo, mas acho estranho o fato de ele ser o único bispo auxiliar que atuará fora do centro político-decisório da arquidiocese”, reclama Alfredo Dórea, pároco da igreja do Rosário dos Pretos. Enquanto a polêmica aumenta, os dois principais envolvidos evitam comentá-la. Publicamente, dom Gilio não reclamou da transferência para a regional de Cruz das Almas. Suas declarações, ao contrário, foram bastante cuidadosas até agora. “Ouvi as especulações e creio que os afrodescendentes estão frustrados”, afirma o bispo. “Há o entusiasmo do povo negro pelo irmão de raça numa posição de destaque. Afinal, os negros católicos são muitos, mas são poucos os bispos negros, embora haja muitos padres negros com qualificação para ser bispos.”

Revista Veja

Glossário

- acirrar:** incitar; provocar
adepto: o conhecedor dos princípios ou dogmas de uma seita, religião, ou corrente filosófica
adro: terreno em frente da igreja
água de cheiro: perfume de lavanda utilizado nos rituais
camiseta: espécie de camisa de malha, com mangas curta e sem gola
candomblé: a religião dos negros iorubás
carregado (fig.): cheio
censo: conjunto dos dados estatísticos dos habitantes de uma cidade, estado, etc.
colar de contas: ornamento para o pescoço feito de missangas
crença: acto ou efeito de crer; fé religiosa; convicção íntima
culto: ritual; veneração; adoração ou homenagem a alguma divindade
disfarce: acção de disfarçar(-se); de ocultar (-se); de esconder algo
eclesiástico: da igreja ou relativo a ela; sacerdote; clérigo ;padre
entidade: o que constitui a essência de uma coisa; ente ou ser.
especular: examinar com atenção; averiguar
estampa: figura impressa; ilustração
gaúcho (bras.): indivíduo que nasce no Rio Grande do Sul/ Brasil
incorporar: dar forma corpórea; juntar num só corpo; materializar-se; reunir-se
noviço: novato; homem que se está a preparar para professar alguma religião
orixás: divindade de religiões afro-brasileiras
proscrito: aquele que foi desterrado; condenado; afastado; expulso
reverência: respeito às coisas sagradas; consideração
senhor de engenho: proprietário de grandes fazendas ou propriedades produtoras de cana-de-açúcar
sincretismo (bras.): fusão de elementos culturais diferentes ou até antagónicos
tambor: qualquer dos instrumentos de percussão, com uma ou duas membranas esticadas, que tocadas reproduzem sons (muito utilizado nos rituais africanos)
terreiros (bras.): lugar de culto dos fetiches afro-brasileiros
tropeçar: encontrar impecilho inesperado; hesitar; vacilar
venerar: adorar; reverenciar; ter consideração

Compreensão:

1. Qual é o problema levantado por este texto?

2. De acordo com o texto, o sincretismo religioso sempre foi um assunto delicado. Concorda com essa opinião? O que pensa sobre a possibilidade de mistura e/ou de coexistência de elementos culturais ou de religiões diferentes? Quais pensa que serão os problemas ou as vantagens que daí poderão advir?

3. Como interpreta esta afirmação feita pelo autor no texto: " Quando as religiões afro-brasileiras eram perseguidas e proscritas, ainda havia sentido."?

4. Refira-se à situação que se vive no seu país em relação à existência de culturas ou de religiões diferentes.

5. Voltando ao texto, em que aspectos é que as posições de Dom Gílio e de Dom Lucas se opõem?

6. Relacione a primeira coluna com a segunda, para que as frases tenham sentido:

- | | |
|------------------|---|
| a. Curioso é que | 1. dois mandatos como presidente. |
| b. Antes mesmo | 2. a cada esquina se tropeça num ebó. |
| c. Cumpriu | 3. de uma irmandade católica, em seu peito convivem uma guia de xangô e um crucifixo. |
| d. Onde | 4. de esquentar a cadeira foi transferido para a cidade de Cruz das Almas. |
| e. Agora, | 5. existem líderes do candomblé que concordam com o cardeal. |
| f. Membro | 6. com a liberdade total de crença no Brasil, cada um tem de seguir sua fé, sem misturas. |

Vocabulário

1. Faça frases com sinónimos das seguintes palavras do texto:

cargo -

combater -

conviver -

delicado -

detestar -

entender -

fachada -

festividades -

oferecer -

sincero -

veneração -

2. Escreva os antónimos das seguintes palavras do texto:

real - _____

encontro - _____

tolerância - _____

distante - _____

afirmar - _____

comum - _____

complexo - _____

recente - _____

fazer - _____

excluir - _____

semelhante - _____

3. Explique o significado das expressões ou frases abaixo:

a) a questão ganhou contornos de crise

b) esquentar a cadeira

c) seguir sua fé

d) em cada esquina se tropeça num ebó

e) para entender a Bahia é necessário entender a dualidade religiosa

f) de longa data

g) pôr em ordem

h) existe profunda identidade entre a fé católica e o candomblé

4. Encontrou no texto algumas diferenças entre o português de Portugal e do Brasil, referentes aos aspectos da acentuação, ortografia e léxico:

Exemplos:

camiseta (Brasil) - T-shirt (Portugal)
polêmica (Brasil) - polémica (Portugal)
atual (Brasil) - actual (Portugal)

Veja se consegue encontrar os termos em português de Portugal para as seguintes palavras que se usam no Brasil.

- | | |
|------------------------|-------|
| a) o banheiro | _____ |
| b) um cara | _____ |
| c) bater papo | _____ |
| d) fato | _____ |
| e) estar duro | _____ |
| f) estar de saco cheio | _____ |
| g) estar a curtir | _____ |
| h) exceto | _____ |
| i) direto | _____ |
| j) ônibus | _____ |
| k) planejar | _____ |
| l) esporte | _____ |
| m) sorvete | _____ |
| n) bonde | _____ |

5. Selecione a alternativa que melhor se aproxima da palavra assinalada:

SINCRESTISMO	aproximação	fusão	respeito
PROSCRITO	permitido	nomeado	proibido
MILITANTE	combatente	praticante	protetor
FACHADA	aparência	vista	panorama
CRENÇA	adepto	espiritualidade	fé
INCORPORAR	mergulhar	reunir	penetrar

6. Complete os espaços de acordo com o exemplo:

Exemplo:

proibir	a proibição	proibido
afastar	o afastamento	afastado

- | | | |
|-------------|-------|-------|
| a) frustrar | _____ | _____ |
| b) envolver | _____ | _____ |
| c) reclamar | _____ | _____ |
| d) nomear | _____ | _____ |

- e) venerar _____
- f) ofender _____
- g) auxiliar _____
- h) libertar _____

Gramática

1. Transforme as frases da voz passiva em voz activa:

Exemplo:

Dom Gílio fora nomeado pelo Vaticano.
O Vaticano nomeou Dom Gílio.

- a. Antes de esquentar a cadeira, ele foi transferido para a cidade de Cruz das Almas.

- b. As religiões africanas eram perseguidas e proscritas.

- c. O adro da igreja foi fechado às baianas com seus jarros de água de cheiro.

- d. O sincretismo deve ser estudado e tolerado pela Igreja Católica.

- e. Talvez a mistura entre ritos afros e catolicismo já não possa ser desfeita.

- f. Dom Gílio fora nomeado pelo Vaticano.

2. Transforme as seguintes frases de modo a contrastar as diferenças entre o português do Brasil e o de Portugal.

- a) Vou continuar combatendo o sincretismo.

- b) Cada um tem de seguir sua fé.

- c) Não podemos mais esconder nossa fé.

- d) Dom Gílio se dedica a estudar a espiritualidade afro-brasileira.

3. Complete as palavras que se seguem com *e* ou *i*.

Ex: *requisitos*.

__dício
al__atório

açor__ano
__nunciado

_xacto	am_aça
pent_ar	pant_ão
barb_aria	pr_vilégio
esqu_sito	d_spensável
ans_ar	p_scina
art_ficio	aqu_sições
subúrb_o	mal_ável
pers_ana	v_zinho

4. Complete as palavras que se seguem com o ou u.

Ex: *autonomia.*

f_mentar	esf_rçar
rem_neração	g_loso
op_rtunidade	pers_adir
s_perar	s_prar
pit_resco	nód_a
ca_s	ch_ver
n_jento	eng_lir
c_stume	ab_lição
tort_ra	t_ssir
rem_er	compr_misso

Tema para discussão:

As diferenças religiosas têm causado e continuam a causar grandes conflitos sócio-políticos. Até que ponto podemos, hoje em dia, afirmar que a religião tem sido e continua a ser usada com fins políticos?

O SÁBADO DO NOSSO CONTENTAMENTO

Elizabeth Ceita Vera Cruz

A funjada
de sábado
dos
angolanos,
é uma ode
à vida e à
liberdade.

Ao folhearmos uma revista ou jornal, um qualquer periódico de um qualquer país africano - com algumas honrosas exceções - em que a insegurança é (quase) a única certeza, verifica-se que o seu conteúdo não vai para além de notícias breves e ligeiras, sobre a actualidade do país e do estrangeiro. Raras são as vezes em que o conteúdo dos artigos é um misto de cultura e lazer e onde a cultura assuma o seu lugar cimeiro enquanto e como expressão de um povo, de uma comunidade, de um país, onde passado, presente e futuro se entrecruzam. Perguntar-se-á porquê? Muitas são as pessoas habilitadas para este tipo de jornalismo, à falta de criatividade e imaginação, não esquecendo que o clima político, social e económico também incorpora o leque de justificações desta panaceia.

Vem tudo isto a propósito das tipificações que se podem encontrar e fazer, com mais ou menos segurança, a propósito de um povo. No presente caso os angolanos, mais precisamente os luandenses, também conhecidos por caluandas. Por isso, nada melhor do que um pouco de história, salpicada de curiosidades.

Forjados e tidos como sendo a "jóia da coroa" do e pelo então império colonial português - à semelhança da Índia para os ingleses - os angolanos, e mais precisamente os luandenses, em muito parece terem "assimilado" esta faceta de um hibridismo transcontinental. Este elemento pode ser considerado catalisador daquilo que é hoje o luandense: um indivíduo com tudo o que as grandes cidades têm de bom e de mau, e mais qualquer coisinha.

Com cerca de 3 milhões de habitantes à volta de um país que tem 1 246 700 km² de superfície, Luanda é uma cidade multifacetada. De dizeres, de quereres, de sentires, Luanda é neste momento um laboratório único onde passado, presente e futuro se (entre)cruzam, buscando não se sabe bem o quê. Neste cadinho em que muito do que parece não é, em que gentes de Cabinda ao Cunene vivem, guerreiam, choram e riem, há algo que sobressai e identifica o luandense: o ritual de sábado da funjada.

Se, num passado não muito longínquo este não era certamente um elemento identitário do luandense (pelo menos do mesmo modo como é hoje) - aqui e ali havia pessoas que o faziam, e não necessariamente ao sábado, podendo mesmo isto sim, funcionar como símbolo e factor de marginalidade, pois que quem comia ou comesse funge era proveniente de extracto social considerado baixo (a saber, negros) porque pobre, mas também porque não civilizado -, hoje o funge cataliza unindo, identificando numa só voz os luandenses. Numa perspectiva política, sociológica e cultural, pode considerar-se a "funjada", como uma conquista do angolano, (um) a vitória da liberdade sobre a opressão, a "autenticidade" - entenda-se angolanidade - sobre o assimilacionismo.

O funge ao sábado é uma religião. Por isso, cedo começa a romaria até aos inúmeros mecados que pululam pela cidade e zonas limítrofes. Óleo de palma, peixe fresco e seco, quiabo, gimboa, rama de batata doce e abóbora - às vezes - tomate, cebola, farinha de bombó, farinha de mandioca (da fina e/ou musseque), banana madura, estes são os condimentos essenciais da função. Por volta do meio dia, começa o labor. Limpar, descascar, cortar, sobrepor e eis a panela ao lume. Meia hora depois, já se começa a sentir o cheiro a funge, enquanto o feijão de óleo de palma se presta a mais uma mexideia.

Lá fora, os miúdos pulam, brincam - é dia de folga, dia de festa nacional, dir-se-ia, pois o luandense acha que Angola é Luanda. Nesta galhofa sem parar, as músicas (pre)enchem o ar, pois nada

acontece sem música. Em todas as casas reina um ambiente pré-funjada, enquanto os corpos se azafamam para bater o funge, ponto final desta verdadeira odisseia. Com urgência o funge é batido, e com a mesma urgência re reúnem todos à mesa, pois o funge sabe bem é quente. Sai o vinho e a cerveja, que a gasosa é para a miudagem. Neste autêntico hino nacional, com o momento solene no auge, a variante mufetada - de preferência de cacusso -, com batata doce e mandioca cozidas, com o respectivo molho de limão e gindungo, a farófia e o bendito feijão - pois ele é o remate final de qualquer funjada que se preze -, são autênticas dádivas do céu.

A pedir bis, ao mesmo tempo que empanturra, o feijão do nosso contentamento enaltece o funge, mostrando uma vez mais que vale bem a pena viver. Mães, pais, filhos, avós e netos, passando pelos primos e sobrinhos, rematando nos amigos, são todos uma mesma família que arrotta e suspira prazeres. Para os mais sortudos, o prazer é redobrado quando o festim se faz no quintal, de preferência debaixo da mulemba, ou, à falta da mesma, debaixo de uma qualquer árvore, porque uma sombrazinha faz sempre falta.

Com as quetas da moda a gritarem alto, seguem-se uns pezinhos de dança para ajudar a retemperar agilidade e mais uma cervejinha a estalar, porque assim é que se está bem, este é um sábado bem passado - sim senhor, graças a Deus -, que na próxima semana há mais. À noite, bem à noitinha, pode ser que caia na farra... haja Deus!

Revista Angolé

Glossário

a estalar: bem fresca; gelada

arrotar: acção de soltar gases que saem do estômago com ruído

assimilacionismo: doutrina que funciona como contraponto ao “Estatuto do Indigenato” e como prerrogativa que é, contemplava a concessão, ao indígena, da cidadania do país colonizador e, por este facto, concedia-lhe o Bilhete de Identidade.

auge: ponto mais elevado

azafamar: depressar; trabalhar com actividade

bater: mexer; misturar

cacusso: nome de peixe do rio

catalisador: acção de acelerar ou retardar a velocidade de uma reacção

cimeiro: de cima; principal

empanturrar: encher, enfartar

enaltecer: exaltar; tornar grande

farinha de bombó: farinha grossa extraída da mandioca; fuba

farófia: farinha de mandioca com sumo de laranja, cebola picada, etc.

folhear: consultar; ler

forjado: enganado

funge: massa feita de farinha de mandioca ou milho e que é acompanhada normalmente com um molho de peixe ou carne

funjada: comida típica de Angola

gimboa: legume

gindungo: piri-piri

limítrofe: limite

mexidela: acção de mexer ou misturar

mufetada: comida típica de Angola

mulemba: árvore de grande porte com grande tradição em África

multifacetado: com muitos aspectos diferentes

ode: poema

palma: da palmeira

pular: saltar

pulular: abundar

queta: música

quiabo: legume

reinar: predominar; dominar

sobressair: ser ou estar saliente; distinguir-se

Compreensão:

1. Porque é que segundo a autora “a funjada de sábado dos angolanos é uma ode à ida e à liberdade”?

2. Qual foi a evolução do significado simbólico do funge?

3. Embora os angolanos vivam momentos tão difíceis vive-se no texto um ambiente que, como a autora refere, mostra que “vale bem a pena viver”. Como é isso possível?

4. Após a leitura do texto, tente definir o povo angolano, especialmente Luanda, com três adjectivos e justifique-os.

Vocabulário

1. Volte ao texto e explique as seguintes expressões nela inseridas:

a) “...jóia da coroa...”: _____

b) “... de dizeres, de querereres, de sentires...”: _____

c) “Neste cadinho em que muito do que parece não é...”: _____

d) “Neste autêntico hino nacional” _____

e) “... são autênticas dádivas do céu...” _____

2. Neste exercício o verbo correspondente a cada substantivo inclui um prefixo. Forme o verbo correspondente a cada substantivo e faça com ele uma frase.

Ex.: casca ⇒ descascar

velhice - _____

juventude - _____

riqueza - _____

pobreza - _____

benção - _____

tristeza - _____

paixão - _____

manhã - _____

tarde - _____

noite - _____

coragem - _____

frente - _____

cara - _____

terra - _____

pressa - _____

caminho - _____

caixa - _____

proveito - _____

3. Relacione cada palavra da coluna da esquerda com uma da coluna da direita de acordo com o significado que tem dentro do texto.

1. miudagem	a) jornal
2. labor	b) festa
3. galhofa	c) descanso
4. romaria	d) ambiente
5. faceta	e) remédio
6. farra	f) trabalho
7. folga	g) característica
8. clima	h) peregrinação
9. periódico	i) crianças
10. panaceia	j) alegria

Gramática

1. Já deve ter verificado que o texto é rico em diminutivos. Os diminutivos, em português, muitas vezes têm um sentido mais afectivo, como nos exemplos que se seguem:

coisinha / pezinhos / sombrazinha / cervejinha / noitinha

Mas também podem ter um significado um pouco mais desprezível. Por exemplo:
mulherzinha

Forme diminutivos dos seguintes substantivos e tente chegar a uma conclusão sobre a sua significação:

boca _____	escada _____
dia _____	favor _____
sol _____	cadeira _____
chapéu _____	mãe _____
janela _____	neto _____
ponte _____	calor _____
café _____	vento _____
carta _____	música _____
beijo _____	homem _____
jardim _____	colher _____

2. Agora forme os aumentativos das seguintes palavras, juntando o sufixo correcto.

Ex: panela ⇒ panelão

rocha _____	boca _____
barulho _____	prato _____
voz _____	chuva _____
porta _____	cadeira _____
sala _____	copo _____
faca _____	peito _____
casa _____	sábio _____
camisola _____	pata _____
homem _____	cão _____
mulher _____	rapaz _____

3. Coloque o acento correcto (agudo ou circunflexo) nas palavras que o exigem.

experiencia	negoceio	necessario
experiente	negocio	necessidade
experimentavamos	negociante	necessitavamos
contrapos	timido	heroismo
contrapor	timidez	heroi
contrapunhamos	entimidou	heroína
organico	frequencia	fôssemos
organicidade	frequentador	foramos
organizado	frequente	formos

caracter	dor	musica
caracteristica	doi	musical
caracteristico	doeu	musicado
veem	dificil	economico
viamos	dificeis	economia
vimos	dificuldade	economista
tra-lo	util	papel
fe-lo	utilidade	papeis
fizemo-lo	utilitario	papelada
tera	individuo	mantem
teremos	individual	mantivemos
tivessemos	individualista	mantiveramos

Temas para discussão

1. Como se poderá justificar que povos que vivem uma situação difícil, a tantos níveis, possam manter tal alegria como a que o texto ilustra, quando em países com muito melhores condições se encontra, na maior parte das vezes, um ambiente muito mais pessimista.
2. Qual será, no seu país, a festa ou o “ritual” que pode ser comparado, de algum modo, ao que se vive no texto?

SOLUÇÕES

Unidade I

Férias sem stress? Não, obrigado!

Vocabulário

1.
 - a. (...) havia uma minoria que *se dava ao luxo* de usufruir (...).
 - b. (...) estou quase a *dar em doida*.
 - c. (...) cujos quartos *dão para* o mar.
 - d. (...) que adore *dar uns palpites* sobre o trabalho (...).
 - e. (...) Já não é a primeira vez que *dou com* ela a chorar (...).
 - f. (...) planeado às Caraíbas *deu em águas de bacalhau*, uma vez que (...).
 - g. (...) que não *se dão com* locais isolados (...).
 - h. (...) Mas por muito cansado que se sinta, nunca *dá o braço a torcer*.

2.
 1. - i.
 2. - g.
 3. - j.
 4. - a.
 5. - e.
 6. - h.
 7. - c.
 8. - f.
 9. - d.
 10. - b

3.
 - a. estender
 - b. estoiram
 - c. tostar
 - d. se atirarem
 - e. estoirou
 - f. gozar
 - g. estender
 - h. toste
 - i. gozar
 - j. atirado à

Gramática

1.
 - a. (...) pode dar-lhes para que se *atirem* (...).
 - b. Caso se *inclua* no (...).
 - c. Caso o *chateiem* com bocas (...).
 - d. É natural que não se *contentem* com (...).
 - e. Não é aconselhável que *pare* (...).
 - f. Embora / Ainda que muitas pessoas *tenham* possibilidade (...).

2.
 - a. Na semana passada por mais que eu *quisesse*.....
 - b. Embora hoje ele *esteja* cansado.....
 - c. Se no próximo mês eu *tiver* tempo livre....
 - d. Espero que eles *acabem*.....
 - e. Para que *durmamos* bem....
 - f. Agradecia que me *dissesse*.....
 - g. Enquanto eu *gastar* tanto dinheiro....
 - h. Caso *venhas* no próximo sábado....
 - i. Logo que ela *chegue*....
 - j. Era preferível que você *fosse*.....
 - k. Na semana passada por mais que eu *quisesse*.....

3. falemos / pensarmos / seja / casasse / tivesse / possuísse / aconteça / tenha / lute / abandone / nos lembrarmos / continuem / seja / concorde

SOLUÇÕES

Unidade 2

Quase todos os portugueses consideram felizes!

Vocabulário

- 2.
- a. o desespero; o desgosto; opressão.
 - b. destacar; apontar; fazer notar; distinguir.
 - c. corajoso; atrevido.
 - d. o amor-próprio.
 - e. cuidadoso; prudente.
 - f. aborrecer; maçar; importunar.
 - g. acreditar.
 - h. a fé; a convicção.
 - i. desapontado.
 - j. o destaque; a ênfase.
 - l. o nível; a categoria; a classe; o leque.
 - m. protegido; ajudado, privilegiado.
 - n. o começo; o início; o princípio.
 - o. lamentar; protestar; reclamar.
 - p. o destino; a direcção.
- 3.
- a. 10.
 - b. 8.
 - c. 5.
 - d. 2.
 - e. 1.
 - f. 9.
 - g. 4.
 - h. 3.
 - i. 6.
 - j. 7.

Gramática

- 1.
- a. Ontem *mal* cheguei a casa o telefone começou logo a tocar.
 - b. *Se bem que* ele tenha imenso trabalho, está sempre bem disposto. / *Mesmo que* ele tenha imenso trabalho, está sempre bem disposto.
 - c. *Dado que* hoje o tempo está muito desagradável, vamos ficar em casa a ouvir música e a ler. / Hoje o tempo está muito desagradável, *portanto* vamos ficar em casa a ouvir música e a ler.
 - d. *Dado que* hoje o médico não dá consulta esta tarde, decidi marcar para a próxima semana. / O médico não dá consulta esta tarde, *portanto* decidi marcar para a próxima semana.
 - e. As pessoas gostam muito de ir às compras quando se sentem infelizes, *bem como* de ficar horas ao telefone a conversar.
 - f. Muitos portugueses consideram-se felizes, *contanto que* não tenham dificuldades financeiras.
 - g. Como secretária, nunca aceitou críticas ao seu trabalho, mesmo que viessem do patrão.
- 2.
- a. *Embora* eles tenham saúde e um bom emprego, não se consideram felizes.
 - b. Quem trabalha por gosto não cansa, *desde que* não trabalhe mais de dez horas por dia nem aos fins-de-semana.
 - c. *Logo que* se instalaram na casa nova, começaram a convidar os amigos para conviver.
 - d. A Raquel precisou de consultar um psiquiatra, *uma vez que* / *visto que* já pensou, por várias vezes, suicidar-se.
 - e. *Ainda que* lhe façam uma proposta tentadora, não se esqueça que nem tudo o que luz é ouro.

Caso tenha tarefas domésticas rotineiras, não desespere! Sorria e vá em frente!

SOLUÇÕES

<i>Unidade 3</i>	<i>Espreitando o Novo Milénio</i>
------------------	-----------------------------------

Vocabulário

2. a. 2. e. 2.
 b. 1. f. 3.
 c. 1. g. 1.
 d. 3. h. 2.

4.

Substantivo	Verbo	Adjectivo
<i>o homem/a humanização/a humanidade</i>	<i>humanizar</i>	<i>humano</i>
<i>o símbolo</i>	<i>simbolizar</i>	<i>simbólico</i>
<i>a herança</i>	<i>herdar</i>	<i>herdeiro</i>
<i>A concepção</i>	<i>conceber</i>	concebido
<i>a previsão</i>	<i>prever</i>	previsto
<i>o tormento</i>	atormentar	<i>atormentador/atormentado</i>
a infecção	<i>infectar</i>	<i>infectado</i>
<i>a tosse</i>	tossir	<i>tússico</i>
<i>a proveniência</i>	provir	<i>proveniente</i>
<i>a fraqueza/ o enfraquecimento</i>	<i>fraquejar/enfraquecer</i>	enfraquecido

- 1.
- a. O Alfredo ia morrendo com a gastroenterite que apanhou em Cabo Verde.
 - b. Os vírus passaram a oferecer resistência aos medicamentos anteriormente eficazes, preocupando os cientistas em todo o mundo.
 - c. Tendo mandado abater todas as galinhas da cidade, as autoridades sanitárias de Hong-Kong controlaram o perigo de uma epidemia. / As autoridades sanitárias de Hong-Kong mandaram abater todas as galinhas da cidade, controlando, assim, o perigo de uma epidemia.
 - d. Modificando um óvulo já fecundado, será possível corrigir os defeitos da herança genética.
 - e. Os cientistas vão investigando aquilo a que chamam genoma, para procederem a uma identificação dos genes que constituem o ser humano.
 - f. Identificando os genes, será possível aos cientistas identificarem casais de risco.
 - g. A malária caracteriza-se por febres elevadas, podendo provocar a morte em poucos dias.
 - h. Muitos turistas contraíram salmonela, tendo ingerido marisco em mau estado de conservação.
 - i. As autoridades comunitárias decidiram combater a doença de CREUTZFELD-JACOB, obrigando ao abate de todos os bovinos infectados.
- a. Estes conhecimentos abrem novas portas à Medicina, possibilitando formas inovadoras de tratamento: as terapias genéticas.

Gramática

2. A.2. - A investigação do genoma, que tem estado a ser feita pelos cientistas, irá trazer benefícios para todos nós.
- B.4. - O cientista, com quem temos estado em contacto, vai apresentar um relatório no próximo congresso. / Temos estado em contacto com o cientista que vai apresentar um relatório no próximo congresso.
- C.6. - Hoje haverá um debate no Grande Auditório da faculdade de Medicina, cujo tema é: "Ética ou Saúde?".
- D.1. - O laboratório, onde estão a ser feitas as análises, está bem equipado./ As análises estão a ser feitas no laboratório que está bem equipado.
- E.5. - A causa, pela qual todos nós nos temos batido nos últimos anos, tem sido bastante apoiada por várias instituições. / Nós temo-nos batido, nos últimos anos, por uma causa que tem sido bastante apoiada por várias instituições.
- F.3. - No novo milénio irão continuar muitas doenças infecciosas para as quais se procura encontrar uma solução eficaz.

SOLUÇÕES

Unidade 4

Cruzes Canhoto

Vocabulário

1. dizer
preparados
justificação
solucionar
falha
comportamentos
reflectidos
antigos
medo
incrédula
procura
entornar
bem-considerada

2. a. tentativa / tentação / tentador / tentado
b. provocação / provocatório / provocador / provocante / provocado
c. espírito / espiritismo / espirituoso
d. morrer / morto/ mortífero / mortal / mortandade
e. susto / assustado / assustador / assustadiço
f. chover / chuva / chuvoso / chovisco
g. maldição / maldito / amaldiçoado
h. homem / humanidade / humanitário / humanismo

4. 1. k
2. g
3. a
4. o
5. b
6. n
7. m
8. d
9. l
10. e
11. j
12. f
13. i
14. c
15. h

5. a. aspirar o pó do chão, das carpetes ou tapetes
b. pregar pregos
c. cozinhar
d. guardar coisas
e. fritar alimentos (batatas fritas) de modo mais rápido e electricamente
f. pôr a cinza do tabaco
g. guardar livros
h. fritar alimentos sobre o fogão
i. estender a roupa para secar
j. passar a ferro
k. cozinhar assados ou fazer bolos
l. colocar objectos em exposição dentro de casa
m. fazer furos nas paredes ou em materiais de grande resistência
n. lavar / limpar o chão
o. guardar livros e papéis para transportar
p. transformar alimentos em papas ou em forma líquida
q. acender cigarro ou fogão
r. guardar alimentos a temperatura muito baixa

SOLUÇÕES

Gramática

1.
 - a. (...) proferi-la (...) / a proferir
 - b. (...) tocar-lhe (...) isolá-lo.
 - c. (...) lhe dão força.
 - d. (...) destruí-lo (...).
 - e. (...) atirar-lho directamente (...).
 - f. Usam-no para a atrair para si.
 - g. Pedem-lhes para o serem.
 - h. (...) onde a passarão (...)
 - i. (...) não o eram no passado.
 - j. (...) deverá tê-la / devê-la-á ter para cima

2.
 - a. sejam
 - b. afastarem
 - c. tenham ouvido
 - d. tenhas
 - e. ter visto
 - f. dizeres
 - g. termos posto
 - h. tenham comprado / terem
 - i. seja
 - j. tenham reparado

SOLUÇÕES

Unidade 5

Violência Infantil - a culpa não é só da televisão

Vocabulário

1.
 - a. Ao mesmo tempo / Em simultâneo
 - b. outras pessoas
 - c. zangam-se
 - d. com medo / assustados
 - e. outras coisas
 - f. a televisão
 - g. feita / elaborada / realizada
 - h. sublinhar / destacar / chamar a atenção
 - i. modificados / alterados / melhorados

2.
 - a. a mão
 - b. pé
 - c. cabeça
 - d. a barriga
 - e. ouvidos
 - f. cotovelos
 - g. olhos
 - h. cotovelo
 - i. a boca
 - j. dente
 - l. à língua
 - m.o nariz
 - n.o braço

3.
 - a. pelas brasas
 - b. água no bico
 - c. os pontos nos ii
 - d. a corda
 - e. a mostarda ao nariz
 - f. a viola no saco
 - g. a casaca
 - h. água pela barba
 - i. a sete pés
 - j. aos arames

Gramática

1.
 - a. Aos sábados e domingos de manhã não somos chateados pelo despertador.
 - b. Caso tenha sido escolhido o espaço infantil do Canal I da RTP, (...)
 - c. Somos aconselhados pelos especialistas da infância a conhecer os heróis dos nossos filhos.
 - d. Psicólogos terão efectuado vários testes sobre comportamento infantil.
 - e. Demasiados padrões violentos de comunicação são veiculados pela televisão.
 - f. As crianças vêm indiscriminadamente a programação.
 - g. Talvez a televisão prejudique violentamente as crianças.
 - h. Geralmente o conto era contado por um adulto.
 - i. A capacidade de representação e elaboração do simbólico tem sido alterada pela televisão.
 - j. Embora os filhos fossem informados pelos pais sobre a programação, os media não ajudavam

SOLUÇÕES

- 2.
- a. tentem
 - b. haja / mereça
 - c. tenham tido
 - d. modifiquem
 - e. tenham dado
 - f. surjam
 - g. se tenham esforçado
 - h. tenha chegado
 - i. tenham
 - j. tenham sofrido
- 3.
- a. terá acontecido
 - b. terá estado
 - c. Irão
 - d. terão visto
 - e. haverá
 - f. poderão
 - g. Será
 - h. Terão
 - i. terá provocado
 - j. terão boicotado
- 4.
- a. responsável
 - b. educativo / educado
 - c. rotineiro
 - d. aquático
 - e. seguro
 - f. principal / principiante
 - g. desinibido
 - h. afectivo / afectuoso
 - i. crescido / crescente
 - j. agressivo
 - l. violento
 - m. ausente
 - n. televisivo
 - o. estável
 - p. conflituoso

SOLUÇÕES

Unidade 6

Linhas SOS - Vozes que sabem ouvir

Vocabulário

1.
 1. g)
 2. a)
 3. d)
 4. b)
 5. e)
 6. c)
 7. f)
 8. h)
3.
 - aproximar
 - assegurar
 - aprofundar
 - aligeirar
 - aquecer
 - encurtar
 - alisar
 - alargar
 - engrossar
 - adoçar
 - enriquecer
 - embeleazar
 - aperfeiçoar
 - aclarar
 - endireitar
 - amolecer
 - amaciar
 - renovar
 - envelhecer
 - esvaziar
4. grossa / rosa / gesso / raso / gás / genro / ar / nós / nossa
rio(s) / vários / lutar / luta / voto / lua / untar
idade / cidade / sede / nesse / dia / ida
sem / canto / lama / conto / mentol / manta / sal / conselho / mental
preto / cem / sem / dom / compro / compra / compor / medida
mato / ano / toma / anónimo / mão / mata / mota

Gramática

1.
 - a. por
 - b. ao
 - c. dos / por
 - d. a
 - e. ao
 - f. com
 - g. por
 - h. a
 - i. em
 - j. por
 - l. aos
 - m. com
 - n. em / disso (de+isso)
 - o. do / da
2.
 - a. de
 - b. de
 - c. deste (de+este)
 - d. para
 - e. ao
 - f. de
 - g. com
 - h. com
 - i. por
 - j. a
 - l. de
 - m. de
 - n. com
 - o. de
 - p. para / sobre

SOLUÇÕES

Unidade 7

Censura - no Tempo do Lápis Azul

Vocabulário

- 2.
- a. acelerar
 - b. concentração; centralização
 - c. fácil; acessível
 - d. tendencioso
 - e. benefício
 - f. anterior
 - g. assumido; declarado
 - h. respeitador
- 3.
- a. correcção
 - b. causa; origem; princípio
 - c. segredo
 - d. depoimento; prova; sinal
 - e. apoio
 - f. alterado; corrigido
 - g. prolongar-se (no tempo); perpetuar-se
 - h. mediano; participante
 - i. no entanto; contudo
pena; castigo

Gramática

- 1.
- 1.
- a. (...) tivesse querido expor (...)
 - b. Suponho (...)
 - c. (...) advieram (...)
 - d. (...) revejam (...)
 - e. (...) contradizer (...)
 - f. (...) tenham intervindo (...)
 - g. Impuseram-se (...)
 - h. (...) temos antevisto (...)
 - i. (...) prevendo (...)
 - j. (...) provém (...)
 - l. (...) desdissesse (...)/contradissesse
- 2.
- a. (...) estivera (...)
 - b. (...) tinha divulgado (...)
 - c. Tinha sido (...)
 - d. (...) exercera (...)
 - e. (...) tinha provocado (...)
 - f. (...) estabelecera (...)
 - g. (...) tinha previsto (...)
 - h. (...) fora (...)
 - i. (...) tinha informado / tinha contribuído (...)
 - j. tinha consagrado

SOLUÇÕES

Unidade 8

Guia para sobreviver às segundas-feiras

Vocabulário:

1. inflexível
desabitual
inconsciência
improvável
destraçar
desordem
inadequado
inconformado
insensato
desconfortável
imprevisto
incoerente
descontrolado
inexistente
irrepreensível
2. repercutir-se = reflectir-se
desatar a = começar a
reivindicar = exigir
desastre = acidente
contornar = ultrapassar
recomendar = aconselhar
autêntica = verdadeira; real
precioso = valioso
agravar = piorar
perturbar = incomodar
suspeitar = desconfiar
somar = adicionar; acrescentar
combate = luta
enfiar-se = meter-
3. a. ajoelhou-se
b. pontapeou
c. acostou
d. acotovelar-se-ão
e. manuscrita
f. encare
g. manuseado
h. encostou-se
i. encabeça / encabeçou / encabeçará
j. apearam-se
5. a) verde
b) vermelha
c) branco
d) cor-de-rosa
e) preto
f) roxos
g) azul
h) verde
i) negra

Gramática

1. 3. pó-de-arroz
4 decreto-lei
5 ferro-velho
6 fogo-de-artifício
7. guarda-nocturno
8. salva-vidas
9. mini-saia
10. tira-nódoas
11. chapéu-de-sol
12. pé-de-meia
13. azul-marinho
14. couve-flor
15. abre-latas
2. a) os pães-de-ló
b) os guarda-fatos
c) azuis-claros
d) os capitães-mor
e) os mestres-de-obra
f) bem-postos
g) os porta-chaves
h) os social-democratas
i) os pés-de-meia
j) os pára-choques
l) as couves-flores
3. a) Ela aconselhou que comesse com cuidado.
b) Ela aconselhou que acordasse mais cedo.
c) Ela aconselhou que não visse televisão.
d) Ela aconselhou que deixasse a roupinha pronta, ao fundo da cama.
e) Ela aconselhou que não marcasse reuniões.
f) Ela aconselhou que não se agarrasse ao telemóvel.
g) Ela aconselhou que fugisse dos conflitos.
h) Ela aconselhou que fizesse uma lista.
i) Ela aconselhou que fosse às compras.
j) Ela aconselhou que tentasse sair mais cedo.

SOLUÇÕES

Undade 9

Século XXI - Tudo vai ser possível?

Vocabulário

1.

- | | | | |
|----|---------------|----|--------------|
| 1. | a. orçamento | 4. | desconhecido |
| | b. verba | | amealhar |
| | c. dívida | | apartamento |
| | d. salário | | bercos |
| | e. renda | | cumprimento |
| | f. pensão | | cama |
| | g. saldo | | enxame |
| | h. impostos | | tinge |
| | i. honorários | | padre |
| | j. troco | | grelhado |

Gramática

- 1.
- a. (...) a União Europeia tenha já elaborado (...).
 - b. (...) esta regra exigir (...).
 - c. (...) já existiam alguns protótipos em teste.
 - d. (...) que este (aquele) tipo de comboios fizesse grande concorrência aos aviões.
 - e. (...) a Boeing e a Airbus tenham já projectos de revolucionarem o mercado.
 - f. (...) tenha também em estudo um outro modelo de mega-avião (...).
 - g. (...) bastava que a sua casa fosse um "edifício inteligente" e estivesse programada para isso.
 - h. (...) uma única central gerir todas as funções (...).
 - i. (...) os edifícios serão concebidos desde o início para serem funcionais.
 - j. (...) seja / fosse possível pôr o frango a assar no micro-ondas ou prepara um banho de imersão à temperatura desejada antes de sair do emprego.
- 2.
- a. tinham
 - b. forem - terão avançado
 - c. tivessem tido
 - d. teríamos sabido
 - e. tenham visto
 - f. fora
 - g. estarmos
 - h. terá compreendido
 - i. estiverem
 - j. gostem
- 3.
- a. para
 - b. por
 - c. por
 - d. para
 - e. por / por
 - f. pelas / para
 - g. por
 - h. por
 - i. para
 - j. por / por

SOLUÇÕES

Unidade 10

A vida é um direito, não uma obrigação

Vocabulário

- | | | | |
|----|-----------------------------|----|---------------|
| 1. | a. desorientar/desorganizar | 2. | a. camionista |
| | b. iluminar/aclarar | | b. jornalista |
| | c. aquecer | | c. escritor |
| | d. esvaziar | | d. agricultor |
| | e. corrigir | | e. merceiro |
| | f. ocupar | | f. professora |
| | g. adoçar | | g. bombeiro |
| | h. arranjar | | h. florista |
| | i. dificultar | | i. reitor |
| | j. legalizar | | j. enfermeira |
| | l. fortalecer | | |
| | m. ilibar/perdoar/desculpar | | |
| | n. limpar/lavar | | |
| | o. terminar/concluir | | |
| | p. desligar | | |

Gramática

- | | | | |
|----|----------------|----|--------------------------|
| 1. | a. juízo | 2. | a. a / por |
| | b. realizar | | b. a / com / de / de |
| | c. precisar | | c. de / a |
| | d. azar | | d. por / por / da / da |
| | e. coisa | | e. das / a / pela / para |
| | f. hipocrisia | | |
| | g. utilizar | | |
| | h. usar | | |
| | i. básico | | |
| | j. causa | | |
| | l. prazo | | |
| | m. induzir | | |
| | n. autorização | | |
| | o. designar | | |
| | p. demasiado | | |
- 3.
- b. Esta prática serve para diminuir a dor do paciente
 - c. O suicídio é um tipo de eutanásia em que o doente solicita ao médico que o ajude a morrer.
 - d. O doente disse ter tomado aquela atitude por ter perdido toda a esperança que lhe restava.
 - e. Há quem fique com problemas éticos após esta prática.
 - f. Ele revelou uma mentalidade de grande coragem.
- 4.
- a. trazer
 - b. fizessem
 - c. estarmos
 - d. era
 - e. tenham sido
 - f. teve
 - g. dizem
 - h. estivermos
 - i. chegou-se
 - j. estarem

SOLUÇÕES

Unidade 11

Seguros para todas as bolsas

Vocabulário

2.

2.

Substantivo	Adjectivo
	<i>céptico</i>
<i>autenticidade</i>	
	<i>sábio / sapiente / sabedor</i>
<i>distinção</i>	
<i>alheamento / alheio</i>	
	<i>cirúrgico</i>
<i>privacidade</i>	
	<i>estatal</i>
	<i>sistemático / sistematizador</i>
<i>individualismo / indivíduo / individualidade</i>	

Gramática

1.

- a) está
- b) tiver
- c) quiser
- d) solucione (resolva)
- e) são
- f) somos (seremos)
- g) deveria (devia)
- h) estiverem
- i) praticar
- j) terão (têm)

2.

- a) dos / a / por
- b) a / com
- c) por / por
- d) a / às / de
- e) ao / na
- f) pela / às
- g) com / da / de
- h) de / à

SOLUÇÕES

Unidade 12

Os velhos que não arrumam as botas

Vocabulário

1.
 - a. repetiu a proeza
 - b. grande número de idosos
 - c. instrumento formado por uma lâmina
 - d. 90 anos
 - e. pequenos
 - f. infecta
 - g. começou a dedicar-se a
 - h. a robustez
 - i. aquele que come muito de tudo
 - j. estrada

2.
 - a. a propósito
 - b. pois é / então
 - c. salvo
 - d. quer dizer (isto é)
 - e. então (portanto)
 - f. portanto
 - g. porventura / aliás
 - h. isto é (quer dizer)
 - i. salvo seja

3.
 - era
 - habitantes
 - séculos
 - a
 - taxa
 - baixa
 - natalidade
 - mortalidade
 - demográfica
 - desenvolvidos
 - vacinação
 - cujos
 - vias
 - média
 - em

Gramática

1.
 - a. nos - acontecer/ocorrer
 - b. a - começar finalmente
 - c. por - parecer
 - d. para - mudar
 - e. de - ir além de

2.

HOMÓFONAS	HOMÓGRAFAS	HOMÓNINAS	PARÓNIMAS
cela/sela	molho/molho	são/são	eminente/iminente
houve/ouve	por/pôr	rio/rio	crer/querer
paço/passo	para/pára	nada/nada	despensa/dispensa
censo/senso	pode/pôde	dever/dever	perfeito/prefeito
			comprimento/cumprimento

SOLUÇÕES

Unidade 13

Homens e Mulheres - descubra as diferenças

Vocabulário

1.

1. a. 4.
- b. 8.
- c. 10.
- d. 3.
- e. 9.
- f. 5.
- g. 1.
- h. 2.
- i. 7.
- j. 6.

2.

- a. 2.
- b. 1.
- c. 3.
- d. 3.
- e. 1.
- f. 3.
- g. 2.
- h. 1.
- i. 1.
- j. 2.

Gramática

1.

<i>ch</i>	<i>ss</i>	<i>z</i>	<i>cs</i>
<i>taxa</i> excepção baixa abaixo explica repuxo texto	<i>conexões</i> próximo complexo máximo	<i>exacerbam</i> exemplo exactamente exercitavam exercício exonerar exame exibição	<i>sexo</i> fluxo anorexia

2.

a. * porque * por que * por que * porque * Por que	b. * tanto * tão * tão * tantas * tanto	c. * Se não * senão * senão * Se não * senão	d. * contudo * contudo * Com tudo * com tudo * contudo
---	--	---	---

SOLUÇÕES

Unidade 14

Missa sem tambor

Vocabulário

1. função
bater-se com; contestar
compartilhar
embaraçoso (*fig*)
odiar
compreender, perceber
aspecto, aparência (*fig*)
festas, comemorações
dar
verdadeiro, autêntico
adoração
2. irreal
desencontro
intolerância
próximo
negar
incomum
simples
passado; antigo
desfazer
incluir
diferente
3. a) foi objecto de discussão, de polémica
b) estar muito tempo na função
c) ser constante na sua crença
d) deparar-se com um despacho (trabalho/ritual) realizado pelos adeptos do Candomblé.
e) é necessário compreender a fé religiosa que se vive na Bahia para melhor a apreciarmos
f) muito tempo
g) ordenar, arrumar a situação
h) há grande semelhança entre o catolicismo e o candomblé
4. a) casa de banho
b) um indivíduo (indeterminado); um homem
c) conversar
d) situação; facto
e) estar sem dinheiro
f) estar farto de; estar cansado de; não suportar mais
g) estar a divertir-se
h) excepto
i) directo
j) autocarro
k) planear
l) desporto
m) gelado
n) camioneta
5. fusão
proibido
praticante
aparência
fé
reunir
6. a) a frustração - frustrado
b) o envolvimento - envolvido, envolvente
c) a reclamação - reclamável, reclamante, reclamador
d) a nomeação - nomeado
e) a veneração - venerado (venerador)
f) a ofensa - ofendido
g) o auxílio - auxiliar, auxiliante, auxiliário
h) a libertação - libertado, livre

Gramática

1. a) Antes de esquentar a cadeira, transferiram-no para a cidade de Cruz das Almas.
b) Perseguiam e procreviam as religiões africanas.
c) Fecharam o adro da igreja às baianas com seus jarros de água de cheiro.
d) A Igreja Católica deve estudar e tolerar o sincretismo.
e) Talvez já não possam desfazer a mistura entre ritos afros e catolicismo.
f) O Vaticano nomeou Dom Gilio.

SOLUÇÕES

2.

- a) Vou continuar a combater o sincretismo.
- b) Cada um tem de seguir a sua fé.
- c) Não podemos esconder mais a nossa fé.
- d) Dom Gílio dedica-se a estudar a espiritualidade afro-brasileira.

3.

edifício	açoreano
aleatório	enunciado
exacto	ameaça
pentear	panteão
barbearia	privilégio
esquisito	dispensável
ansiar	piscina
artifício	aquisições
subúrbio	maleável
persiana	vizinho

4.

fomentar	esforçar
remuneração	guloso
oportunidade	persuadir
superar	soprar
pitoresco	nódoa
caos	chover
nojento	engolir
costume	abolição
tortura	tossir
remover	compromisso

SOLUÇÕES

Unidade 15

O Sábado do nosso contentamento

Vocabulário:

- | | |
|---|--|
| <p>2. envelhecer
rejuvenescer
enriquecer
empobrecer
abençoar
entristecer
apaixonar(-se)
amanhecer
entardecer
anoitecer
encorajar
enfrentar
encarar
enterrar
apressar
encaminhar
encaixar
aproveitar</p> | <p>3. 1. i)
2. f)
3. j)
4. h)
5. g)
6. b)
7. c)
8. d)
9. a)
10. e)</p> |
|---|--|

Gramática

- | | | |
|--|--|--|
| <p>1. boquinha
diazinho
solinho
chapeuzinho
janeinha
pontezinha
cafezinho
cartinha
beijinho
jardinzinho/jardinzito</p> | <p>escadinha
favorzinho/favorzito
cadeirinha/cadeirita
mãezinha
netinho
calorzinho
ventinho
musiquinha
homenzinho/homenzito
colherinha/colherzinha</p> | |
| <p>2. rochedo
barulhão
vozeirão
portão
salão
facalhão
casarão
camisolão
homenzarrão
mulherona</p> | <p>boqueirão
pratalhão
chuvada
cadeirão
copão
peitaça
sabichão
patorra
cãozarrão
rapagão/rapazão</p> | |
| <p>3. experiência
experimentá<u>v</u>amos
contrap<u>ô</u>s
contrap<u>u</u>nhamos
org<u>â</u>nico
car<u>á</u>cter
caracter<u>í</u>stica
caracter<u>í</u>stico
v<u>ê</u>em
v<u>ã</u>mos
tr<u>á</u>-lo
f<u>ê</u>-lo
ter<u>á</u>
tiv<u>ê</u>ssemos</p> | <p>neg<u>ó</u>cio
t<u>í</u>mido
frequ<u>ê</u>ncia
d<u>ó</u>i
dif<u>í</u>cil
dif<u>í</u>ceis
ú<u>l</u>til
utilit<u>á</u>rio
indiv<u>í</u>duo</p> | <p>necess<u>á</u>rio
necessit<u>á</u>riamos
her<u>ó</u>i
f<u>ô</u>ssemos
f<u>ô</u>ramos
m<u>ú</u>sica
econ<u>ó</u>mico
pap<u>é</u>is
mant<u>ê</u>m/mant<u>ê</u>m
mantiv<u>ê</u>ramos</p> |