



UNIVERSIDADES PÚBLICAS DE LA COMUNIDAD DE MADRID
PRUEBA DE ACCESO A LA UNIVERSIDAD

CURSO 2024-2025

MATERIA: PORTUGUÉS (Lengua extranjera adicional)

INSTRUCCIONES GENERALES Y CALIFICACIÓN

Después de leer atentamente el examen, responda de la siguiente forma:

- Lea el texto y conteste EN PORTUGUÉS (normativa europea) a las preguntas 1 y 2.
- responda EN PORTUGUÉS (normativa europea) una pregunta a elegir entre las preguntas 3A o 3B.
- responda EN PORTUGUÉS (normativa europea) una pregunta a elegir entre las preguntas 4A o 4B.

TIEMPO Y CALIFICACIÓN: 90 minutos. Las preguntas 1ª y 4ª se calificarán con un máximo de 3 puntos. Las preguntas 2ª y 3ª se calificarán con un máximo de 2 puntos.

Um estudo recente realizado por investigadores suecos vem, agora, desconstruir a ideia que carregar no snooze algumas vezes pode não ter impacto na qualidade do sono. Pelo contrário, diz a equipa que adiar o despertador algumas vezes durante 30 minutos pode ativar o estado de alerta de algumas pessoas mais rapidamente.

Em entrevista à NBC News, uma das investigadoras, professora de psicologia da Universidade de Estocolmo, na Suécia, e uma das autoras do estudo, explicou que adiar o despertador ao longo de 30 minutos de manhã “não nos deixa mais cansados ou com maior probabilidade de acordarmos de um sono profundo”, podendo até “ser útil para despertar”.

Para a realização deste estudo, a equipa distribuiu questionários que foram respondidos por mais de 1700 adultos relativamente aos seus hábitos matinais, chegando-se à conclusão de que 69% deles carregavam no botão de snooze algumas vezes, principalmente durante a semana. Deste grupo, cerca de 60% afirmou que, “na maioria das vezes” ou “sempre”, adormecia entre alarmes.

Os investigadores perceberam também que os entrevistados que dormiam entre alarmes tinham maior probabilidade de ser, em média, seis anos mais novos do que os que não adormeciam e quase quatro vezes mais probabilidade de serem “noctívagos”. Apesar disso, a equipa concluiu que os participantes do inquérito que usavam o botão de snooze para adiar os despertadores também tinham três vezes mais probabilidade de relatar sonolência ao acordar. De acordo com o estudo, o principal motivo que leva as pessoas a adiarem o despertador algumas vezes de manhã é o cansaço, que não lhes permite acordar, mas também a possibilidade de se acordar de forma mais suave.

Na segunda parte da investigação, a equipa recrutou cerca de 30 pessoas com idade média de 27 anos e sem qualquer distúrbio do sono, com o hábito de adiarem os despertadores de manhã algumas vezes por semana, para que passassem várias noites num laboratório do sono. Estes participantes foram, então, instruídos a testar dois métodos para despertar, ou imediatamente após o alarme tocar ou 30 minutos depois, adiando o despertador três vezes. Todos os participantes passaram o mesmo número de horas na cama, explica a equipa. As conclusões dos investigadores foram que as pessoas do grupo que adiou o despertador dormiram, em média, menos seis minutos relativamente às do outro grupo, mas que a estrutura geral do sono foi a mesma.

No que diz respeito às capacidades cognitivas dos participantes, a equipa realizou avaliações logo a seguir aos participantes saírem da cama e 40 minutos depois. O grupo de participantes que tinha adiado o despertador registou melhores resultados em testes cognitivos, na resolução de problemas matemáticos e nos tempos de resposta e reação no momento logo após o despertar. Contudo, a vantagem não foi a mesma 40 minutos depois, revelou a equipa.

In: <https://visao.pt/visaosaude/2023-10-22-snooze-adiar-o-alar-me-pode-afinal-ser-benefico-para-algumas-pessoas/> (Texto adaptado).

PERGUNTAS

1. Dê um título ao texto. Justifique a sua resposta. (3 pontos)

2. Diga se as afirmações que se seguem são *verdadeiras* ou *falsas*. Justifique a sua resposta com uma afirmação do texto. (2 pontos)

- O estudo sueco concluiu que adiar o despertador várias vezes durante 30 minutos prejudica a qualidade do sono e diminui o estado de alerta.

- Os participantes que adiaram o despertador demonstraram melhor desempenho em testes cognitivos imediatamente após acordar, mas esta vantagem manteve-se constante 40 minutos depois.

3. Escolha uma das perguntas. (2 pontos)

3A. Substitua os complementos sublinhados pelos pronomes pessoais correspondentes.

- Um estudo publicado recentemente confirma os benefícios de acordar lentamente.

- Os médicos põem o debate da falta de sono em cima da mesa.

- O principal motivo que leva as pessoas a adiarem o despertador algumas vezes de manhã é o cansaço.

- A equipa realizou avaliações logo a seguir aos participantes saírem da cama e 40 minutos depois.

3B. Passe os verbos sublinhados para o Pretérito Perfeito Simples do Indicativo.

- Um estudo publicado recentemente vem confirmar os benefícios de acordar lentamente.

- Os participantes do inquérito confirmam as vantagens de dormir muito.

- A comunidade científica alerta para o estado de burnout da sociedade atual.

- Os médicos põem em cima da mesa de debate o problema da falta de sono dos cidadãos.

4. Escolha uma das perguntas. (3 pontos)

4A. Identifique três hábitos que considere importantes para ter uma boa noite de sono. Explique porque é que cada um deles é importante e como é que os tenta incluir na sua rotina diária. Justifique a sua resposta. O seu texto deve ter uma extensão de 150 a 200 palavras, aproximadamente.

4B. Descreva sucintamente quais as suas rotinas matinais. Fale sobre o que costuma fazer quando acorda e que o ajuda a começar bem o dia. Descreva a sua rotina matinal e explique como é que esta pode afetar o seu humor e a sua produtividade durante o dia. O seu texto deve ter uma extensão de 150 a 200 palavras, aproximadamente.

PORTUGUÉS (Lengua extranjera adicional)

CRITERIOS ESPECÍFICOS DE CORRECCIÓN Y CALIFICACIÓN

Se valorará, ante todo, la corrección gramatical, según la normativa del Portugués europeo, y la propiedad de expresión en la respuesta.

Pregunta 1. Esta pregunta tiene como objetivo medir la capacidad de comprensión lectora.

Preguntas 2 y 3. Mediante estas preguntas se testan los conocimientos gramaticales de la lengua portuguesa en sus aspectos léxicos, morfológicos y sintácticos.

Pregunta 4. Esta pregunta permite comprobar la capacidad de elaboración de un discurso por parte del alumno. Se propone elaborar una redacción sobre un asunto vinculado al contenido del texto (de 150 a 200 palabras, aproximadamente).

Las preguntas 1 y 4 se calificarán con un máximo de 3 puntos cada una.

Las preguntas 2 y 3 se calificarán con un máximo de 2 puntos cada una.

La pregunta 2 se calificará atendiendo al siguiente criterio: Se concederá un punto por cada elemento de la respuesta correcto.

La pregunta 3 (3A o 3B) se calificará con medio punto por cada respuesta correcta.

ANEXO 1a

RÚBRICA PARA LA CORRECCIÓN DE LA PREGUNTA 1 (3 PUNTOS)

ASPECTOS	0 (DEFICIENTE)	0,1 (INSUFICIENTE)	0,3 (SUFICIENTE)	0,4 (BIEN)	0,5 (MUY BIEN)	0,75 (EXCELENTE)
Adecuación a la tarea	Respuesta sin hacer, o respuesta confusa o inadecuada.	No cumple con la consigna, desarrollando poco la idea central o incluyendo elementos sin relevancia.	El texto responde parcialmente a la consigna, presentando varios elementos irrelevantes o inadecuados.	Responde a la consigna de manera general, pero con algunos elementos irrelevantes o falta de profundidad en el desarrollo.	Responde bien a la consigna, aunque algunos detalles podrían ampliarse.	Cumple completamente con la consigna, desarrollando la idea dada de manera clara y precisa.
Cohesión y coherencia	Texto sin ninguna cohesión ni coherencia. Incomprensible.	Organización deficiente del texto, con ausencia o uso incorrecto de conectores. La lectura es difícil y la cohesión apenas perceptible.	El texto presenta problemas en la organización y algunos fallos en la cohesión. Se perciben errores en la elección de conectores y, en algunos puntos, el sentido del texto es confuso.	Organización aceptable con algunos errores en el uso de conectores y marcadores discursivos. La coherencia general es comprensible, aunque con ciertos saltos o repeticiones.	Buena organización del texto, con una estructura clara. La mayoría de los conectores y marcadores son adecuados y facilitan la lectura, aunque hay ligeras imprecisiones.	El texto está organizado de forma lógica y clara. Los conectores y marcadores discursivos se utilizan adecuadamente, garantizando una fluidez y progresión natural en el texto.
Riqueza léxica	Léxico incorrecto, con invenciones.	Vocabulario muy limitado o inadecuado, con errores frecuentes. El texto se ve comprometido en significado.	Léxico básico y repetitivo, con algunas palabras incorrectas o mal seleccionadas para el contexto.	Vocabulario apropiado pero limitado. Se utilizan expresiones correctas, aunque hay repeticiones o falta de riqueza léxica.	Vocabulario adecuado y variado en su mayoría, aunque con menos precisión o variedad.	Uso variado y preciso de vocabulario relevante para la tarea. Incluye expresiones complejas que enriquecen el texto y demuestran un nivel avanzado de léxico.
Corrección morfosintáctica	Texto con errores graves que impiden la comprensión del texto.	Muchos errores gramaticales y morfosintácticos que dificultan considerablemente la comprensión.	Gramática básica con errores frecuentes, algunos afectan la comprensión del texto.	Uso gramatical y morfosintáctico adecuado, aunque con errores recurrentes que no obstaculizan significativamente la comprensión.	Buen uso gramatical, con pocos errores menores. La morfosintaxis es clara y comprensible.	Uso preciso de la gramática y la morfosintaxis.

ANEXO 1b

RÚBRICA PARA LA CORRECCIÓN DE LA PREGUNTA 4A o 4B DEL BLOQUE 4 (3 PUNTOS)

ASPECTOS	0 (DEFICIENTE)	0,1 (INSUFICIENTE)	0,3 (SUFICIENTE)	0,4 (BIEN)	0,5 (MUY BIEN)	0,75 (EXCELENTE)
Adecuación a la tarea	Respuesta sin hacer, o respuesta confusa o inadecuada.	No responde correctamente a la tarea, contiene interpretaciones erróneas. No entiende el enunciado de la pregunta.	La respuesta es limitada, con varios elementos irrelevantes o incompletos en relación con las instrucciones.	Adecuada respuesta a la tarea en general, pero faltan ciertos elementos relevantes o hay cierta imprecisión en la exposición.	Demuestra comprender bien el sentido de la tarea, aunque algún aspecto menor podría desarrollarse con más detalle.	El texto responde de manera completa y precisa a lo que se ha pedido, mostrando una comprensión exacta de la situación.
Cohesión y coherencia	Texto sin ninguna cohesión ni coherencia. Incomprensible.	Estructura poco clara, poca cohesión, dificultando bastante la comprensión.	Mala organización de las ideas; algunos problemas de cohesión que dificultan la comprensión.	Organización aceptable, aunque con algunas repeticiones o fallos en la cohesión.	Buena coherencia y cohesión en general, aunque algún aspecto podría mejorarse.	Texto organizado y coherente, con una estructura clara. Uso adecuado de conectores para expresar las ideas.
Riqueza léxica	Léxico incorrecto, con invenciones.	Vocabulario muy limitado o inadecuado, con errores frecuentes.	Léxico limitado y repetitivo o con algunos errores.	Léxico apropiado, pero con repeticiones.	Vocabulario preciso, aunque con menos variedad.	Uso variado y adecuado del vocabulario, mostrando un nivel de léxico adaptado al contexto de la tarea encomendada.
Corrección morfosintáctica	Texto con errores graves que impiden la comprensión del texto.	Errores de gramática básica. Invenciones.	Errores gramaticales graves que dificultan la comprensión.	Algunos errores gramaticales que, aunque frecuentes, no obstaculizan significativamente el sentido del texto.	Muy pocos errores gramaticales, que no afectan la comprensión.	Uso gramatical preciso y correcto.

SOLUCIONES (Lengua extranjera adicional)

PORTUGUÉS (Documento de trabajo orientativo)

1. Tema livre

2.

Verdadeiro (V) - “Um estudo recente realizado por investigadores suecos vem, agora, desconstruir a ideia que carregar no snooze algumas vezes pode não ter impacto na qualidade do sono”.

Falso (F) – “O grupo de participantes que tinha adiado o despertador registou melhores resultados em testes cognitivos, na resolução de problemas matemáticos e nos tempos de resposta e reação no momento logo após o despertar. Contudo, a vantagem não foi a mesma 40 minutos depois, revelou a equipa”.

3.

3A.

- Um estudo publicado recentemente confirma-os.
- Os médicos põem-no em cima da mesa.
- O principal motivo que leva as pessoas a adiarem-no_ algumas vezes de manhã é o cansaço.
- A equipa realizou-as logo a seguir aos participantes saírem da cama e 40 minutos depois.

3B.

- Um estudo publicado recentemente veio confirmar os benefícios de acordar lentamente.
- Os participantes do inquérito confirmaram as vantagens de dormir muito.
- A comunidade científica alertou para o estado de burnout da sociedade atual.
- Os médicos puseram em cima da mesa de debate o problema da falta de sono dos cidadãos.

4.

4A e 4B. Tema livre