

Refira-se aos textos aqui reproduzidos para responder à PERGUNTA 1, à PERGUNTA 2 e à PERGUNTA 3 da SECÇÃO A e à PERGUNTA 4, e à PERGUNTA 5 da SECÇÃO B.

## SECÇÃO A

### TEXTO 1

#### OS 6 MAIORES PERIGOS DAS REDES SOCIAIS

Há quem compare as redes sociais a carros sem travões, conduzidos a grande velocidade por indivíduos com pouca experiência.



Os **perigos das redes sociais** são reconhecidos pelos próprios gigantes tecnológicos que as criaram e as mantêm a funcionar.

Cabe a cada um de nós conhecer estes perigos para saber como evitá-los e como minimizar os danos que possam trazer à nossa vida real.

#### ESTEJA ATENTO AOS PERIGOS DAS REDES SOCIAIS

No topo da lista estão as *fake news* (notícias falsas) e a facilidade com que se propagam nesta rede, e as questões de segurança e proteção da privacidade dos seus utilizadores. Mas há muito mais.



Muito tempo online afeta a saúde mental e física.

Hoje, já é possível estar ligado à Internet 24 horas por dia a um custo relativamente baixo. O uso desregulado pode tornar-se um vício.

Algumas investigações mostram que transtornos psicológicos e físicos podem estar associados ao uso excessivo das redes sociais. São estes: deficit de atenção, problemas de visão e coluna, perturbação do sono e insónia, criação de uma falsa sensação de preenchimento e de uma falsa sensação de participação na vida dos outros, criação de laços superficiais, afastamento das pessoas do mundo real e dificuldade em lidar com a frustração. Assim, reduza o tempo de utilização!

As redes sociais criam também ansiedade e baixa auto-estima.

Os mais novos e as crianças estão particularmente sujeitos a este tipo de problemas emocionais, mas os adultos não escapam. A ansiedade vem da constante procura de aprovação para conseguir mais *likes* ou seguidores e a baixa autoestima é promovida pela constante comparação entre a vida real de cada utilizador e as vidas virtuais que vê *online*.

Os utilizadores publicam no seu mural mensagens que mostram uma vida feita de momentos bons e exuberantes, criando a ilusão de vidas fáceis e divertidas, com as quais a nossa vida real não pode competir!

O inverso também acontece. É possível que o acesso constante a publicações depressivas, negativas ou alarmistas aumente a ansiedade e o estado depressivo dos utilizadores. Por isso, tenha em atenção a forma como usa as redes sociais. **Nem tudo o que parece, é.**

Depois há o efeito bolha. Algoritmos selecionam as publicações e as notícias que os utilizadores podem ver, a partir de uma análise dos *likes* que eles fazem na rede. Assim, ficamos fechados numa bolha\* de conteúdos que pouco variam ou se diversificam. Procure sair desta bolha, na vida virtual e na vida real.



Não se exponha publicamente: lembre-se que tudo o que é colocado na Internet fica eternamente na Internet e poderá ser encontrado mais tarde por empregadores, familiares e amigos. O que as pessoas publicam nas redes sociais é utilizado para formar um perfil público de si. A esse perfil podem aceder outras pessoas com boas ou más intenções, empresas ou organizações.

Proteja conversas confidenciais e informações demasiado pessoais, para não afetar negativamente a sua vida pessoal e profissional.

Dar constantemente informações sobre a sua vida real, morada, contactos, localização geoespacial não é boa ideia. Não está de todo a seguir o conselho que a sua mãe lhe deve ter dado quando era criança: "não fales com estranhos". Há coisas que não deve partilhar nas redes sociais. Guarde tudo o que é pessoal para os seus amigos reais ou para grupos de conversação privada.

Lembre-se também de proteger as crianças. Limite a publicação de fotos dos seus filhos (ou dos seus irmãos mais novos), das suas rotinas e hábitos diários. Tenha consciência que as suas ações no mundo virtual podem ter graves consequências no mundo real.

[<<https://www.e-konomista.pt>> (texto com supressões)]

**Vocabulário:**

uma bolha: *a bubble*

**TEXTO 2****Mulheres em geral ganham 78% do salário dos homens com as mesmas qualificações**

As mulheres têm mais dificuldades em arranjar trabalho e chegam a ganhar 78% do salário dos homens em empregos com as mesmas qualificações, estas são as conclusões do relatório "Education at a Glance 2021", divulgado pela Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE), sobre o estado da educação no mundo.

Na escola, as raparigas têm melhores desempenhos e chumbam menos do que os rapazes. São também cada vez mais as que chegam ao ensino superior, mas no momento de entrar no mercado de trabalho, a situação complica-se.

"As mulheres jovens têm menos probabilidade de ter emprego do que os homens, especialmente aquelas com níveis de educação mais baixos." No ano passado, apenas 65% das mulheres entre os 25 e os 34 anos que tinham concluído o 9.º ano estavam empregadas, em comparação com 80% dos homens. O estudo revela que 43% das mulheres e 69% dos homens com conclusão do ensino médio (12.º ano) estão empregados.

Além da dificuldade em encontrar trabalho, também os ordenados das mulheres em idade ativa são mais baixos na maioria dos países.

"As mulheres de 25 a 64 anos ganham menos do que os seus pares do sexo masculino: os seus ganhos correspondem a 76%–78% dos ganhos dos homens, refere o documento.

As mulheres com ensino superior ganham o correspondente a 73% do ordenado dos homens. No caso dos trabalhadores com ensino básico, a diferença de salários entre géneros sobe para 78%. Quase metade (49%) das mulheres entre os 25 e os 34 anos tinha um diploma de ensino superior em 2020, contra 35% dos seus pares do sexo masculino. No entanto, continuam a ser uma minoria nos cursos ligados às ciências, tecnologia, engenharia e matemática (STEM, na sigla em inglês), um fenómeno que se regista na maioria dos países. Em geral, as mulheres representavam 29% dos novos ingressos nos programas de engenharia, indústria e construção e 17% nos programas de informação e tecnologias de comunicação.

A nacionalidade – ser nativo ou estrangeiro – também tem impacto no sucesso educativo e em encontrar emprego. Os adultos que nasceram fora do país têm mais dificuldade em encontrar um emprego do que os seus pares nativos e, como tal, acabam por aceitar trabalhos com salários mais baixos. Os estrangeiros que chegam ainda novos ao país e acabam por estudar lá têm mais sucesso a arranjar trabalho.

[<<https://expresso.pt/sociedade/2021-09-16-Mulheres-em-Portugal-ganham-78-do-salario-dos-homens-com-as-mesmas-qualificacoes-3605a44d>> (texto adaptado)]

**TEXTO 3****MAFALDA E SUSANITA**

[&lt;mafalda3peq.jpeg&gt;]

**Vocabulário:**regime = dieta (*diet*)**SECÇÃO B****TEXTO 4****Entre os lagos**

Esperarei-te do nascer ao pôr do sol  
e não vinhas, amado.  
Mudaram de cor as tranças do meu cabelo  
e não vinhas, amado.  
Limpei a casa, o cercado  
fui enchendo de milho o silo maior do terreiro  
balancei ao vento a cabaça da manteiga  
e não vinhas, amado.  
Chamei os bois pelo nome  
todos me responderam, amado.  
Só tua voz se perdeu, amado,  
para lá da curva do rio  
depois da montanha sagrada  
entre os lagos.

**TEXTO 5**

Um relógio na parede bateu dez horas e um pobre bateu duas pancadas na porta da cozinha. Foi a cozinheira Gertrudes quem abriu. (...)

— Entre.

E acrescentou:

— Não suje o chão.

Pedido impossível de satisfazer. Os trapos encharcados do mendigo escorriam água. Poisados no chão de tijoleira, os seus pés descalços estavam molhados e cobertos de lama.

— Boa noite — disse o homem.

— Boa noite — respondeu Joana, a criada velha.

Joana estava sentada junto ao lume. Tinha um xaile preto pelas costas e os seus olhos eram dum azul sem cor, como se o tempo os tivesse desbotado.

Gertrudes não respondeu às boas-noites. Olhava ostensivamente a água que escorria dos farrapos do mendigo.

— Venha secar-se aqui ao pé do lume — disse Joana.

Irada, Gertrudes virou-se para a criada velha.

— Você não vê que ele me vai sujar a cozinha toda, que me vai encher o chão todo com pegadas de lama?

Depois voltou-se para o homem, apontou com o dedo o banco que estava em frente da mesa de pedra dos pobres e disse:

— O seu lugar é ali. O homem dirigiu-se para o lugar que a cozinheira indicara. Cada um dos seus passos ia ficando desenhado no tijolo do chão.

Gertrudes poisou um olhar cauteloso nos talheres e nas travessas de prata que estavam amontoados na banca de pedra rosada. Depois, vendo que entre o mendigo e as pratas havia uma distância suficiente, disse:

— Sente-se.

O homem sentou-se e ela acrescentou:

— Vou aquecer-lhe a sopa. Pegou num grosso panelão que estava posto de lado e colocou-o em cima do lume do fogão. Em seguida cortou um pedaço de pão, encheu um copo com vinho e poisou o pão e o vinho defronte do homem.

Então ele disse:

— Preciso de falar com o Dono da Casa.

— A esmola é ao sábado — respondeu Gertrudes.

— Mas eu preciso de falar hoje com o Dono da Casa — tornou o homem.

— Hoje não é sábado. E além de não ser sábado é tarde. E além de ser tarde temos visitas. Hoje temos cá o Bispo e além do Bispo temos um senhor ainda mais importante do que o Bispo.

— Mas eu preciso de falar esta noite com o Dono da Casa. É importante.

— As coisas importantes são para as pessoas importantes — respondeu Gertrudes. — Tenha juízo, homem. Você quer que o Dono da Casa venha aqui, agora, falar consigo? Nem pense nisso!

Lá fora a tempestade parecia aumentar.

[O Jantar do Bispo, Sophia de Mello Breyner Andresen]