



Escola Estadual "Virgínio Perillo"
Avenida José Bernardes Maciel, 471 – Marília, Lagoa da Prata-MG
Fone: (37) 3261-3222 / E-mail: escola.34100@educacao.mg.gov.br

TRABALHO DE RECUPERAÇÃO ANUAL

DISCIPLINA – LÍNGUA PORTUGUESA

SÉRIE – 7º ANO

ANUAL

PROFESSOR (A) – JULIANA

ALUNO –

TURMA –

Nº –

Leia o texto para as questões 1 e 2.

O SONO NO MUNDO MODERNO

Ansiedade, estresse e angústia são alguns dos sintomas ligados a noites mal dormidas. Cientistas demonstram que o contexto sociocultural, a tecnologia e o estilo de vida atuais contribuem significativamente para que ocorram distúrbios do sono, os quais prejudicam o desempenho mental, a segurança e a saúde das pessoas. Recentemente, um artigo da Nature and Science of Sleep (Natureza e Ciência do Sono, março de 2012) sobre “os impactos do estilo de vida e desenvolvimentos da tecnologia sobre o sono” trouxe uma revisão bastante interessante sobre os fatores ambientais e comportamentais que interferem no padrão de sono, duração e qualidade, além das consequências reportadas pela ciência nos últimos anos e possíveis tratamentos para as desordens do sono.

Vários problemas são causados por escalas de serviço que alternam os turnos durante dia e noite, por exemplo. Turnos da noite acarretam menor tempo dormido durante o dia subsequente, sonolência que pode durar até vários dias após a noite de trabalho. A escala acaba tornando também o trabalhador propenso a dormir em serviço, principalmente durante as horas que antecedem a manhã. Pesquisas mostram ainda que as escalas flexíveis de trabalho (como em horários noturnos, aos finais de semana ou aqueles em que o trabalhador é chamado por telefone, a qualquer momento do dia) acarretam em piores saúde mental, qualidade de sono e bem-estar pessoal que as escalas tradicionais.

Em crianças, adolescentes e adultos, outro fator ambiental que tem contribuído para a ocorrência de distúrbios do sono é a exposição às mídias eletrônicas. A presença de dispositivos midiáticos (televisão ou computador) no quarto de crianças e adolescentes demonstrou que os mesmos vão dormir mais tarde e o tempo de sono fica reduzido. Estudos com adultos mostram que, para as mulheres, o tempo aumentado de navegação na internet, e o aumento das ligações telefônicas e mensagens SMS, para os homens, são fatores que aumentam os riscos de desenvolvimento dos distúrbios do sono.

Processos fisiológicos e comportamentais, de estudo das ciências como a biologia e medicina, estão intimamente ligados com o sono. A liberação de hormônios, os ciclos de dormir/acordar e o desenvolvimento de atividades mentais (desempenho) oscilam naturalmente com o ciclo diário, e são controlados pelo “relógio biológico”, localizado no hipotálamo. Sob as condições normais, todos estes processos são controlados pelo ciclo ambiental (claro e escuro) e estão com ele sincronizados.

Tendo em vista estes aspectos do mundo moderno, as influências deles sobre o sono e, então, deste sobre a vida das pessoas, saúde, trabalho e bem-estar, é importante que as empresas atentem para os fatores que afetam a vida dos trabalhadores e até mesmo para o que eles alteram no cotidiano destas empresas, com relação ao sono (risco de acidentes, aumento dos gastos e diminuição do desempenho são alguns exemplos). Quem sabe permitir horários de descanso? Estudos mostraram que cochilos de 20 a 40 minutos são o suficiente para aumentar atenção e desempenho, durante a noite.

Finalmente, atingir a quantidade ideal de sono, em um ambiente escuro e quieto, evitar também o consumo de bebidas alcoólicas e cafeína, são condições essenciais para evitar a insônia e distúrbios do sono consequentes dela.

Renato Augusto Corrêa dos Santos, Jornal Biosferas
(Alguns trechos foram retirados do original pelo site Tudo Sala de Aula)

QUESTÃO 01

HABILIDADE: (EF69LP36)

O texto que você leu é um texto de **divulgação científica**. Qual é a finalidade desse tipo de texto?

QUESTÃO 02

HABILIDADE: (EF69LP31)

O texto foi produzido mediante pesquisas, aprofundamentos teóricos e resultados de investigações sobre um tema. Qual o fato que gerou essas pesquisas e posteriormente a publicação desse texto?

MENINO PALESTINO QUE VIRALIZOU AO ABRAÇAR MÉDICO EM GAZA ESTÁ EM SEGURANÇA

25 de outubro de 2023 - Por Vitor Guerra

O menino palestino que viralizou na semana passada, após abraçar um médico, está vivendo em um campo de refugiados junto com a família, em Rafah, fronteira do Egito. Felizmente, Muhammad Abu Louli, agora está em segurança.

As imagens mostravam o garotinho em estado de choque no hospital após ter sua casa bombardeada por mísseis israelenses. No local, o pequeno, com os olhos arregalados e tremendo, foi confortado pelo médico.

Agora, uma semana depois, uma notícia boa! O fotógrafo Abdallah Alattar, que cobre o conflito, registrou imagens de Muhammad com a família em uma escola que abriga refugiados. A expressão de medo e espanto do garotinho foi substituída pela leveza.

<https://www.sonoticiaboa.com.br/>

QUESTÃO 03

HABILIDADE: (EF67LP33)

No 3º parágrafo, o que sugere o ponto de exclamação?

QUESTÃO 04	HABILIDADE: (EF67LP04)
Qual o fato que motivou a publicação da notícia?	

QUESTÃO 05	HABILIDADE: (EF67LP04)
Retire um trecho do texto em que haja uma opinião do autor.	

Leia o texto para questão 06.

OS DOIS BONITOS E OS DOIS FEIOS

Raquel de Queiroz

Nunca se sabe direito a razão de um amor. Contudo, a mais frequente é a beleza. Quero dizer, o costume é os feios amarem os belos e os belos se deixarem amar. Mas acontece que às vezes o bonito ama o bonito e o feio o feio, e tudo parece estar certo e segundo a vontade de Deus, mas é um engano. Pois o que se faz num caso é apurar a feiura e no outro apurar a boniteza, o que não está certo, porque Deus Nosso Senhor não gosta de exageros; se Ele fez tanta variedade de homens e mulheres neste mundo é justamente para haver mistura e dosagem e não se abusar demais em sentido nenhum.

[...]

O texto acima foi publicado no livro *Um alpendre, uma rede, um açude*.
José Olympio Editora- Rio de Janeiro

QUESTÃO 06	HABILIDADE: (EF07LP13)
Analise a oração a seguir: “se Ele fez tanta variedade de homens e mulheres neste mundo...”. A quem se refere a palavra destacada?	

Leia o texto para questão 07.



QUESTÃO 07

HABILIDADE: (EF07LP07)

Na oração: "Está chovendo há semanas!", qual é o tipo de sujeito?

Leia uma poesia em prosa para resolver a questão 08:

Na cama de marfim, a ideia dormia azul como naquele dia. Como naquele dia, jovem, tão jovem, uma ideia menina. E linda. Mas o Rei não era mais o Rei daquele dia. Entre ele e a ideia estava todo o tempo passado lá fora, o tempo todo parado na Sala do Sono. Seus olhos não viam na ideia a mesma graça. Brincar não queria, nem rir. Que fazer com ela? Nunca mais saberiam estar juntos como naquele dia. Sentado na beira da cama o Rei chorou suas duas últimas lágrimas, as que tinha guardado para a maior tristeza. Depois baixou o cortinado, e deixando a ideia adormecida, fechou para sempre a porta.

Marina Colasanti

QUESTÃO 08

HABILIDADE: (EF69LP44)

Segundo o texto, por que a ideia não tinha a mesma graça?

Texto para as questões 09 e 10.



QUESTÃO 09	HABILIDADE: (EF07LP07)
Qual é o sujeito da oração do primeiro quadrinho?	

QUESTÃO 10	HABILIDADE: (EF07LP07)
Classifique o sujeito da oração do primeiro quadrinho e justifique sua resposta.	