

LENGUA EXTRANJERA: PORTUGUÉS

Los dispositivos que pueden conectarse a internet o que pueden recibir o emitir información deben estar apagados durante la celebración del examen y no pueden estar a la vista.

Redes sociais podem tornar-se uma adição

Desde que surgiram, as redes sociais tem sido objecto de muitos estudos científicos, preocupados em perceber se o uso excessivo se pode tornar um vício.

Embora a utilização compulsiva das redes não seja considerada uma adição pelo DSM-5, são vários os psicólogos e psiquiatras que veem nas mesmas um potencial aditivo.

Num artigo publicado pelo Huffington Post, a psicóloga infantil Karrie Lager aponta para semelhanças entre o uso excessivo da internet e o abuso de substâncias: "a tolerância, as ressacas, a dificuldade em parar e o desgoverno" são pontos comuns entre as duas dependências.

Por outro lado, um estudo da Universidade do Michigan chegou à conclusão de que quanto mais uma pessoa utiliza o Facebook menor é o seu grau de satisfação com a vida. A descoberta levantou uma questão: por que motivo os utilizadores não param de usar as redes se estas não lhes trazem maior satisfação? Será porque estão dependentes?

"Os adolescentes com ansiedade e depressão recorrem às redes sociais para encontrar suporte e ajuda. Torna-se um problema apenas quando o seu uso é excessivo e passa a ser uma forma de fugirem aos sentimentos e de escaparem da realidade", afirma a psicóloga.

No mesmo artigo, o psiquiatra Charles Sophy chama a atenção para o facto de haver muita gente que depende do número de "likes" e de comentários para se sentir bem. "Tenho contactado com crianças, adolescentes e adultos que estão obcecados com as redes sociais, fazendo depender o seu valor pessoal e a sua auto-estima das mesmas".

O foco deve estar em proporcionar tratamento para quem sofre de uma adição às redes sociais e não em arranjar formas de proibir estes espaços virtuais de interacção.

(texto extraído de <http://visao.sapo.pt/actualidade/sociedade/redes-sociais-podem-tornar-se-uma-adicao=f779871>)

1. Traduza, do português ao espanhol, os seguintes fragmentos extraídos do artículo (60%):

Desde que surgiram, as redes sociais tem sido objecto de muitos estudos científicos, preocupados em perceber se o uso excessivo se pode tornar um vício.

Embora a utilização compulsiva das redes não seja considerada uma adição pelo DSM-5, são vários os psicólogos e psiquiatras que veem nas mesmas um potencial aditivo.

A descoberta levantou uma questão: por que motivo os utilizadores não param de usar as redes se estas não lhes trazem maior satisfação? Será porque estão dependentes?

O foco deve estar em proporcionar tratamento para quem sofre de uma adição às redes sociais e não em arranjar formas de proibir estes espaços virtuais de interacção.

2. Verdadeiro ou falso? (20%)

Leia cada uma das afirmações da coluna da esquerda e marque com um X se são verdadeiras ou falsas, de acordo com o texto.

a) A psicóloga infantil Karrie Lager afirma que as pessoas viciadas em redes sociais geram outras adições associadas a outras substâncias.	VERDADEIRO	FALSO
b) Contraditoriamente, quanto mais “likes”, menos satisfação pessoal e auto-estima.	VERDADEIRO	FALSO
c) Segundo o psiquiatra Charles Sophy, a probabilidade de criar adição às redes sociais está diretamente relacionada com a idade, sendo adolescentes e crianças mais propensos.	VERDADEIRO	FALSO
d) Vetar o uso das redes sociais garante bons resultados em tratamentos contra a adição às redes sociais.	VERDADEIRO	FALSO

3. Há algum tempo, você vem notando que seu melhor amigo não “desgruda” das redes sociais. A situação já é preocupante e, depois de ler este artigo, você decide escrever um e-mail e dar-lhe alguns conselhos. Quais seriam esses conselhos? (20%)

Obs.: Lembre-se que o artigo que acaba de ler servirá apenas de apoio. Seu texto deve ser original, sem cópias literais, e deve refletir suas habilidades, conhecimentos e competências idiomáticas. Vamos lá? (80-100 palavras)