	<p align="center">Pruebas de acceso a enseñanzas universitarias oficiales de grado Mayores de 25 y 45 años Castilla y León</p>	<p align="center">PORTUGUÉS</p>	<p align="center">EJERCICIO</p> <p align="center">Nº Páginas: 2</p>
---	---	--	--

OPTATIVIDAD: EL ALUMNO DEBERÁ ESCOGER UNA DE LAS DOS OPCIONES Y DESARROLLAR LAS PREGUNTAS DE LA MISMA.

OPCIÓN A

Sabemos do que se trata quando nos falam da roda dos alimentos. E até podemos ter noção das percentagens que nos aconselham a comer de cada grupo alimentar (por exemplo, devemos ingerir 400 gramas de hortifrutícolas por día, o que corresponde a 5 porções de fruta e legumes). Mas olhamos para as ilustrações desse texto, e para as quantidades recomendadas, e depressa chegamos à conclusão de que comemos demais.

Afinal, sabemos o que significam, na prática, 400 gramas de hortícolas por dia? Se respondermos que não, estaremos a fazer coro com a maioria da população (já agora, acrescente-se que 53% dos portugueses ingere menos do que isso).

Por cá, a Nestlé topou essa nossa ignorância e decidiu dar uma mãozinha. Desde janeiro que, em vários supermercados do País, podemos encontrar uma nutricionista ao lado de uma banquinha que se apelida de A Dose Certa. Aqui não se promovem produtos da multinacional da indústria alimentar, mas desafiam-se os clientes para que tentem adivinhar as doses adequadas de vegetais, gorduras e açúcares, carne ou peixe, hidratos de carbono e fruta, numa refeição.

Aconselha-se que cada refeição seja composta por uma palma da mão de carne ou peixe (e um dedo mindinho de espessura), um punho fechado de hidratos de carbono (arroz, massa, batata...), duas mãos abertas de vegetais, meio polegar de gorduras e açúcares e uma mão aberta em concha de fruta. Bom apetite!

A) Traducción del texto (puntuación máxima 6 puntos).

B) Comprensión del texto (puntuación máxima 4 puntos, 1 punto por pregunta).


Responda em português a las siguientes cuestiones.

B.1. Exponha por palavras suas o assunto tratado na notícia.

B.2. Explique o que é a roda dos alimentos.

B.3. Explique por palavras suas em que consiste a iniciativa "A Dose Certa"

B.4. Explique a composição das refeições faz diariamente e se coincidem com o aconselhado.

	<p align="center">Pruebas de acceso a enseñanzas universitarias oficiales de grado Mayores de 25 y 45 años Castilla y León</p>	<p align="center">PORTUGUÉS</p>	<p align="center">EJERCICIO</p> <p align="center">Nº Páginas: 2</p>
---	---	--	--

OPCIÓN B

Uma ex-namorada de Cristiano Ronaldo referiu o internacional português como um "mentiroso" e um "psicopata". Jasmine Lennard utilizou a rede social Twitter para disponibilizar a sua ajuda a Kathryn Mayorga no caso de alegada violação de Ronaldo à norte-americana.

Numa série de tweets partilhados esta terça-feira, Lennard começa por adiantar que tem "algumas informações" que acredita que serão benéficas ao caso de Mayorga. Lennard, conhecida no Reino Unido por ter participado no programa Big Brother, terá mantido um relacionamento com Cristiano Ronaldo há mais de uma década.

"Ele disse-me que se eu namorasse com mais alguém ou se saísse de casa que me raptava, transformava o meu corpo em pedaços e atirava-o a um rio. Tenho provas de tudo o que estou a dizer. Ele é um psicopata", revelou a ex-concorrente Big Brother no Reino Unido. A modelo britânica de 33 anos tornou o seu relacionamento com Ronaldo conhecido em 2010, divulgando pormenores de um suposto relacionamento depois de ter conhecido o português dois anos antes, num bar de Los Angeles, nos Estados Unidos da América. Nessa intervenção, Lennard descreveu Ronaldo como "um menino da mamã, metrosssexual e multimilionário" que só queria "passar bons momentos com mulheres famosas".

Jasmine Lennard adianta ainda que ela e o avançado da Juventus têm comunicado frequentemente durante o último ano e que possui "mensagens e gravações" que provam como Ronaldo traiu a atual companheira, Georgina Rodriguez. "Toda a gente tem o seu dia de julgamento e o seu está a chegar", termina a britânica.

A) Traducción del texto (puntuación máxima 6 puntos).

B) Comprensión del texto (puntuación máxima 4 puntos, 1 puntos por pregunta).

Responda em português a las siguientes cuestiones.

- B.1. Exponha por palavras suas o assunto tratado na notícia.
- B.2. Explique o sentido no texto da expressão "um menino de mamã".
- B.3. Explique o sentido no texto da expressão "o seu dia de julgamento".
- B.4. Dê a sua opinião sobre a notícia.