

UNIVERSIDADE DO MINHO
MESTRADOS EM EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR E EM ENSINO 2018/2019
Prova Escrita de Língua Portuguesa – 2.^a fase - setembro de 2018
Duração: 90 minutos; Tolerância: 30 minutos

Nome _____

I – Texto

Leia atentamente o texto seguinte, retirado do *Diário de Notícias (online)* de 24/8/2018 (adaptado).

Será que o óleo de coco é "puro veneno"? Não, mas o azeite é melhor
Nutricionistas dizem que não é um veneno, mas está longe de ser a melhor gordura do mundo. Admitem que possa ser usada pontualmente, mas não deve substituir o azeite na alimentação dos portugueses

É usado para confeccionar pratos no forno, na frigideira e como ingrediente de sobremesas. Há quem até o adicione ao café. Nos últimos anos, o óleo de coco passou a ser visto como uma escolha saudável, e houve mesmo quem o considerasse um superalimento. Mas será que é mesmo assim? Karin Michels, professora da Universidade de Harvard, lançou o debate, ao chamá-lo "puro veneno" - uma classificação que os três nutricionistas ouvidos pelo DN acham exagerada. Não consideram, no entanto, que seja uma opção mais saudável ou melhor do que o azeite.

Na conferência "Óleo de coco e outros erros nutricionais", na Universidade de Friburgo (Alemanha), Karin Michels disse que esta substância é "uma das piores coisas que se pode comer", já que o seu alto teor de gorduras saturadas (mais de 80%) eleva os níveis de colesterol, aumentando o risco de doenças cardiovasculares. (...)

Para Nuno Borges, membro da direção da Associação Portuguesa de Nutrição (APN), "houve uma promoção excessiva e não fundamentada do óleo de coco, por gente que sabia pouco do assunto", o que poderá ter sido originado por "interesses, desconhecimento ou ignorância".

Segundo o nutricionista, a substância "sempre foi o que é: uma gordura saturada sem interesse". Isto porque, explica, "tem um teor muito elevado de gorduras saturadas", associadas a doenças cardiovasculares, AVC e enfartes. Contudo, sublinha, também "não lhe chamaria 'puro veneno'".

Não é superalimento

Visto por muitos como a cura para todos os males, chegou a ser apresentado como um superalimento. "Não há nada no óleo de coco que faça dele um superalimento, mas também não é um veneno", diz Pedro Carvalho, professor da Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica Portuguesa, destacando que "não tem nenhum benefício do ponto de vista cardiovascular e aumenta os níveis totais de colesterol [do chamado 'bom' e do 'mau']".

Segundo o nutricionista, este óleo tornou-se mais popular nos últimos anos, associado também à dieta do paleolítico. "E ganhou notoriedade porque vem de um alimento diferente, é uma gordura um pouco exótica", refere o autor do livro "Os mitos que comemos". Há a perceção errada, prossegue, de que é mais saudável. "Mesmo sendo vegetal, é a que tem mais ácidos gordos", alerta Pedro Carvalho.

Além de não ter benefícios do ponto de vista nutricional, "é uma gordura como todas as outras, com um aporte calórico muito grande". Ao contrário do que algumas pessoas defendem, "não emagrece". (...)

"Alimento natural"

A nutricionista Lillian Barros tem uma opinião um pouco diferente: "É uma gordura saturada, é certo, mas hoje sabe-se que não tem um impacto tão negativo na saúde cardiovascular como se pensava". Segundo a fundadora do Nutricionistas Online, "há médicos, professores e nutricionistas que até a veem como necessária".

Ressalvando que "tudo o que é em excesso faz mal", Lillian Barros considera que "o óleo de coco pode ser introduzido na alimentação, mas com bom senso", já que se trata de um "alimento natural e minimamente processado, se for extraído a frio". Mas não faz sentido que substitua o azeite, por exemplo. (...)

II – Interpretação

Assinale cada afirmação como verdadeira (V) ou falsa (F), nos espaços indicados, em função do texto que acabou de ler. Note que uma afirmação só é verdadeira se for *completamente* verdadeira. Cada opção incorreta assinalada como correta é penalizada. Não há cotação negativa em cada grupo.

Grupo 1

V/F

- | | |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | a) O autor do artigo defende, tal como a nutricionista Lilian Barros, que o óleo de coco não deve substituir o azeite na alimentação. |
| <input type="checkbox"/> | b) Os académicos consultados/referidos pelo autor do artigo têm uma opinião tendencialmente menos favorável ao óleo de coco do que a nutricionista Lilian Barros. |
| <input type="checkbox"/> | c) O óleo de coco é, para algumas pessoas (mas não para todas), um superalimento e, portanto, deve ser consumido. |
| <input type="checkbox"/> | d) De acordo com o artigo, o óleo de coco é vulgarmente utilizado como sobremesa por muitas pessoas. |

Grupo 2

V/F

- | | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | a) Os três nutricionistas consultados pelo DN defendem que o azeite é um alimento menos saudável do que o óleo de coco. |
| <input type="checkbox"/> | b) Segundo o jornalista, o óleo de coco ganhou popularidade nos últimos anos, associado à dieta do paleolítico. |
| <input type="checkbox"/> | c) Nuno Borges e Lilian Barros concordam que o óleo de coco é uma gordura saturada, mas atribuem diferentes valores a essa característica. |
| <input type="checkbox"/> | d) Para Nuno Borges, o óleo de coco foi promovido como alimento sem que tenha havido a adequada justificação científica. |

Grupo 3

V/F

- | | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | a) O título do artigo realiza um elogio de alto grau do óleo de coco (como alimento). |
| <input type="checkbox"/> | b) De acordo com o académico Pedro Carvalho, a popularidade do óleo de coco começou quando começou a ser associado à dieta do paleolítico. |
| <input type="checkbox"/> | c) Há quem defenda que o óleo de coco emagrece e essa opinião é corroborada por Pedro Carvalho. |
| <input type="checkbox"/> | d) O artigo atribui a mesma credibilidade à opinião sobre o óleo de coco de nutricionistas e de académicos/cientistas. |

Grupo 4

V/F

- | | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | a) Para Lilian Borges, o facto de o óleo de coco ser um alimento natural é um argumento que pode ser evocado para sustentar o seu consumo. |
| <input type="checkbox"/> | b) Para o autor de “Os mitos que comemos”, o relativo exotismo do óleo de coco é favorável à sua boa aceitação pelos portugueses. |
| <input type="checkbox"/> | c) O título da conferência de Karin Michels indicia a sua posição clara contra o consumo do óleo de coco. |
| <input type="checkbox"/> | d) Karin Michels associa a presença de gorduras saturadas nos alimentos ao colesterol e às doenças cardiovasculares, afirmando que estas são responsáveis por muitas mortes. |

UNIVERSIDADE DO MINHO
MESTRADOS EM ENSINO 2018/2019
Prova Escrita de Língua Portuguesa – 2.^a fase - setembro de 2018
Duração: 90 minutos; Tolerância: 30 minutos

Critérios de correção e soluções

PARTE II, grupos 1 e 2

Cada afirmação correta escolhida vale 0,5 valores. Cada afirmação errada escolhida desconta 0,5 valores. Não há cotação negativa em cada grupo.

PARTE II, grupos 3 e 4

Cada afirmação correta escolhida vale 0,75 valores. Cada afirmação errada escolhida desconta 0,75 valores. Não há cotação negativa em cada grupo.

PARTE III

Texto argumentativo: 10,0 valores

Conteúdo, organização e articulação:

Apresentar uma introdução: até 2 valores

Apresentar dois argumentos contra o consumo de óleo de coco: até 3 valores

Apresentar uma conclusão fundamentada nos argumentos arrolados: até 4 valores

Associar a apresentação do conteúdo à organização em parágrafos: até 1 valor

Aspetos formais:

Desrespeitar o limite de palavras (250 a 350): desconta 2 valores

Erros de ortografia, acentuação e pontuação: desconta 0,2 valores (a repetição do mesmo erro ortográfico não é penalizada)

Desadequação léxico-semântica 0,25 valores

Erros de sintaxe 0,25 valores

Soluções

Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3	Grupo 4
V	F	F	V
V	F	F	V
V	V	F	V
F	V	V	F

Grupo 1

V/F

V	a) O autor do artigo defende, tal como a nutricionista Lilian Barros, que o óleo de coco não deve substituir o azeite na alimentação. <i>Será que o óleo de coco é "puro veneno"? Não, mas o azeite é melhor / Mas não faz sentido que substitua o azeite, por exemplo</i>
V	b) Os académicos consultados/referidos pelo autor do artigo têm uma opinião tendencialmente menos favorável ao óleo de coco do que a nutricionista Lilian Barros. <i>Karin Michels, professora da Universidade de Harvard, lançou o debate, ao chamá-lo "puro veneno" / "Não há nada no óleo de coco que faça dele um superalimento, mas também não é um veneno", diz Pedro Carvalho, professor da Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica Portuguesa / A nutricionista Lillian Barros tem uma opinião um pouco diferente: "É uma gordura saturada, é certo, mas hoje sabe-se que não tem um impacto tão negativo na saúde cardiovascular como se pensava". Segundo a fundadora do Nutricionistas Online, "há médicos, professores e nutricionistas que até a veem como necessária". Ressalvando que "tudo o que é em excesso faz mal", Lillian Barros considera que "o óleo de coco pode ser introduzido na alimentação, mas com bom senso", já que se trata de um "alimento natural e minimamente processado, se for extraído a frio". Mas não faz sentido que substitua o azeite, por exemplo.</i>
V	c) O óleo de coco é, para algumas pessoas (mas não para todas), um superalimento e, portanto, deve ser consumido. <i>Nos últimos anos, o óleo de coco passou a ser visto como uma escolha saudável, e houve mesmo quem o considerasse um superalimento.</i>
F	d) De acordo com o artigo, o óleo de coco é vulgarmente utilizado como sobremesa por muitas pessoas. <i>É usado para confeccionar pratos no forno, na frigideira e como ingrediente de sobremesas.</i>

Grupo 2

V/F

F	a) Os três nutricionistas consultados pelo DN defendem que o azeite é um alimento menos saudável do que o óleo de coco. <i>Não consideram, no entanto, que seja uma opção mais saudável ou melhor do que o azeite.</i>
F	b) Segundo o jornalista, o óleo de coco ganhou popularidade nos últimos anos, associado à dieta do paleolítico. <i>Segundo o nutricionista, este óleo tornou-se mais popular nos últimos anos, associado também à dieta do paleolítico.</i>
V	c) Nuno Borges e Lilian Barros concordam que o óleo de coco é uma gordura saturada, mas atribuem diferentes valores a essa característica. <i>Segundo o nutricionista, a substância "sempre foi o que é: uma gordura saturada sem interesse". Isto porque, explica, "tem um teor muito elevado de gorduras saturadas", associadas a doenças cardiovasculares, AVC e enfartes / "É uma gordura saturada, é certo, mas hoje sabe-se que não tem um impacto tão negativo na saúde cardiovascular como se pensava".</i>
V	d) Para Nuno Borges, o óleo de coco foi promovido como alimento sem que tenha havido a adequada justificação científica. <i>Para Nuno Borges, membro da direção da Associação Portuguesa de Nutrição (APN), "houve uma promoção excessiva e não fundamentada do óleo de coco, por gente que sabia pouco do assunto.</i>

Grupo 3

V/F

F	a) O título do artigo realiza um elogio de alto grau do óleo de coco (como alimento). <i>Será que o óleo de coco é "puro veneno"? Não, mas o azeite é melhor (a 2.ª frase bloqueia a avaliação de alto grau).</i>
F	b) De acordo com o académico Pedro Carvalho, a popularidade do óleo de coco começou quando começou a ser associado à dieta do paleolítico. <i>Segundo o nutricionista, este óleo tornou-se mais popular nos últimos anos, associado também à dieta do paleolítico.</i>
F	c) Há quem defenda que o óleo de coco emagrece e essa opinião é corroborada por Pedro Carvalho. <i>Ao contrário do que algumas pessoas defendem, "não emagrece".</i>

V	d) O artigo atribui a mesma credibilidade à opinião sobre o óleo de coco de nutricionistas e de académicos/cientistas. Karin Michels, professora da Universidade de Harvard, lançou o debate, ao chamá-lo "puro veneno" / Para Nuno Borges, membro da direção da Associação Portuguesa de Nutrição (APN), (...). Segundo o nutricionista, (...)/ (...) diz Pedro Carvalho, professor da Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica Portuguesa, destacando que (...). Segundo o nutricionista, (...)/ A nutricionista Lillian Barros tem uma opinião um pouco diferente.

Grupo 4
V/F

V	a) Para Lillian Borges, o facto de o óleo de coco ser um alimento natural é um argumento que pode ser evocado para sustentar o seu consumo. Lillian Barros considera que "o óleo de coco pode ser introduzido na alimentação, mas com bom senso", já que se trata de um "alimento natural e minimamente processado, se for extraído a frio".
V	b) Para o autor de "Os mitos que comemos", o relativo exotismo do óleo de coco é favorável à sua boa aceitação pelos portugueses. E ganhou notoriedade porque vem de um alimento diferente, é uma gordura um pouco exótica.
V	c) O título da conferência de Karin Michels indicia a sua posição clara contra o consumo do óleo de coco. Na conferência "Óleo de coco e outros erros nutricionais", na Universidade de Friburgo (Alemanha), Karin Michels disse que...
F	d) Karin Michels associa a presença de gorduras saturadas nos alimentos ao colesterol e às doenças cardiovasculares, afirmando que estas são responsáveis por muitas mortes. Karin Michels disse que esta substância é "uma das piores coisas que se pode comer", já que o seu alto teor de gorduras saturadas (mais de 80%) eleva os níveis de colesterol, aumentando o risco de doenças cardiovasculares.