



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS  
FACULDADE DE LETRAS  
DEPARTAMENTO DE LÍNGUAS ESTRANGEIRAS  
CENTRO DE AVALIAÇÃO DE SUFICIÊNCIA EM LÍNGUA ESTRANGEIRA



## PROVA DE SUFICIÊNCIA EM LÍNGUA ESPANHOLA– 29-05-2015

### FOLHA DE RESPOSTAS

(não serão corrigidas provas feitas a lápis; somente com caneta preta ou azul)  
(as respostas devem ser dadas em Língua Portuguesa padrão)  
(é permitido o uso de dicionários IMPRESSOS)

**Tras haber leído el texto, haga lo que se le pide.**

1. Coloque (V) o (F) en las siguientes afirmaciones de acuerdo con el texto. Cada una vale 0,25. Valor total 3,0.

- Las personas más sensibles son las que se estresan más.
- El estrés es un sentimiento de tensión física o emocional.
- La clave para terminar con los nocivos efectos del estrés en la salud es cambiar la relación que se tiene con él
- El estrés debe convertirse en nuestro mejor amigo.
- El estrés puede ayudar a conectarse con otras personas gracias al aumento de oxitocina.
- La resolución de los problemas desarrolla capacidades cognitivas como la creatividad y memoria.
- El estrés y la resolución de conflictos también aportan madurez.
- Las enfermedades cardiovasculares son la principal fuente de estrés.
- El estrés no aporta nada de bueno al cuerpo humano.
- Los trabajos manuales no aportan ningún nivel de estrés.
- El estrés puede estar provocado por cualquier pensamiento o situación.
- La función de la oxitocina es construir y fortalecer los lazos sociales.

2. Comente su opinión sobre los argumentos presentados por la investigadora para atribuirle características positivas al estrés. Presente sus opiniones sobre partes del texto. Presente por lo menos 3 argumentos. Escriba su opinión en portugués. Valor: 1,0

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Traduzca al portugués los siguientes párrafos. Cada una vale 2,0. Valor total 6,0.

1. "Debe ser estrés" concluyen los médicos cuando, después de un sinnúmero de exámenes, no logran identificar la razón de la mala salud. Si bien el estrés es una respuesta natural ante una situación amenazante, para muchos se ha vuelto un enemigo que no abandona.

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Luego de cinco años de estudiar el tema, la investigadora concluye que la clave para terminar con los nocivos efectos del estrés en la salud es cambiar la relación que se tiene con él. Es decir, mientras menos se le satanice y más se le atribuyan características positivas, es posible cambiar la respuesta que tiene el cuerpo frente a él.

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Otra manera de enfrentarlo y volverlo a su favor es observar si le está "agregando" más leña al fuego a situaciones cotidianas. A veces se puede entrar en ansiedad porque el jefe no saludó y uno piensa que no le cae bien. En vez de anticipar resultados negativos, ayuda enfocar la atención en el cuerpo y el momento real.

---

---

---

---

---

---

---

---