

4 razões para ir ao médico de família

AUTORA: Fátima Nery Plch

REVISÃO: Iva Svobodová

NÍVEL QCER: B1

ÁREA DISCIPLINAR: Medicina

DURAÇÃO: 90 minutos

MATERIAIS DIDÁTICOS:

1. 1x áudio (duração: 00:02:47 minutos)
<https://medial.phil.muni.cz/Play/26277#!>
2. 19 exercícios

OBJETIVO:

O objetivo deste REA é realizar várias atividades baseadas na leitura do texto intitulado **4 razões para ir ao médico de família**. O principal objetivo é desenvolver a competência linguística do aluno a nível fonético, através de três exercícios cujo objetivo é verificar a compreensão de um texto gravado, a transcrever o texto gravado, sobretudo, a terminologia pertencente à área abordada e preposições, e responder a perguntas relacionadas com o texto. Os exercícios gramaticais têm por objetivo desenvolver as áreas mais problemáticas dos alunos eslavos de PLE às quais pertencem: preposições, tempos verbais pretéritos do modo indicativo e substituição das frases finitas pelas não finitas e vice-versa. Os exercícios lexicológicos e semânticos abrangem atividades relacionadas com a derivação, com a terminologia especializada e a sua definição e com as expressões idiomáticas. A competência geral é potencializada com o conhecimento de nova realidade. Ao mesmo tempo, todas as partes elaboradas podem ser desenvolvidas ainda mais profundamente, e isso através de temas abertos, que podem ser aproveitados de acordo com as necessidades do aluno ou do professor.

COMPETÊNCIA:

Competência **comunicativa fonética**, gramatical, lexical, textual
Competência geral.

CAPACIDADES:

Perceção de um texto informativo escrito e falado.
Verificação retroativa através de um texto transcrito.
Transcrição de texto falado.
Formulação de respostas.
Aquisição de vocabulário científico.
Uso de expressões idiomáticas.
Construção de períodos compostos.
Uso de modos e tempos verbais.
Derivação lexical.
Uso de conjunções adequadas.

ATIVIDADES

I. Ouça o texto áudio intitulado *4 razões para ir ao médico de família* e tente perceber o seu conteúdo.

ACESSO:

<https://medial.phil.muni.cz/Play/26277#!>

(duração: 00:02:47 minutos)

II. Depois de ouvir o texto verifique se as afirmações seguintes são verdadeiras ou falsas.

	V	F
1. O especialista em Medicina Geral e Familiar é vulgarmente designado por médico de família.		
2. O papel do médico de família no sistema de saúde tem se mantido ao longo dos tempos.		
3. Muitas doenças podem ser evitadas se forem detetadas antecipadamente.		
4. Só graças aos modernos meios de diagnóstico podemos hoje detetar precocemente muitas patologias.		
5. Está provado cientificamente que consultas periódicas, hábitos de vida, exames de diagnóstico ajudam a evitar muitos problemas de saúde		
6. O papel do especialista em Medicina Geral e Familiar não tem nada em comum com a prática da medicina preventiva.		

III. Ouça o texto áudio e preencha as lacunas de acordo com a gravação. Procure o significado das palavras não conhecidas consultando, por exemplo, o dicionário Priberam.

4 razões para ir ao médico de família

O médico de família — nome geralmente usado para designar o _____ em Medicina Geral e Familiar — é o médico mais indicado para acompanhar as pessoas nas várias _____.

O seu papel no _____ tem sofrido algumas transformações. “Tradicionalmente, as pessoas iam ao médico de família para resolver uma situação de _____. Desde as últimas décadas do século XX, foi-se percebendo que muitas _____ podiam ser evitadas ou, no mínimo, melhorado o seu _____, se detetadas precocemente”, contextualiza António Balsa, Coordenador de Medicina Geral e Familiar do Hospital Lusíadas Amadora e com experiência em _____ há mais de 30 anos.

“A esta perceção aliou-se o grande desenvolvimento científico e _____, que nos tem proporcionado _____ de diagnóstico progressivamente melhores e que ajudam a fazer o _____ e/ou a _____ de muitas patologias”, diz. “A evidência científica tem vindo a identificar um conjunto de comportamentos — consultas _____, hábitos de vida, exames de diagnóstico — que ajudam a evitar muitos problemas de saúde ou a controlar melhor aqueles que são detetados precocemente.”

O papel do especialista em Medicina Geral e Familiar relaciona-se, assim, cada vez mais com a prática da medicina preventiva, no sentido de _____ o risco de patologia ou de _____ o seu prognóstico.

É neste contexto que identificamos os cinco principais motivos para _____ com um especialista em Medicina Geral e Familiar. Prevenção e rastreio de doenças potencialmente evitáveis, controlo de doenças crónicas.

1. Prevenção e rastreio de doenças potencialmente evitáveis
2. Controlo de doenças crónicas
3. Situações de doença aguda
4. Encaminhamento para outras especialidades

Adaptado de:

<https://www.lusiadas.pt/blog/prevencao-estilo-vida/bem-estar/4-razoes-para-ir-ao-medico-familia>

IV. Agora, ouça de novo a gravação e responda às seguintes questões.

1. Qual é o nome vulgarmente atribuído ao especialista de Medicina Geral e Familiar?
2. Como tem sido o seu papel ao longo dos anos?
3. Por que razão hoje a sua função se relaciona, cada vez mais, com a prática da medicina preventiva?
4. Está provado cientificamente que há um conjunto de comportamentos que ajudam a evitar ou a controlar muitos problemas de saúde. Dê alguns exemplos.
5. Quais as 4 práticas médicas associadas ao médico de família?

V. Ouça a primeira parte do texto: História do SNS - Saiba como nasceu o Serviço Nacional de Saúde e quais os desenvolvimentos dos últimos 40. Preencha as lacunas com os verbos nos tempos verbais corretos.

<https://www.sns.gov.pt/sns/servico-nacional-de-saude/historia-do-sns/>

No dia 15 de setembro de 1979 _____, em Diário da República, a Lei nº 56/79 que _____ o Serviço Nacional de Saúde (SNS), _____ o direito à proteção da saúde, a prestação de cuidados globais de saúde e o acesso a todos os cidadãos, independentemente da sua condição económica e social, nos termos da constituição.

Nos últimos 40 anos, o SNS _____ ganhos em saúde que _____ Portugal num lugar cimeiro no que _____ à qualidade de vida de milhões de cidadãos e _____ muitas das desigualdades na sociedade portuguesa.

Ao longo destas quatro décadas, Portugal _____ entre os países da OCDE com menores taxas de internamento por problemas de saúde sensíveis aos cuidados de saúde primários e à diminuição da incapacidade permanente. _____ ao aumento da esperança de vida

saudável à nascença para homens e mulheres, à diminuição da percentagem de pessoas que _____ as suas necessidades de saúde satisfeitas, bem como ao aumento da percentagem de portugueses que _____ a sua saúde como boa ou muito boa.

VI. Agora, coloque as formas verbais encontradas nas respetivas colunas, atribuindo-lhes a respetiva descrição semântica.

Voz ativa				Voz passiva	Perífrase	Formas não finitas	
Pretérito simples	Presente	Imperfeito	Pretérito mais que perfeito			Simplex	Composta
				Verbo auxiliar ser	Com preposição		
				versus Verbo auxiliar estar	Sem preposição		

VII. Complete as seguintes frases conjugando os verbos dados nas formas finitas ou não finitas que achar mais adequadas.

1. Ele (**dizer**)-me que (**aprender**) mais nos 3 anos de estágio do que em 6 anos na faculdade.
2. Muitas vezes, ao viajar, só descobrimos algo que (**poder visitar**), quando (**terminar**) a viagem.
3. Se possível, (**você – procurar**) antecipadamente e (fazer) uma lista dos locais a (visitar) para não (esquecer-se) de nenhum.
É conveniente, antes de (**você - ir**) ao médico, (**marcar**) previamente a consulta.
4. Ultimamente (**haver**) muitos problemas de atendimento nas urgências dos hospitais do SNS.
5. (**ser – dúvida**) que o novo Ministro da Saúde (**conseguir**) resolver os atuais problemas do SNS?
6. Um dia, ao fim de um dia de trabalho, (**acontecer**) o que ele sempre (**temer**). Alguns elementos da equipa (**demitir-se**).
7. Os crescentes conhecimentos científicos e tecnológicos (**vir**) a abrir novas possibilidades no campo da prevenção e de rastreio de doenças, (**oferecer**), assim, uma melhor qualidade de vida e (**evitar**) custos de futuros tratamentos.

VIII. Diga de outra maneira as partes assinaladas e reescreva as frases se necessário:

1. **Se bem que** ainda não seja público, ele vai candidatar-se ao lugar de diretor.

2. **Como** estava muito calor, a corrida realizou-se em pista coberta

3. **De acordo com** a notícia, os serviços de urgência do hospital vão estar fechados a partir de sábado até às 8 da manhã de segunda-feira.

4. **Quando** a reunião terminou, cada um seguiu o seu caminho.

5. **Infelizmente**, não vou poder estar presente na tua festa de fim de curso.

6. **Caso** precises de ajuda, não hesites em telefonar-me.

7. Os bombeiros chegaram muito rapidamente, **mas** já não conseguiram evitar a propagação do incêndio.

8. Tenho a certeza que não vou ganhar, mas **mesmo assim** vou concorrer ao lugar.

IX. Este é um estrato de uma notícia do Diário de Notícias. Preencha as lacunas com as preposições que achar mais adequadas e com o artigo, se necessário.

O número de utentes ___1___ médico de família aumentou 29% ___2___ um ano, ascendendo agora a quase 1,7 milhões, devido ___3___ aposentações e à falta de capacidade ___4___ Serviço Nacional de Saúde (SNS) ___5___ atrair especialistas. (...)

A falta de médicos de família está, alertou Nuno Jacinto, a obrigar os utentes ___6___ aceder ___7___ SNS "___8___ um local onde não deveriam entrar" -- os hospitais -, "pervertendo" todo o sistema e sobrecarregando os profissionais de saúde de um modo geral.

X. Cada uma das frases seguintes tem um ou mais erros. Tente descobri-los.

1. Por mais que lhe digo que fumar é nocivo por a saúde, ele não deixa com fumar.(3)
2. A nutrição é uma área da saúde que avalie as relações de os alimentos, a sua composição nutricional e o impacto na saúde e na doença. (2)
3. Emagresser de uma forma saudável que pode ajudar a melhorar a autoestima, e sobretudo é importante porque permite reduzir o risco de desenvolverem outras patologias (doenças). (3)
4. É preocupante que, cada vez mais, da sociedade as pessoas sejam vista / contem como números e não como pessoas (2).
5. Custa-me a querer que eles viagem com este calor. (2)
6. Não é de admirar que uma grande parte dos portugueses estejam preocupados com a situação difícil do SNS.(2)

XI. Encontre a definição de cada uma das seguintes palavras que se encontram no texto “4 razões para ir ao médico de família”

1	preventivo	A	a.. oferecer, possibilitar, facultar
2	promoção	B	b. adequado, aconselhado, apropriado, recomendado
3	(tratamento)indicado	C	c. juntar, ligar
4	precoce	D	d. melhoria, desenvolvimento, propagação
5	aliar	E	e. antecipado
6	proporcionar	F	f. despistagem, realização de testes para encontrar sinais de doença ainda não detetada
7	rastreio	G	g. que tem por fim prevenir, acautelar ou impedir
8	evitável	H	h. escusável

XII. Complete a tabela que se segue com as formas derivadas das palavras dadas.

nome	verbo	adjetivo/particípio
		evitável
o rastreio		
		preventivo
	resolver	
o/a especialista		
		habitual
	detetar	
o problema		

		sofrido
	necessitar	

XIII. Complete as seguintes frases com elementos da tabela anterior.

1. Para _____ futuros problemas de saúde, é _____ fazer consultas periódicos de _____.
2. Como de _____, o médico de família _____ encaminhar o Pedro para um _____ de cardiologia, para fazer os exames de _____ anuais.
3. Muitos dos problemas do SNS podiam ter sido _____ e _____ a tempo de forma a _____ os constrangimentos atuais.
4. Todos os anos, na primavera ele _____ muito com a febre dos fenos – uma alergia ao pólen de certas plantas.

XIV. Em português há muitas expressões idiomáticas com partes do corpo. Conhece alguma? No quadro seguinte tente ordenar as expressões com o seu significado.

1	bater o queixo	A	estar preocupado
2	fazer qc. com uma perna às costas	B	estar/ficar desconfiado
3	dar com a língua nos dentes	C	estar/ficar tudo desarrumado/ desorganizado/voltado ao contrário
4	estar/ficar de pé atrás	D	fazer qualquer coisa com facilidade
5	estar/ficar de pernas para o ar	E	não conseguir dormir
6	estar com cara de caso	F	revelar um segredo
7	não pregar olho	G	estar com frio
8	ficar de boca aberta	H	uma coisa que não tem sentido, disparatada
9	não ter pés nem cabeça	I	ficar admirado, surpreendido
10	não ter papas na língua	J	ser frontal, direto

XV. Complete as frases seguintes, usando as expressões do exercício anterior

1. Ontem bebi tanto café durante o dia, que durante a noite _____
2. Quando ouviu a notícia _____
3. Como nem todas as casas em Portugal dispõem de aquecimento central, há muitas pessoas que passam o inverno a _____
4. Depois da festa de anos do meu filho a casa ficou _____, não havia uma coisa no seu lugar.
5. Deve ter acontecido alguma coisa de grave, ela está _____.

6. A proposta que acabas de fazer _____. Dessa forma nunca conseguiremos resolver o problema.
7. Ele diz sempre tudo sem rodeios, doa a quem doer. _____.
8. Ela já o apanhou em tantas mentiras, que está sempre _____ quando ele abre a boca.
9. Nunca mais lhe contarei nada, não é capaz de guardar um segredo, _____.
10. Ela é muito boa aluna, passa sempre nos exames _____.

XVI. Escolha o verbo mais apropriado para completar as frases.

1. Antes de ir ao médico, tenho de telefonar para o consultório para _____ uma consulta.
a. combinar b. marcar c. pedir
2. O médico de família é nome geralmente usado para _____ o especialista em Medicina Geral e Familiar.
a. chamar b. dizer c. designar
3. O papel do médico de família no sistema de saúde tem _____ algumas transformações.
a. passado b. sofrido c. aguentado
4. O papel do especialista em Medicina Geral e Familiar relaciona-se, assim, cada vez mais com a prática da medicina preventiva, no sentido de _____ o risco de patologia ou de melhorar o seu prognóstico.
a. reduzir b. acrescentar c. descer
5. Uma das vítimas dos incêndios acabou por _____ às queimaduras sofridas.
a. morrer b. sucumbir c. subjugar
6. O nosso terapeuta não crê que devemos _____ o nosso filho contra a varíola.
a. vacinar b. proteger c. sensibilizar
7. As notícias que recebíamos diariamente durante a pandemia faziam-nos _____ de medo e insegurança.
a. oscilar b. encher c. estremecer
8. A consulta que tinha hoje foi _____ para amanhã.
a. transferida b. passada c. adiada

XVII. Traduza os termos em português para a sua língua materna.

português	inglês	checo	polish
o cancro de mama			
a resiliência			
o consórcio			

o dado			
o recurso			
avaliar			
a deterioração			
a intervenção			
a sensibilização			
o estigma			
informática de modelação			
a coerência			
o tratamento			
a função cognitiva			
minimizar			
a validação			
o clínico			
abrangente			
reportar			

XVIII. Ouça o texto áudio: «Projecto BOUNCE: ajudar as doentes com cancro da mama a regressar à vida normal após a recuperação» e preencha as lacunas de acordo com a gravação. <https://www.youtube.com/watch?v=MkyZE6NTuxI> Procure o significado das palavras não conhecidas consultando, por exemplo, o dicionário Priberam.

O Projeto Bounce é um projeto europeu que reuniu um _____ académico constituído por _____, psicólogos, sociólogos e especialistas em informática de _____ com o objetivo de medir vários aspetos da _____ ao diagnóstico e do tratamento do _____.

Para isso foi recolhida informação muito _____ pelo doente num cohort (coorte) clínico de cerca de 780 participantes que foram seguidos longitudinalmente por 18 meses, em Portugal, Finlândia, Itália e Israel através de novas soluções digitais, que permitem aos doentes, nos seus _____ terem acesso a aplicações web onde podem fazer os seus registos.

(0,57)A diversidade de informações incluiu para além de dados biométricos da doença, _____ de estilo de vida, nomeadamente hábitos alimentares exercício físico, de vida profissional e informação psicossocial em múltiplos domínios desde o distress até à personalidade, sentido de _____ e apoio familiar, e ainda dados económicos, relacionados com a ausência ao trabalho por motivos da

doença e o recurso a serviço de saúde. A modelação destes dados permitiu obter ma ferramenta de suporte à decisão que terá a capacidade de prever a trajetória de qualidade de vida, de saúde mental e outros outcomes associados a resiliência nos primeiros anos após o diagnóstico.

(1.41) Em que fase é que estamos? Especificamente no nosso centro em colaboração com a Universidade de Helsínquia foi desenvolvido o Estudo Cognitivo Champalimaud-Helsínquia, com o objetivo de avaliar o impacto de tratamentos como a quimioterapia na função cognitiva. Atendendo à nossa expertise na área das neurociências, foi possível obter dados objetivos como a avaliação neuropsicológica, imagem de Ressonância Magnética cerebral, cujos os resultados vão ser brevemente apresentados, permitindo a evolução no conhecimento da _____ cognitiva associada ao cancro. (2.23) Estamos também _____, juntamente com outros centro sem estudos de _____ adicional desta ferramenta, ou seja, qual será o impacto de sistematicamente avaliarmos a resiliência das doentes com cancro da mama em Portugal e noutros países, e com base nessa informação serão desenvolvidas _____ para _____ o impacto negativo do diagnóstico e tratamento do cancro da mama.

Tente expor as principais informações desta gravação. Qual o objetivo do projeto? Quem são os envolvidos? Refira algumas das etapas.

XIX. Se quiser saber mais sobre a Fundação Champalimaud, veja:

Visitas Virtuais 360° à Fundação Champalimaud - Um olhar para dentro do Champalimaud Research
https://www.youtube.com/watch?v=60iWIY_hl

Facultativo:

Nuno Duarte | Fisioterapeuta Coordenador do Serviço de Medicina Física e Reabilitação do IPO Lisboa

https://www.youtube.com/watch?v=qgldQO_FIOI

Qual é o lema do IPO?

SOLUÇÃO

I. Transcrição do texto:

O médico de família — nome geralmente usado para designar o especialista em Medicina Geral e Familiar — é o médico mais indicado para acompanhar as pessoas nas várias fases da vida.

O seu papel no sistema de saúde tem sofrido algumas transformações. “Tradicionalmente, as pessoas iam ao médico de família para resolver uma situação de doença. Desde as últimas décadas do século XX, foi-se percebendo que muitas patologias podiam ser evitadas ou, no mínimo, melhorado o seu prognóstico, se detetadas precocemente”, contextualiza António Balsa, Coordenador de Medicina Geral e Familiar do Hospital Lusíadas Amadora e com experiência em medicina preventiva há mais de 30 anos.

“A esta perceção aliou-se o grande desenvolvimento científico e tecnológico, que nos tem proporcionado meios de diagnóstico progressivamente melhores e que ajudam a fazer o rastreio e/ou a deteção precoce de muitas patologias”, diz. “A evidência científica tem vindo a identificar um conjunto de comportamentos — consultas periódicas, hábitos de vida, exames de diagnóstico — que ajudam a evitar muitos problemas de saúde ou a controlar melhor aqueles que são detetados precocemente.”

O papel do especialista em Medicina Geral e Familiar relaciona-se, assim, cada vez mais com a prática da medicina preventiva, no sentido de reduzir o risco de patologia ou de melhorar o seu prognóstico.

É neste contexto que identificamos os cinco principais motivos para marcar consulta com um especialista em Medicina Geral e Familiar. Prevenção e rastreio de doenças potencialmente evitáveis, controlo de doenças crónicas.

1. Prevenção e rastreio de doenças potencialmente evitáveis
2. Controlo de doenças crónicas
3. Situações de doença aguda
4. Encaminhamento para outras especialidades

II . 1V 2F 3V 4F 5V 6F

III.

O médico de família — nome geralmente usado para designar o **especialista** em Medicina Geral e Familiar — é o médico mais indicado para acompanhar as pessoas nas várias **fases da vida**.

O seu papel no **sistema de saúde** tem sofrido algumas transformações. “Tradicionalmente, as pessoas iam ao médico de família para resolver uma situação de **doença**. Desde as últimas décadas do século XX, foi-se percebendo que muitas **patologias** podiam ser evitadas ou, no mínimo, melhorado o seu **prognóstico**, se detetadas precocemente”, contextualiza António Balsa, Coordenador de Medicina Geral e Familiar do Hospital Lusíadas Amadora e com experiência em **medicina preventiva** há mais de 30 anos.

“A esta perceção aliou-se o grande desenvolvimento científico e **tecnológico**, que nos tem proporcionado **meios** de diagnóstico progressivamente melhores e que ajudam a fazer o **rastreio** e/ou a **deteção precoce** de muitas patologias”, diz. “A evidência científica tem vindo a identificar um conjunto de comportamentos — consultas **periódicas**, hábitos de vida, exames de diagnóstico — que ajudam a evitar muitos problemas de saúde ou a controlar melhor aqueles que são detetados precocemente.”

O papel do especialista em Medicina Geral e Familiar relaciona-se, assim, cada vez mais com a prática da medicina preventiva, no sentido de **reduzir** o risco de patologia ou de **melhorar** o seu prognóstico.

É neste contexto que identificamos os cinco principais motivos para **marcar consulta** com um especialista em Medicina Geral e Familiar. Prevenção e rastreio de doenças potencialmente evitáveis, controlo de doenças crónicas.

1. Prevenção e rastreio de doenças potencialmente evitáveis
2. Controlo de doenças crónicas
3. Situações de doença aguda
4. Encaminhamento para outras especialidades

IV.

1. O especialista de Medicina Geral e Familiar é mais frequentemente conhecido como médico de família.
2. No passado, o médico de família era procurado para resolver uma situação de doença, mas hoje ele desempenha um papel cada vez mais relevante na deteção precoce de doenças, evitando-as ou melhorando a sua evolução.
3. Através do acompanhamento personalizado do médico de família podemos reduzir o risco de patologia ou melhorar o seu prognóstico, quando as doenças são precocemente são precocemente detetadas.
4. Muitos problemas de saúde podem ser evitados por meio de consultas periódicas, hábitos saudáveis de vida (nutrição, prática de desporto...), exames de diagnóstico.
5. Prevenção e rastreio de doenças potencialmente evitáveis, controlo de doenças crónicas, situações de doença, encaminhamento para outras especialidades.

V.

No dia 15 de setembro de 1979 **foi publicada**, em Diário da República, a Lei nº 56/79 que **criou** o Serviço Nacional de Saúde (SNS), **concretizando** o direito à proteção da saúde, a prestação de cuidados globais de saúde e o acesso a todos os cidadãos, independentemente da sua condição económica e social, nos termos da constituição. Nos últimos 40 anos, o SNS **gerou** ganhos em saúde que **colocaram** Portugal num lugar cimeiro no que **se refere** à qualidade de vida de milhões de cidadãos e **reduziu** muitas das desigualdades na sociedade portuguesa. Ao longo destas quatro décadas, Portugal **manteve-se** entre os países da OCDE com menores taxas de internamento por problemas de saúde sensíveis aos cuidados de saúde primários e à diminuição da incapacidade permanente. **Temos assistido** ao aumento da esperança de vida saudável à nascença para homens e mulheres, à diminuição da percentagem de pessoas que **consideram não ter** as suas necessidades de saúde satisfeitas, bem como ao aumento da percentagem de portugueses que **classificam** a sua saúde como boa ou muito boa.

VI.

Pretérito simples	Presente		Simple
gerou colocaram reduziu manteve-se consideram	refere-se consideram classificam	verbo auxiliar ser foi publicada	concretizando não ter
télico	Momento presente	télico	Redução da frase subordinada, simultaneidade

VII.

1. Ele disse-me que **tinha aprendido** mais nos 3 anos de estágio do que em 6 anos na faculdade.

2. Muitas vezes, ao viajar, só descobrimos algo que **poderíamos ter visitado**, quando **terminamos** a viagem.
3. Se possível, **procure** antecipadamente e **faça** uma lista dos locais a **visitar** para **se** não **esquecer** de nenhum.
4. É conveniente, antes de **ir ao médico**, **marcar** previamente a consulta.
5. Ultimamente **tem havido** muitos problemas de atendimento nas urgências dos hospitais do SNS.
6. **Será** que o novo ministro da Saúde **conseguirá resolver** os atuais problemas do SNS?
7. Um dia, ao fim de um dia de trabalho, **aconteceu** o que ele sempre **tinha temido/ temera**. Alguns elementos da equipa **demitiram-se**
8. Os crescentes conhecimentos científicos e tecnológicos **têm vindo** a **abrir** novas possibilidades no campo da prevenção e de rastreio de doenças, **oferecendo**, assim, uma melhor qualidade de vida e **evitando** custos de futuros tratamentos.

VIII.

1. **Se bem que** ainda não seja público, ele vai candidatar-se ao lugar de diretor.
Ainda que não seja público, ele vai candidatar-se ao lugar de diretor.
2. **Como** estava muito calor, a corrida realizou-se em pista coberta
A corrida realizou-se em pista coberta **por causa do** calor/ **por** estar muito calor.
3. **De acordo com** a notícia, os serviços de urgência do hospital vão estar fechados a partir do sábado até às 8 da manhã de segunda-feira.
Segundo a notícia, os serviços de urgência do hospital vão estar fechados a partir de sábado até às 8 da manhã de segunda-feira.
4. **Quando** a reunião terminou, cada um seguiu o seu caminho.
Logo que/ Assim que a reunião terminou, cada um seguiu o seu caminho.
5. **Infelizmente**, não vou poder estar presente na tua festa de fim de curso.
Lamento / Tenho muita pena mas não vou poder estar presente na tua festa de fim de curso.
6. **Caso** precises de ajuda, não hesites em telefonar-me.
7. **No caso de** precisares de ajuda, não hesites em telefonar-me.
Os bombeiros chegaram muito rapidamente, **mas** já não conseguiram evitar a propagação do
8. incêndio.
Apesar de os bombeiros terem chegado muito rapidamente, não conseguiram evitar a propagação do incêndio.
Ainda que os bombeiros tivessem chegado muito rapidamente, não conseguiram evitar a propagação
9. Tenho a certeza de que não vou ganhar, **mas** mesmo assim vou concorrer ao lugar.
Mesmo estando certa / Mesmo tendo a certeza de que não vou ganhar, vou concorrer/concorro ao lugar.
10. **Ainda que/ Embora** tenha a certeza que não vou ganhar, vou concorrer/concorro ao lugar.

IX.

O número de utentes **sem** médico de família aumentou 29% **num** ano, ascendendo agora a quase 1,7 milhões, devido **a** aposentações e à falta de capacidade **do** Serviço Nacional de Saúde (SNS) **para** atrair especialistas. (...)

A falta de médicos de família está, alertou Nuno Jacinto, a obrigar os utentes **a** aceder **ao** SNS " **por** um local onde não deveriam entrar" -- os hospitais -, "pervertendo" todo o sistema e sobrecarregando os profissionais de saúde de um modo geral.

X.

1. Por mais que lhe **digam** que fumar é nocivo **para a** saúde, ele não deixa **de** fumar.
2. A nutrição é uma área da saúde que **avalia** as relações **entre** os alimentos, a sua composição nutricional e o impacto na saúde e na doença.
3. **Emagrecer** de uma forma saudável que pode ajudar a melhorar a autoestima, e sobretudo é importante porque **permite** reduzir o risco de **desenvolver** outras patologias (doenças).
4. É preocupante que, cada vez mais, **na** sociedade as pessoas **sejam vistas/** contem como números e não como pessoas.
5. Custa-me a **crer** que eles **viajem** com este calor.
6. Não é de admirar que uma grande parte dos portugueses **esteja preocupada** com a situação difícil do SNS.

XI.

1E, 2D, 3B, 4E, 5C, 6A, 7F, 8H

XII.

nome	verbo	adjetivo/participio
a evitação	evitar	evitável
o rastreio	.rastrear	rastreável/rastreado
a prevenção	prevenir	preventivo
a resolução	resolver	resolúvel/resolvido
o/a especialista	especializar (-se em),	especializado
o hábito	habituar (-se a),	habitual
a detetabilidade	detetar	detetável
o problema	problematizar	problemático
o sofrimento	sofrer	sofrido
a necessidade	necessitar	necessário

XIII.

1. Para **evitar** futuros problemas de saúde, é **necessário** fazer consultas periódicos de **prevenção**.
2. Como de **hábito**, o médico de família **resolveu** encaminhar o Pedro para um **especialista de cardiologia**, para os exames de **rastreio** anuais.
3. Muitos dos problemas do SNS podiam ter sido **detetados** e resolvidos a tempo de forma a **prevenir** os constrangimentos atuais.
4. Todos os anos, na primavera ele **sofre** muito com a febre dos fenos – uma alergia ao pólen de certas plantas.

XIV.

1G 2D 3F 4B 5C 6A 7E 8I 9H 10 J

XV.

1. Ontem bebi tanto café durante o dia, que durante a noite **não consegui pregar olho**.
2. Quando ouviu a notícia, nem podia acreditar, **ficou de boca aberta**.
3. Como nem todas as casas em Portugal dispõem de aquecimento central, há muitas pessoas que passam o inverno **a bater o queixo**.
4. Depois da festa de anos do meu filho a casa ficou **virada de pernas para o ar**, não havia uma coisa no seu lugar.
5. Deve ter acontecido alguma coisa de grave, ela **está com cara de caso**.
6. A proposta que acabas de fazer **não tem pés nem cabeça**. Dessa forma nunca conseguiremos resolver o problema.

7. Ele diz sempre tudo sem rodeios, doa a quem doer. **Não tem papas na língua.**
8. Ela já o apanhou em tantas mentiras, que **está sempre de pé atrás** quando ele abre a boca.
9. Nunca mais lhe contarei nada, não é capaz de guardar um segredo, **dá sempre com a língua nos dentes.**
10. Ela é muito boa aluna, passa sempre nos exames **com uma perna às costas.**

XVI. **1B, 2C, 3B, 4A, 5B, 6A, 7C 8C**

XVII INDIVIDUAL

XVIII. consórcio, clínicos, modelação, resiliência cancro de mama, abrangente, reportada, dispositivos eletrónicos móveis, dados, deterioração, envolvidos, validação, intervenções, minimizar

XIX INDIVIDUAL