

PRÁTICA DE LÍNGUA

Olhos piscam menos cinco vezes por minuto frente ao computador

- 1 A utilização intensiva de computadores é um tema que começa a preocupar as sociedades mais desenvolvidas e os especialistas alertam para os sucessivos malefícios oculares causados pelo cansaço. Passar horas a fio perante um ecrã de computador diminui a frequência com que se pestaneja, aumentando os sintomas do olho seco e da fadiga ocular, levando a dores de cabeça, visão turva, sensibilidade à luz e
- 5 contribuindo para que os olhos fiquem secos e irritados.

Segundo explicou ao jornal «Ciência Hoje» o oftalmologista Castro Neves, “os olhos estão preparados para ver ao longe e quando focam um objeto a curta distância o esforço é maior, levando a mais concentração e, conseqüentemente, a um maior cansaço ocular”. Quando o olho foca um objeto que se encontra perto, faz ajustes impercetíveis e incontroláveis, como acontece, por exemplo, quando usamos o zoom numa câmara

10 digital. Esses ajustes são chamados de microflutuações da acomodação visual e são realizados através das contrações de um músculo no olho. No entanto, tal como todos os músculos, o esforço contínuo leva a um stress das funções oculares e ao cansaço e, por conseguinte, os olhos são incapazes de focar corretamente, levando assim à fadiga ocular.

Marlene Moura, *Ciência Hoje* (2011-11-18) (texto adaptado)

VOCABULÁRIO

intensiva (l. 1): constante, por tempo prolongado; **especialistas** (l. 2): peritos, pessoas que são especializadas em determinada profissão ou trabalho; **malefícios** (l. 2): prejuízos, danos; **oculares** (l. 2): relativos aos olhos; **horas a fio** (l. 3): muitas horas; **frequência** (l. 3): número de vezes; **pestaneja** (l. 3): pisca os olhos; **sintomas** (l. 4): indícios, sinais; **fadiga** (l. 4): cansaço; **turva** (l. 4): embaciada, desfocada; **sensibilidade** (l. 4): irritabilidade; **oftalmologista** (l. 6): médico especialista em doenças dos olhos; **focam** (l. 7): fazem os ajustes necessários a conseguir ver o objeto de forma nítida; **ajustes** (l. 9): adaptações; **impercetíveis** (l. 9): pequenos, que não se notam; **incontroláveis** (l. 9): que não se controlam; **zoom** [*Inglês*] (l. 9): efeito de aumentar ou diminuir o que se está a ver; **acomodação** (l. 10): ajuste, adaptação; **contrações** (l. 11): aperto, encolhimento.

A > Modo verbal

1. Transcreva todas as formas verbais finitas presentes no 1.º parágrafo do texto.

1.1. Agrupe-as quanto aos modos verbais a que pertencem.

2. Atente na seguinte frase:

Para não prejudicar a sua saúde ocular, desvie o olhar de hora a hora do computador e fixe-o no horizonte durante alguns minutos.

2.1. Transcreva as duas formas verbais finitas.

2.1.1. Identifique o tempo verbal em que se encontram.

2.1.2. Identifique a pessoa verbal em que se encontram.

2.1.3. Justifique a utilização, nesta frase, do tempo verbal identificado.

2.2. As frases que se seguem referem outros comportamentos que devem ser adotados para uma boa saúde ocular.

2.2.1. Conjugue adequadamente os verbos fornecidos, utilizando o mesmo tempo verbal anteriormente identificado.

(a) (regular) o brilho e contraste do monitor.

- (b) (evitar) o reflexo das luzes ambientais no monitor.
- (c) (proteger) os olhos da luz solar.
- (d) (fazer) um 'check-up' à visão.
- (e) (evitar) estar muitas horas a olhar fixamente para o computador.
- (f) (pestanejar) várias vezes.
- (g) (manter) uma dieta rica em fruta e legumes.

2.2.2. Para as mesmas frases da alínea anterior, conjugue adequadamente os verbos fornecidos, mas dirigindo-se à 2.ª pessoa do singular ('tu').

2.2.2.1. Indique que modo verbal utilizou.

B > Formas verbais não finitas

1. Transcreva todas as formas verbais não finitas presentes no 1.º parágrafo do texto.

1.1. Classifique-as.

C > Orações finitas e não finitas

1. Identifique, na primeira frase do 2.º parágrafo, todas as orações finitas e não finitas.

1.1. Classifique as orações não finitas.

2. Atente nas restantes frases do 2.º parágrafo.

2.1. Transcreva:

- a) uma oração não finita infinitiva;
- b) duas orações finitas em que as formas verbais se encontram na voz passiva;
- c) uma oração não finita gerundiva.

2.2. Complete as seguintes frases de acordo com as ideias transmitidas.

- a) O olho faz ajustes impercetíveis e incontroláveis para _____.
- b) _____ de microflutuações da acomodação visual e _____ através das contrações de um músculo no olho, estes ajustes assemelham-se aos de uma câmara digital.
- c) Ao obrigarem o músculo do olho a contrações contínuas, estes ajustes _____ à fadiga ocular.

2.2.1. Identifique o tipo de orações presentes em cada uma das frases acima apresentadas.

D > Truncação, amálgama, extensão semântica, onomatopeia

1. Agrupe as seguintes palavras de acordo com o processo de formação que lhes deu origem.

biblio | bzzzz | credifone | hic | prof | salvar (um documento) | splash | telefonia | Tó

1.1. Indique as palavras que deram origem às palavras formadas através dos processos de amálgama e truncação.

1.2. Explícite a evolução de sentido verificada nas palavras formadas por extensão semântica.