

LÍNGUA PORTUGUESA

Dá ânimo mesmo? Café matinal pode ser só um placebo, diz estudo

Estudo em Portugal sugere que o efeito da bebida não depende da cafeína, mas sim da experiência impulsionada por fatores como cheiro, sabor e expectativa psicológica

Por Redação Galileu

28/06/2023 10h34 Atualizado há 6 meses

Você não dispensa tomar um **café** logo cedo para ficar acordado? Pois saiba que o efeito da bebida pode ser apenas o de um **placebo**. É o que sugere um estudo publicado nesta quarta-feira (28) na revista **Frontiers in Behavioral Neuroscience**.

Pesquisadores da Universidade do Minho e da Universidade de Coimbra, em Portugal, e da Universidade Jaume, da Espanha, descobriram que o efeito do café não depende da **cafeína**, mas sim da experiência completa de tomar uma deliciosa xícara.

Os pesquisadores entrevistaram os participantes para coletar dados sociodemográficos e, em seguida, fizeram duas breves ressonâncias magnéticas funcionais: uma antes e outra 30 minutos depois dos voluntários tomarem cafeína ou beberem uma **xícara de café**. Durante os exames cerebrais, as pessoas foram convidadas a relaxar e a deixar suas mentes vagarem.

Devido aos efeitos neuroquímicos do café, os cientistas esperavam que as ressonâncias mostrassem que os participantes que haviam tomado a bebida tivessem maior integração das redes ligadas ao córtex pré-frontal, associadas à memória executiva, e da rede de modo padrão, envolvida em processos de introspecção e autorreflexão.

Mas, o que de fato ocorreu foi que a conectividade da rede de modo padrão diminuiu tanto depois das pessoas tomarem café quanto depois de ingerirem cafeína. Isso indica que consumir tanto a substância quanto o próprio café deixou as pessoas mais alertas.

Por outro lado, beber o café trouxe uma vantagem que tomar só a cafeína não trouxe: aumentou a conectividade na rede visual superior e na rede de controle executivo direito, partes do cérebro envolvidas na memória de trabalho, controle cognitivo e comportamento direcionado a objetivos.

Ou seja, se você quer se sentir não apenas alerta, mas também pronto para o trabalho, a cafeína sozinha não resolve. É necessário ter a experiência de tomar uma xícara de café. Assim como em um placebo, o **efeito psicológico** também pode trazer benefícios, independente de não haver um impacto farmacológico significativo.

"Levando em conta que alguns dos efeitos que encontramos foram reproduzidos pela cafeína, poderíamos esperar que outras bebidas com essa substância compartilhassem alguns desses resultados", observa Maria Picó-Pérez, primeira autora do estudo, **em comunicado**. "No entanto, outros efeitos eram específicos para o consumo de café, impulsionados por fatores como o cheiro e o sabor específicos da bebida ou a expectativa psicológica associada ao consumo dela."

Apesar disso, a pesquisa não conseguiu diferenciar os efeitos da experiência isoladamente da experiência combinada com a cafeína. Existe também uma hipótese de que os benefícios relatados pelos voluntários possam ser devido ao alívio dos sintomas de abstinência, algo que o estudo não testou.

"Qualquer associação com **processos psicológicos e cognitivos** é interpretada com base na função comum atribuída às regiões e redes encontradas, mas isso não foi testado diretamente", esclarece Nuno Sousa, autor correspondente do estudo e pesquisador da Universidade do Minho. "Além disso, pode haver diferenças individuais no metabolismo da cafeína entre os participantes que seriam interessantes de explorar no futuro."

01 Com base no texto, é correto afirmar que:

- (A) Insônia e o café estão totalmente relacionados.
- (B) O estudo realizado pelas universidades da Espanha e de Portugal comprovaram que o efeito do café é meramente placebo.
- (C) O estudo sobre os efeitos do café traz pontos que vão ao encontro do que já se esperava do consumo da cafeína.
- (D) O estudo testou inúmeras variáveis quanto aos efeitos do café, diferenciando, inclusive, os efeitos da experiência isoladamente da experiência combinada com a cafeína.
- (E) A descoberta suscitada no texto ficou no plano da sugestão.

02 Quanto à função e à tipologia do texto, é correto afirmar que:

- (A) O texto é predominantemente argumentativo e nele predomina a função conativa.
- (B) O texto é predominantemente expositivo e nele predomina a função referencial.
- (C) O texto é predominantemente argumentativo e nele predomina a função metalinguística.
- (D) O texto é predominantemente narrativo e nele predomina a função referencial.
- (E) O texto é predominantemente descritivo e nele predomina a função metalinguística.

03 Considerando a passagem, "*Apesar disso, a pesquisa não conseguiu diferenciar os efeitos da experiência isoladamente da experiência combinada com a cafeína.*", é correto afirmar que:

- (A) o articulador "apesar de" introduz uma ideia de concessão, além disso o pronome "isso" faz referência anafórica.
- (B) a vírgula isola um aposto antecipado.
- (C) o sintagma "os efeitos da experiência" tem valor sintático de objeto indireto.
- (D) nessa passagem, há uma oração subordinada adjetiva explicativa.
- (E) Os verbos "conseguiu" e "diferenciar" sinalizam a voz passiva com auxiliar.

04 Na passagem, "...independente de não haver um impacto farmacológico significativo.", o verbo "haver" foi utilizado corretamente. Assinale a opção em que esse verbo foi usado de forma incorreta:

- (A) Haviam falado sobre os inúmeros benefícios do café.
- (B) Se houvesse mais dados sobre o café, a pesquisa teria mais credibilidade.
- (C) Informações e dados confiáveis haviam no estudo sobre a cafeína.
- (D) Há de haver novos estudos sobre os efeitos do café.
- (E) Haveria informações sólidas sobre os benefícios do café.

05 Na passagem, "...associadas à memória executiva...", o acento indicativo de crase foi utilizado de maneira correta. Assinale a alternativa em que houve erro no emprego desse acento:

- (A) A soberania à qual faço referência é a popular.
- (B) Devido à forte chuva, muitas casas ficaram submersas.
- (C) Quanto à minha opinião, não deve fazer comentários.
- (D) Levo a informação à essa comunidade.
- (E) Às 15h, começará a reunião.

06 A expressão destacada foi corretamente empregada em:

- (A) Mau chegou e já foi discutindo.
- (B) Não sei por que há tanta guerra.
- (C) O estudo a cerca dos benefícios da medicina tradicional avança.
- (D) Onde você vai hoje?
- (E) O incentivo o qual preciso está dentro de mim.

07 O estagiário João escreve sempre em consonância com as normas gramaticais. Dessa forma, pode-se afirmar que o estagiário João redigiu o seguinte trecho de um e-mail:

- (A) Encaminho a vossa senhoria, as cópias dos relatórios anexo.
- (B) Informo que, em razão do recesso forense, não haverá expediente no período de 20/12 a 07/01/2024.
- (C) A análise sobre os aspectos contábeis do relatório de gestão 2023 revelaram a importância do planejamento estratégico.
- (D) Tinha apresentado-lhe as referências bibliográficas do relatório anual de gestão.
- (E) Seguem anexas as atas da reunião realizada no dia 18/02/2024.

RACIOCÍNIO LÓGICO

08

A1 – C4 – F8- J13 – X

Considerando-se a lógica adotada na sequência acima, pode-se afirmar que X é:

- (A) N17
- (B) O17
- (C) O18
- (D) N18
- (E) M16

09 Observe a frase abaixo:

"Se João estuda, então ele passa".

Sabendo-se que a afirmação de que João estuda é falsa e de que ele passa, também, é falsa, é correto afirmar que:

- (A) a frase é totalmente falsa.
- (B) a frase seria verdadeira se fosse construída da seguinte forma: "Se João estuda, então ele não passa".
- (C) a frase continuaria falsa se fosse construída da seguinte forma: "Se João não estuda, então ele passa".
- (D) essa frase é verdadeira
- (E) a frase continuaria falsa se fosse construída da seguinte forma: "Se João não estuda, então ele não passa".

10 A estagiária Maria recebeu sua bolsa estágio no valor de R\$1.000,00. Depois disso, foi ao Shopping e comprou os seguintes itens:

- 01 Mochila de R\$ 80,00, mas obteve um desconto de 20%.
- 01 Camisa de R\$ 100,00, mas obteve um desconto de 30%
- 01 Sanduíche de R\$ 24,00 e mais um suco cujo valor corresponde a 10% do valor da Mochila sem desconto.
- 01 Fone de ouvido no valor de R\$ 240,00, mas obteve um desconto de 30%.
- 01 Ovo de Páscoa no valor de R\$ 60,00, sem qualquer desconto.

Após esses gastos, considerando que Maria dispunha apenas o valor da bolsa estágio, pode-se afirmar que Maria ficou com:

- (A) R\$ 606,00
- (B) R\$ 666,00
- (C) R\$ 614,00
- (D) R\$ 714,00
- (E) R\$ 766,00

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

11 Uma das causas que comprometem a durabilidade do concreto é a segregação entendida como a

- (A) ação de águas puras, carbônicas agressivas ou ácidas que dissolvem e carregam os compostos hidratados da pasta de cimento.
- (B) ação de águas e solos que contenham ou estejam contaminados com sulfatos, dando origem a reações expansivas e deletérias com a pasta de cimento hidratado.
- (C) reação entre os álcalis do cimento e certos agregados reativos.
- (D) separação dos constituintes da mistura, impedindo a obtenção de um concreto com características de uniformidade satisfatórias.
- (E) reação deletéria superficial de certos agregados decorrentes de transformações de produtos ferruginosos presentes na sua constituição mineralógica.

12 O Sistema Nacional de Pesquisa de Custos e Índices da Construção Civil (SINAPI) oferece diversas informações essenciais para a construção civil. Qual das seguintes afirmações sobre o SINAPI é correta?

- (A) O SINAPI é utilizado exclusivamente para o cálculo de custos de materiais estruturais.
- (B) Custos de engenharia elétrica não podem ser calculadas com referência do SINAPI.
- (C) O SINAPI fornece dados apenas para construções residenciais.
- (D) O SINAPI é atualizado anualmente pelo Instituto Brasileiro de Economia (IBRE).
- (E) O SINAPI é uma referência para delimitação dos custos de execução de obras

13 As instalações fixas de combate a incêndios destinam-se a detectar o início do fogo e resfriá-lo. Entre os tipos destas instalações NÃO está o

- (A) sprinkler.
- (B) detector de fumaça.
- (C) detector de chama.
- (D) detector de temperatura.
- (E) extintor de incêndio.

14 Em uma edificação, a proteção composta por uma cobertura vazada, apoiada em colunas ou em balanço, composta de elementos paralelos feitos de madeira, alvenaria, concreto ou outros materiais, muito comum em áreas externas residenciais como jardins, é denominada

- (A) deck.
- (B) portal.
- (C) pergolado.
- (D) beiral.
- (E) abóboda.

15 Dos materiais apresentados a seguir, utilizados na construção civil, qual pode provocar graves problemas de saúde, por seu manuseio sem proteção adequada?

- (A) PVC.
- (B) Amianto.
- (C) Tinta à base d'água.
- (D) Areia lavada.
- (E) Brita

16 Qual o Instrumento simples, de baixo custo, mais indicado para medir o nível da testada do lote em relação ao meio-fio. Considerar a largura do passeio até o meio-fio de 4,00m.

- (A) Teodolito;
- (B) Paquímetro;
- (C) Nível de mangueira;
- (D) Amperímetro;
- (E) Fita métrica.

17 O cronograma físico-financeiro de um empreendimento com quatro meses de duração é representado a seguir, com a discriminação das atividades, dos percentuais de execução previstos para cada mês, e com os custos totais de cada atividade:

Ao final do mês de março, o desembolso acumulado previsto para o empreendimento será de aproximadamente:

- (A) 60%;
- (B) 70%;
- (C) 75%;
- (D) 80%;
- (E) 90%.

18 Qual dos seguintes itens NÃO é considerado diretamente no cálculo do custo unitário de uma obra?

- (A) Materiais
- (B) Mão de obra
- (C) Equipamentos
- (D) Taxas de administração local
- (E) Clima da região

19 Qual equipamento é comumente utilizado para realizar sondagem a percussão SPT?

- (A) Retroescavadeira
- (B) Trator de esteira
- (C) Guindaste
- (D) Torre de sondagem
- (E) Betoneira

20 No contexto de esquadrias, o que é uma "folha"?

- (A) Uma camada de verniz aplicada na superfície
- (B) Uma peça de madeira de suporte
- (C) O elemento móvel de uma janela ou porta
- (D) Uma medida padrão de vidro
- (E) Um tipo de fechadura metálica

21 Em vigas com armadura de tração composta por aço CA-50 deve dispor-se, longitudinalmente e próxima a cada face lateral da

viga, na zona tracionada, uma armadura de pele, quando a medida da altura útil da viga

- (A) ultrapassar 60 cm.
- (B) não ultrapassar 40 cm.
- (C) for, no mínimo, 45 cm.
- (D) for inferior a 30 cm.
- (E) for menor que 50 cm.

22 Qual é a principal diferença entre agregado miúdo e agregado graúdo?

- (A) A cor e forma
- (B) A densidade e peso
- (C) O tamanho das partículas
- (D) A resistência à compressão
- (E) O custo e peso

