



# PRUEBAS DE ACCESO A LA UNIVERSIDAD

FASE GENERAL: MATERIAS COMUNES

CURSO 2015 - 2016

CONVOCATORIA: JUNIO

MATERIA: ITALIANO

## **OPCIÓN A:**

### **Mangiare cioccolato aiuta a dimagrire.**

Consumare cioccolato con regolarità aiuta a perdere peso. Non si tratta di un controsenso, ma di una buona notizia giunta direttamente dagli Stati Uniti a seguito di specifici studi scientifici. Il cioccolato, in particolare se fondente, aiuterebbe l'organismo a combattere il colesterolo e ad abbassare la pressione. Grazie a tale azione riequilibrante, il nostro corpo riuscirebbe di conseguenza a sfruttare meglio i nutrienti per le proprie funzioni e a mantenersi più snello.

Il merito sarebbe tutto degli antiossidanti contenuti nel cioccolato, sostanze inoltre in grado di combattere i radicali liberi e di contrastare l'invecchiamento dei tessuti cutanei, regalandoci un aspetto più giovane. Gli esperti suggeriscono di consumare cioccolato circa due volte alla settimana per poter godere degli effetti benefici di questo amatissimo alimento. Se, da un lato, il cioccolato contiene un quantitativo di calorie per il quale fino ad ora era spesso escluso dalle diete dimagranti, dall'altro tale aspetto sarebbe controbilanciato dalla presenza di sostanze in grado di favorire la perdita di peso e la sintesi dei grassi.

Lo studio in questione è stato condotto da un gruppo di ricercatori della University of California di San Diego. Secondo gli esperti, il consumo di cioccolato sarebbe da collegare ad un ridotto Indice di Massa Corporea o BMI. Non ci sarebbero invece indicazioni precise sulla quantità di cioccolato da consumare in modo che l'alimento espliciti i propri effetti positivi sul nostro peso.

I ricercatori tendono in ogni caso a sottolineare come le calorie in eccesso non siano l'unico fattore a contribuire all'accumulo dei chili di troppo. In tale ambito, sembra contare sempre di più la composizione degli alimenti stessi, con particolare riferimento a grassi ed antiossidanti. Ad avere un impatto finale sul peso non sarebbe dunque soltanto la quantità di calorie ingerita, ma la loro qualità.

Dal punto di vista alimentare, il cioccolato fondente presenta una maggiore percentuale di cacao e di conseguenza un più consistente contenuto di antiossidanti. Il vero fondente non contiene alcun derivato animale ed è dunque adatto a chi ha deciso di seguire un'alimentazione vegana.

Da [Greenme.it](http://Greenme.it) (con adattamenti)

# DOMANDE:

**1.- Rispondere VERO o FALSO. Giustifica la tua risposta utilizzando le informazioni del testo: (2 punti)**

- a. Consumare cioccolato regolarmente aiuta a dimagrire. **(0,5 punti)**
- b. Gli esperti suggeriscono di mangiare cioccolato circa cinque volte alla settimana. **(0,5 punti)**
- c. Lo studio è stato guidato da un gruppo di ricercatori della Università di Oxford. **(0,5 punti)**
- d. Dal punto di vista alimentare, il cioccolato fondente presenta una minore percentuale di cacao e di conseguenza un più consistente contenuto di antiossidanti. **(0,5 punti)**

**2.- Attività lessicali: (3 punti)**

<b>a) Trovare nel testo un sinonimo di:</b>	- Diminuire: <b>(0,5 punti)</b>	- Investigatori: <b>(0,5 punti)</b>
<b>b) Trovare nel testo un contrario di:</b>	- Negativi: <b>(0,5 punti)</b>	- Iniziale: <b>(0,5 punti)</b>
<b>c) Trovare nel testo delle parole che abbiano i seguenti significati:</b>	- Sostanza alimentare preparata con polvere di cacao, zucchero e altro. <b>(0,5 punti)</b>	- Periodo cronologico di sette giorni. <b>(0,5 punti)</b>

**3.- Completare queste frasi: (ATTENZIONE: queste parole non sono nel testo) (2 punti)**

**- SITUAZIONE 1:**

A: Mi \_\_\_\_\_, mi può dire dov'è l'Hotel Torino, per favore? **(0,5 punti)**

B: Certo! Non è lontano! \_\_\_\_\_ tutto dritto per questa strada fino al semaforo. **(0,5 punti)**

**- SITUAZIONE 2:**

A: Buongiorno! Ho prenotato una \_\_\_\_\_ doppia a nome di Martelli, **(0,5 punti)**

B: Certo! Una prenotazione a nome di Martelli per tre \_\_\_\_\_, corretto? **(0,5 punti)**

**4.- Scrivere una composizione (80-100 parole) su uno dei seguenti argomenti: (3 punti)**

a) Scrivi una mail a un tuo amico che ha uno stile di vita molto sedentario cercando di convincerlo a praticare un po' di sport per migliorare la sua salute fisica e mentale.

b) Secondo te, tutte le diete sono buone? Perché?



# PRUEBAS DE ACCESO A LA UNIVERSIDAD

FASE GENERAL: MATERIAS COMUNES

CURSO 2015 - 2016

CONVOCATORIA: JUNIO

MATERIA: ITALIANO

## **OPCIÓN B:**

### **Nel carrello della crisi: cosa entra e cosa esce?**

Shopping pazzo, addio. La crisi morde, incide sulle nostre tasche e rivoluziona usi e consumi degli italiani. A partire da uno dei momenti simbolo: la spesa al supermercato. «Fino a quattro o cinque anni fa, per molti di noi era una sorta di gratificazione. Tirare giù i prodotti dallo scaffale aveva qualcosa di “trasgressivo” e consolatorio, il carrello si riempiva anche in modo distratto» spiega Mauro Ferraresi, sociologo dei consumi. «Oggi non è più così. La maggior parte delle persone, prima di decidere, si informa, confronta le offerte, magari cerca spunti in Rete. Da un momento quasi di piacere, la spesa è diventata un’attività ragionata». E si sceglie molto di più il discount, che cresce del 14 per cento.

In realtà il carrello della spesa non si è svuotato di molto, secondo la società di ricerca Nielsen. La novità c’è ed è significativa: «Si compra “meglio”» dice Romolo De Camillis, esperto di consumi e distribuzione di Nielsen. «Si sceglie il giusto prezzo, che non è per forza il più basso, ma quello che sembra offrire il rapporto più accettabile tra costo e qualità. Si fa molta attenzione alle promozioni. Si varia il mix di prodotti, così da non farsi mancare niente». Questa tendenza si è imposta almeno dal 2008, da quando la crisi ha iniziato a mostrarsi su larga scala.

Anche nei settori diversi dall’alimentare, le nuove abitudini sono evidenti. Internet ha sempre maggior peso e permette di fare economia : si sottoscrivono più polizze auto online invece di quelle tradizionali, cresce la vendita degli ebook, meno costosi di quelli di carta. È cambiato persino l’uso del telefonino: si fanno meno telefonate, ma ormai non si rinuncia ad utilizzarlo per navigare su Internet.

Secondo il sociologo Ferraresi “Abbiamo imparato a ragionare e le nuove tecnologie, Internet in particolare, permettono rapidità e precisione nel confrontare le offerte. A tutto questo difficilmente rinunceremo. E lo considero un effetto benefico di questa crisi”.

Da Donna Moderna (con adattamenti).

# DOMANDE:

1.- Rispondere VERO o FALSO. Giustifica la tua risposta utilizzando le informazioni del testo: (2 punti)

- a) La crisi ha cambiato il modo di comprare degli italiani. (0,5 punti)
- b) Il cambio di atteggiamento riguarda solo il settore alimentare (0,5 punti)
- c) Oggi giorno si comprano meno e-book perché sono più cari di quelli di carta. (0,5 punti)
- d) Grazie alla crisi, abbiamo imparato a ragionare e a confrontare le offerte. (0,5 punti)

2.- Attività lessicali: (3 punti)

a) Trovare nel testo un sinonimo di:	- Specialista: (0,5 punti)	- Cominciato: (0,5 punti)
b) Trovare nel testo un contrario di:	-Alto : (0,5 punti)	- Economici: (0,5 punti)
c) Trovare nel testo delle parole che abbiano i seguenti significati:	- Libro in formato digitale a cui si può avere accesso mediante computer e dispositivi mobili. (0,5 punti)	
	- Situazione sociale, politica o economica instabile e pericolosa. (0,5 punti)	

3.- Completare queste frasi: (ATTENZIONE: queste parole non sono nel testo) (2 punti)

- SITUAZIONE 1:

A: Posso avere due \_\_\_\_\_ dell'autobus per Roma? (0,5 punti)

B: Certo! \_\_\_\_\_ a Lei! (0,5 punti)

- SITUAZIONE 2:

A: Ho molta fame, tu che cosa \_\_\_\_\_? (0,5 punti)

B: Un antipasto e un primo: affettati misti e \_\_\_\_\_ al pomodoro. (0,5 punti)

4.- Scrivere una composizione (80-100 parole) su uno dei seguenti argomenti: (3 punti)

a) Scrivi una mail a un amico spiegandogli perché usi Internet per i tuoi acquisti.

b) Secondo te, come ha cambiato la nostra vita l'uso delle nuove tecnologie?