

Way to Go! 2 (2018)

Traduções dos textos da seção *Reading*

Unit 1, p. 24

DIFUSÃO CULTURAL

No passado, quando grupos de pessoas viviam em um relativo isolamento, culturas variavam muito de lugar para lugar. Costumes, estilos e preferências eram passadas de geração em geração. Hoje, como resultado da comunicação, do comércio, e do deslocamento de forma rápida, culturas de todo o mundo estão conhecendo e adotando novas ideias. Novos costumes, tendências de roupa e de música, hábitos alimentares e estilos de vida estão sendo introduzidos em culturas em todos os lugares quase ao mesmo tempo. Algumas pessoas preocupam-se com o fato de que essa tendência na cultura popular possa resultar na perda das diferenças culturais que tornam os lugares únicos. Por exemplo, cadeias de *fast food* que eram encontradas apenas nos Estados Unidos podem agora ser vistas nas principais cidades do mundo. E o jeans, que já foi considerado um estilo de roupa característico dos americanos, é usado por jovens em todo lugar em vez de uma roupa mais tradicional. Um importante meio para a propagação, ou difusão, de cultura popular é o crescente contato entre pessoas e lugares ao redor o mundo. Telefones celulares, televisão via satélite e cybercafés abriram o mundo para estilos e tendências populares nos países ocidentais. E turistas, viajando para lugares que já foram considerados remotos e isolados, carregam com eles novas ideias e estilos que se tornam catalisadores da mudança cultural.

Unit 2, p. 38

ADOLESCENTE TEMEROSA DO FUTURO TEM MUITO TEMPO DO SEU LADO

26/11/2011

Dear Abby é escrita por Abigail Van Buren, também conhecida como Jeanne Phillips, e foi fundada por sua mãe, Pauline Phillips. É a coluna mais popular e amplamente publicada no mundo - conhecida pela seu senso comum incomum e perspectiva jovem.

DEAR ABBY: Tenho 14 anos e estou com medo por não saber o que fazer quando estiver na faculdade e tiver que decidir sobre uma profissão. Eu tenho vários interesses, mas nenhum que me conduziria a uma carreira. Meus professores e

os livros que eu leio dizem que eu devo encontrar a minha paixão e segui-la para o resto da minha vida. Meu problema é que eu não tenho uma paixão significativa que eu ame intensamente. Eu tenho uma família maravilhosa que me apoiaria em qualquer escolha, mas eu não sei qual seria essa escolha. Eu tiro boas notas e me dedico, e acredito que posso conseguir fazer qualquer coisa que escolher. O problema é que eu não sei o que quero fazer.

Eu sei que sou jovem, mas me preocupo o tempo todo com meu futuro e em ficar presa em um trabalho que eu odeie. Estou envolvida em muitas atividades – grêmio estudantil, aulas de piano, esportes, serviços de caridade e outras - e eu gosto de todas elas. Mas nenhuma me inspira uma paixão fervorosa. Você tem alguma sugestão sobre como encontrar a minha paixão? – EM BUSCA DE UM CAMINHO, ATLANTA

CARA EM BUSCA DE UM CAMINHO: Sim. E a primeira é relaxar e parar de se preocupar por não ter encontrado sua "paixão" aos 14. Não estamos mais na Idade Média, quando os jovens tinham que começar como aprendizes em uma associação e ter a mesma profissão pelo o resto de suas vidas. Você é inteligente e está apenas começando a explorar seus vários talentos. Você pode se destacar em diversas áreas, o que é bom, porque os trabalhadores não necessariamente ficam em um mesmo tipo de trabalho por toda a vida. As pessoas geralmente são boas nas coisas que gostam, então vá com calma. Você deve se dar tempo para ver onde você se destaca. Tenho certeza de que, se fizer isso, você vai encontrar a(s) sua(s) paixão(ões) em uma área que gosta.

Unit 3, p. 57

Animais vs. Atletas Olímpicos

Quando se trata do mais rápido, mais alto, mais forte, animais levam o ouro sobre os seres humanos - e sem muita concorrência.

CORRIDA

Usain Bolt, da Jamaica - também conhecido como "Relâmpago" - correu os 100 metros em 9,63 segundos nos Jogos Olímpicos de Verão de Londres em 2012, o que dá quase 38 quilômetros por hora. A chita é, de longe, o animal mais rápido da terra, capaz de atingir velocidades de mais de 100 km/h para tiros curtos.

[De pé, a chita pode acelerar de 0 a 72 km/h em 2 segundos; a maioria dos carros de corrida não consegue isso.]

[Bolt correu os 100m em 9,58 segundos no campeonato mundial de 2009 em Berlim, que é 0,05s mais rápido do que seu tempo nas Olimpíadas]

SALTO (altura)

O americano Charles Austin saltou quase 2,4 metros em 1996, um recorde olímpico que permanece até hoje. No mundo animal, leopardos-das-neves são conhecidos por saltar 6 metros no ar.

[Leopardos-das-neves são o menor de todos os grandes felinos, mas definitivamente são os que têm as pernas mais potentes.]

[O recorde mundial de salto em altura dos homens é de 2,45 m, atingido em 1993 pelo cubano Javier Sotomayor.]

SALTO (distância)

Mike Powell, um americano de salto em distância, ainda detém o recorde mundial que ele criou, em 1991, de quase 9 metros; a quarta pessoa desde 1900 a deter o recorde por mais de 20 anos. Quando se trata de animais que saltam em grandes distâncias, leopardos-das-neves estão no topo mais uma vez; capazes de saltar até 15 metros (e eles provavelmente não precisam daquela corrida inicial que fazemos!)

[Powell ganhou medalhas de prata para o salto em distância nos Jogos Olímpicos de 1988 e 1992.]

NATAÇÃO

Depois de completar suas provas de natação nas Olimpíadas de Londres 2012, Michael Phelps é agora o atleta olímpico mais condecorado, com 18 medalhas de ouro e 22 ao total em sua carreira. Durante os 100m borboleta, sua velocidade média teria sido quase 7 quilômetros por hora. Muito rápido, né? Confronte com o peixe-vela, que foi registrado com velocidades superiores a 100 km/h. Phelps não teria a menor chance!

[Em 19 de dezembro de 2009, Phelps havia estabelecido 39 recordes mundiais - mais do que qualquer outro nadador; ele atualmente detém 7 deles.]

Unit 4, p. 72

14. Ouvimos dizer que, se a nossa filha está gorda enquanto bebê, ela nunca vai escapar de ficar acima do peso. Isso é verdade?

Isso é verdade para muitas crianças. Atualmente, um grande estudo em andamento no Reino Unido, chamado Estudo Early Bird, mostrou que entre 75% e 90% do excesso de peso em crianças é adquirido antes de elas entrarem na escola - ou seja, antes dos 5 anos, aproximadamente. Se elas são gordinhas com essa idade, os dados mostram que elas são susceptíveis a estarem acima do peso aos 9 anos de idade ou até mais tarde. [...]

18. Distúrbios alimentares tais como anorexia, bulimia, compulsão alimentar, e outras doenças desempenham um papel na obesidade?

A anorexia nervosa é uma doença muito grave que pode ser fatal. É caracterizada por um excesso de perda de peso e definhamento, embora o paciente possa perceber-se como "gordo". Essa doença é mais comum em mulheres do que homens. Esses pacientes podem passar fome até morrer.

A ortorexia é semelhante à anorexia, mas a razão para o comportamento anormal relacionado à comida não é um desejo de ser magro ou uma percepção de estar acima do peso. Em vez disso, essas pessoas querem comer apenas alimentos saudáveis e puros e chegam à desnutrição e até mesmo à inanição. Eles podem evitar as comidas "ruins" ou "não saudáveis", tais como aquelas feitas com animais ou com gorduras, ou aquelas que têm conservantes.

A bulimia nervosa é uma doença de compulsão alimentar seguida por expurgos auto-induzidos (vômito, uso de laxantes, lavagem intestinal) para se livrar da comida que acabou de ingerir. Isso pode levar a graves problemas no coração, rins e outras doenças, como a depressão. Casos fatais foram registrados.

A compulsão alimentar é caracterizada por pacientes que comem grande quantidade de alimentos, mesmo quando não estão com fome (e mesmo quando se sentem "empanzinados"). Ao contrário de alguns outros distúrbios alimentares, esses pacientes geralmente são obesos e sofrem de problemas que vão além do excesso de peso.

O transtorno alimentar compulsivo é um grupo misto de sintomas em pessoas que não conseguem controlar ou parar de comer o quanto comem ou com a frequência que comem. Isso tem sido chamado de vício em comida. Elas podem comer o dia todo, em especial alimentos açucarados ou outros alimentos pelos quais anseiam. Elas podem comer muito rápido e passar por uma abstinência quando param de comer. Os pacientes podem sentir-se ansiosos e em pânico enquanto comem e culpados e deprimidos depois de comer.

Unit 5, p. 92

SINAIS DE MUDANÇA CLIMÁTICA

AO EDITOR:

Re: "Estudo descobre que mais lugares da Terra estão mais quente e diz que o aquecimento global está em andamento"(artigo de notícias, 07 de agosto):

O novo estudo de James E. Hansen, cientista climático da Nasa, e dois colegas aborda uma dificuldade fundamental que muitas pessoas têm em diferenciar tempo e clima.

Durante períodos quentes, por exemplo, mais pessoas aceitam que o clima está mudando, mas um período mais frio reverte essas opiniões.

Todo mundo entende o que é o tempo: é quente, é frio, está chovendo, está nevando, está ventando, e assim por diante. Poucas pessoas entendem que o clima de uma região é a frequência com que tais eventos ocorrem: quantas vezes chove ou fica mais quente do que, digamos, 90 graus*?

O trabalho de Hansen mostra que essas frequências mudaram substancialmente, tanto a nível global quanto em todo o hemisfério norte. Dias quentes e muito quentes se tornaram mais frequentes; dias muito frios se tornaram menos frequentes.

O estudo mostra que há mais de uma "percepção" de que a mudança climática está ocorrendo. Os dados mostram que a mudança é real e substancial. As frequências mudaram drasticamente ao longo dos últimos cinquenta anos, especialmente para os eventos climáticos mais extremos. A implicação é que, um clima mais extremo é iminente, a menos que as emissões de gases de efeito estufa sejam rapidamente controladas.

ROBERT REPETTO

Boulder, Colo., 07 de agosto de 2012

* O texto se refere a 90 graus Fahrenheit, escala de temperatura utilizada nos Estados Unidos, o que equivale a aproximadamente 32 graus Celsius.

Unit 6, p. 106

O cinema é a maior indústria de entretenimento que o mundo já conheceu. Tem fornecido romance e distração para milhões de pessoas em todo o mundo desde sua criação. Os filmes ofereceram uma panaceia nos anos da Grande Depressão nos EUA; foram o ópio do povo durante a Segunda Guerra Mundial. Foi Hollywood, Califórnia, conhecida como "A Fábrica de Sonhos", que eventualmente fornecia a maior parte da "matéria-prima de que os sonhos são feitos".

No entanto, embora Hollywood tenha dominado a indústria de cinema em todo o mundo por quase um século, não é o único "competidor" em um mercado verdadeiramente global. O que faz do cinema a arte mais internacional de todas é a vasta gama de filmes que vêm de mais de 50 países. Cada vez mais países, por muito tempo ignorados como produtores de filmes, têm produzido filmes que são conhecidos internacionalmente.

Certamente nas últimas décadas, o cinema criativo se espalhou dos EUA e Europa para a Ásia Central e Oriental, e para os países em desenvolvimento – sendo o Irã o exemplo mais surpreendente. China, Hong Kong, Taiwan e Coreia produziram filmes de qualidade visual espetacular, bem como conteúdo extremamente interessante. Houve também um longo avivamento do cinema na Espanha e nos países latino-americanos.

Na última década do século 20, imagens geradas por computador exploraram novas formas de expressão nas telonas, enquanto câmeras digitais permitiam que mais pessoas se destacassem como nunca. Com o surgimento de vídeos e DVDs, e o download pela internet, os filmes podem ser vistos de diversas maneiras. Ainda assim, independente dos avanços técnicos alcançados, é a qualidade intrínseca do filme - a direção, o roteiro, cinematografia, e a atuação - que continua a provocar e encantar o público.

Unit 7, p. 126

AMY LEE do *Evanescence*:

Às vezes olhamos para as pessoas e nos perguntamos de onde elas tiram sua força. Independentemente do que está acontecendo, cada vez que as vemos, elas

parecem estar bem; elas têm total controle de sua vida, e é fácil querer saber o segredo delas. Como elas continuam vivendo, mesmo quando tudo parece estar se desmoronando?

Amy Lee está convencida de que isso não precisa ser um segredo. "A força às vezes vem ao admitir que as coisas podem estar confusas, mas eu ainda posso ficar bem mesmo com tudo isso". E não tem sido fácil para ela. Amy repete constantemente esse mantra ao longo de sua vida. Ela teve de dizer adeus antes de estar preparada - e essa perda alterou o panorama de sua vida.

Quando tinha apenas sete anos de idade, Amy perdeu sua irmã de três anos. "Isso moldou minha vida", diz Amy. Tentando ser positiva, ela continua, "A vida em si e tudo o que ela significa - amar as pessoas, dizer algo que pode tocar outra pessoa - esses são os tipos de coisas que realmente importam. Qualquer outra coisa que seja superficial e fútil, em que acabamos focando, não vale a pena no final", diz ela. "A vida é curta, por isso, se você quer fazer algo, faça!"

Amy sabe que a vida está sempre mudando. Ela é a primeira a admitir que mudou como pessoa e como musicista - e ela está totalmente bem com isso. Olhando para o seu rosto, é fácil ver como ela é confiante e apaixonada pelo futuro e pela oportunidade de fazer uma turnê com seu álbum autointitulado, *Evanescence*. Encarar tudo isso na vida deu-lhe uma nova autoconfiança. "Aprender com todos me fez perceber que sou realmente uma grande artista. Eu sei que tenho talento, e há uma confiança que vem com isso". Ok, Amy, então aqui está a grande pergunta: Se você tivesse a chance de voltar no tempo e sentar em frente à mesa da aluna do ensino médio Amy Lee, o que você diria a ela?

Sua resposta vem facilmente. "Eu diria a mim mesma apenas para relaxar. Eu vou ficar bem, do jeito que eu sou." FZ

Unit 8, p. 140

Melhorando sua Prática de Estudos no Ensino Médio

Prática de Estudos no Ensino Médio

Se você é um aluno do ensino médio, você tem grandes chances de ter muito o que fazer. Entre a escola, atividades extracurriculares e lidar com sua família, pode realmente parecer que você está no limite e, quando você se senta, a última coisa no mundo que quer fazer é estudar! Quer você goste ou não, isso tem que ser feito, e é nesse sentido que adquirir habilidades importantes de estudo no ensino médio pode ser essencial. Com as técnicas de estudo no ensino médio bem ao seu alcance, você vai achar que seu estudo ficará mais fácil e muito mais eficaz.

Faça pausas

Em primeiro lugar, quando você está pensando em obter boas habilidades de estudo no ensino médio, lembre-se de que fazer pausas é uma boa ideia. Muitas pessoas tentam estudar por horas a fio e, em seguida, se sentem frustradas e chateadas por não conseguirem se lembrar de nada. Seu cérebro processará as coisas muito melhor em pequenas partes do que em um fluxo contínuo. Pense sobre a maneira que as pessoas guardam números de telefone. Sete dígitos em

sequência é mais difícil de lembrar do que um conjunto de três dígitos seguido por quatro dígitos. Considere estudar por 20 minutos, fazendo uma pausa de cinco minutos e, em seguida, repetir as ações.

Mantenha-se focado

Outra coisa importante para lembrar quando se quer desenvolver boas habilidades de estudo no ensino médio é que você precisará aprender a ignorar distrações. Enquanto algumas pessoas acham que um pouco de distração pode mantê-las focadas, a maioria das pessoas não consegue estudar de forma eficaz quando está ouvindo música ou tentando conversar. Saia do seu programa de bate-papo, desligue o telefone e ponha de lado o seu Mp3 player. Isso pode ser difícil de se fazer, mas lembre-se de que, se prestou atenção no primeiro passo, você não vai ficar sem ele por muito tempo!

Não ignore o que você não sabe

Se você está confuso sobre alguma coisa, não ignore. Muitas das aulas do ensino médio são cumulativas e quando quiser ter certeza de que está obtendo os resultados de que precisa, você precisa certificar-se de que tem uma compreensão completa dos fundamentos daquele conteúdo. Ao ficar para trás uma vez, é muito mais provável que você fique para trás novamente, e quanto mais tempo você gasta tentando se recuperar, menos tempo que você vai ter para si mesmo. Lembre-se de que os princípios são bastante simples, então tente ficar por dentro das coisas certas desde o início.

Comece logo

Se você quer melhorar a sua prática de estudos no ensino médio, lembre-se de que não está sozinho. Mesmo as pessoas que aparentam ser naturalmente inteligentes estão se esforçando e não há nenhuma razão para você não alcançar excelentes resultados. Você não tem que ficar com a cara nos livros, escravizado por horas. Quanto mais preparado você estiver no dia-a-dia, mais bem sucedidas serão suas opções. Isso pode fazer toda a diferença no mundo, então comece agora!