



FORTALEZA
PREFEITURA



DIRETORIA DE EXTENSÃO E PROJETOS
CENTRO DE LÍNGUAS DO IMPARH - CLI



TESTE DE NÍVEL – 2026.1

CURSO: **PORTUGUÊS**

SEMESTRE: **IV**

DIAS: _____

HORÁRIO: _____

CANDIDATO(A): _____ DATA: ____/02/2026

Texto:

A Importância da Saúde Mental no Dia a Dia

A saúde mental, definida pela OMS, é o bem-estar onde o indivíduo lida com os desafios da vida, desenvolve suas habilidades e contribui para sua comunidade. Ela não significa ausência de problemas, mas a capacidade de lidar com emoções como alegria, tristeza e raiva de forma equilibrada. Segundo o Einstein Hospital, sentir-se bem consigo mesmo e com os outros é um indicativo de boa saúde mental.

O bem-estar mental está interligado ao físico e é influenciado por fatores biopsicossociais, incluindo condições sociais e econômicas. A falta de cuidado com a mente pode levar a transtornos como a depressão, intensificados por rotinas exaustivas e isolamento social, especialmente após a pandemia.

Cuidar da saúde mental envolve rotina, exercícios, sono de qualidade e, crucialmente, não sentir vergonha de buscar ajuda de psicólogos ou psiquiatras. Como diz o ditado, "mente são, corpo são", sendo o cuidado mental um direito, não um luxo.

A saúde mental não é algo isolado, é também influenciada pelo ambiente ao nosso redor. Isso significa que deve-se considerar que a saúde mental resulta da interação de fatores biológicos, psicológicos e sociais. Pode-se afirmar que a saúde mental tem características biopsicossociais.

Entender a saúde mental como algo que envolve o corpo, as emoções e a forma como interagimos ajuda a ver que todos têm um papel importante em cuidar do bem-estar de todos, cuidando de nós mesmos e apoiando uns aos outros.

HOSPITAL ISRAELITA ALBERT EINSTEIN. Centro de Pesquisa Clínica. São Paulo, 2023.
Disponível em: einstein.br/pesquisa/pesquisa-clinica. Acesso em: 27/01/2026.



01. Segundo a definição da OMS, qual é um dos aspectos fundamentais da saúde mental?

- (a) A ausência de problemas emocionais.
- (b) A capacidade de lidar com desafios da vida.
- (c) A realização de atividades físicas regulares.
- (d) O status econômico do indivíduo.

02. O que pode ser uma consequência da falta de cuidado com a saúde mental mencionada no texto?

- (a) Aumento de energias criativas.
- (b) Desenvolvimento de transtornos como a depressão.
- (c) Melhora na qualidade do sono.
- (d) Aumento das interações sociais.

03. "... **crucialmente**, não sentir vergonha de buscar..." (l. 11). A palavra em destaque pode ser substituída sem causar prejuízo ao contexto por:

- (a) substancialmente
- (b) superficialmente
- (c) banalmente
- (d) insignificadamente

04. "Como diz o ditado, "mente **sã**, corpo **são**"." – As palavras em destaque no trecho estabelecem entre si uma ideia de:

- (a) homonímia.
- (b) antonímia.
- (c) paronímia.
- (d) sinonímia.

05. O texto em análise: "**A Importância da Saúde Mental no Dia a Dia**", constitui um exemplo de texto:

- (a) narrativo.
- (b) injuntivo.

- (c) dissertativo.
- (d) descritivo.

06. "A pandemia **prejudicou** a saúde mental..." – Sobre a forma verbal em destaque:

I – **prejudic--** é o radical.

II- **-o-** é a vogal temática.

III- **-u** é a desinência modo-temporal.

IV- **-u** é a desinência número-pessoal.

Está correto o que vem afirmado:

- (a) em I e II, somente.
- (b) em I e III, somente.
- (c) em I, II e III, somente.
- (d) em I, II e IV, somente.

07. "... o indivíduo... **desenvolve** suas habilidades e **contribui** para sua comunidade." – As formas verbais em destaque, se encontram, nos tempos do modo:

- (a) presente do modo indicativo.
- (b) pretérito perfeito do modo indicativo.
- (c) presente do modo subjuntivo.
- (d) pretérito imperfeito do modo indicativo.

08. **A saúde mental foi agravada pela pandemia.** O período se encontra na voz:

- (a) ativa.
- (b) passiva analítica.
- (c) passiva sintética.
- (d) reflexiva recíproca.

09. "Cuidar da saúde mental **envolve** rotina..." – Considerando a forma verbal destacada é correto afirmar:

- (a) Trata-se de um verbo da 3ª conjugação.
- (b) Encontra-se na 2ª pessoa do singular do presente do indicativo.



(c) Afirma-se ser um verbo da 1ª conjugação e se encontra na 1ª pessoa do singular.

(d) É um verbo da 2ª conjugação e se encontra na 3ª pessoa do singular.

10. **O isolamento social prejudica a saúde mental.** Passando para a voz **passiva analítica** obter-se-á a forma verbal:

- (a) é prejudicada.
- (b) foi prejudicada.
- (c) era prejudicada.
- (d) seria prejudicada.

11. "**Não interajais** com a vergonha." – Passando a forma destacada para o **Imperativo afirmativo** ficará:

- (a) Interage
- (b) Interaja
- (c) Interagi
- (d) Interages

12. "As características biopsicossociais **iam mudando** a cada momento." A ideia expressa pela locução verbal em destaque é:

- (a) repetição da ação.
- (b) continuação da ação.
- (c) início da ação.
- (d) progressão da ação.

13. "A saúde mental não **é** algo isolado..." (L.13). O verbo em destaque classifica-se em:

- (a) regular.
- (b) anômalo.
- (c) abundante.
- (d) defectivo.

14. Em "**Queria que me ajudasses**", o trecho destacado pode ser substituído por:

- (a) a sua ajuda
- (b) a tua ajuda
- (c) a ajuda de você
- (d) a vossa ajuda

15. Assinale a alternativa em que todas as **formas verbais estejam na segunda pessoa do plural do imperativo afirmativo**:

- (a) ouvi, vinde, ide, trazei
- (b) ouvi, vinde, ide, traze
- (c) ouvi, venhas, ide, trazei
- (d) ouça, vinde, vá, tragais

16. **Se você chegado a tempo visto o que.....**

- (a) tem - tenha - acontece
- (b) tiver - terá - acontecesse
- (c) teria - tinha - aconteça
- (d) tivesse - teria – aconteceu

17. Dos verbos seguintes, **assinale o único que não apresenta duplo particípio**:

- (a) morrer
- (b) imprimir
- (c) abrir
- (d) eleger

18. Considere os períodos a seguir:

I- **Com** a seca, o gado começou a morrer.

II- O lenhador cortou a árvore **com** o machado

III- Todos o tratavam **com** respeito.

Nas orações acima, a preposição "**com**" estabelece as seguintes relações semânticas:

- (a) causa, especialidade, tempo



- (b) meio, conteúdo, tempo
- (c) causa, instrumento, modo
- (d) meio, matéria, modo

19. **De** madrugada, começou um temporal. – A preposição em destaque forma uma expressão cuja circunstância traduz ideia de:

- (a) modo
- (b) finalidade
- (c) causa
- (d) tempo

20. Em: “Muitas vezes não sentimos de imediato o problema da saúde mental, **no entanto** ela cai sobre nós de forma devastadora.” A locução conjuntiva em destaque expressa ideia de:

- (a) conclusão.
- (b) adição.
- (c) contraste.
- (d) exclusão.

21. “Não teremos mente sã **ainda que** o mundo nos pinte todas as condições ideais.” A **locução subordinativa destaca é:**

- (a) concessiva.
- (b) causal.
- (c) consecutiva.
- (d) condicional.

22. **Considere:**

I – Tomara que sua saúde mental esteja em dia.

II – Cuidado! A saúde mental pede atenção.

Pelo contexto, as interjeições destacadas expressam, respectivamente:

- (a) desejo; advertência.
- (b) dúvida; surpresa.
- (c) socorro; aplauso.
- (d) desejo; alegria.

23. “**Que Deus do Céu me ajude!**” O enunciado constitui um exemplo de frase:

- (a) Imperativa
- (b) Optativa
- (c) Afirmativa.
- (d) Exclamativa.

24. “... a saúde mental **tem** características biopsicossociais.” – O **verbo em destaque é:**

- (a) intransitivo, pois não precisa de complemento.
- (b) transitivo direto e indireto, pois apresenta dois complementos.
- (c) de ligação, pois apenas liga o sujeito ao seu complemento, a saber: biopsicossociais.
- (d) transitivo direto, pois apresenta apenas um complemento sem preposição.

25. **Considere:**

I- Um bom sono interfere na qualidade de vida.

II- O cuidado mental é um direito.

É correto afirmar:

- (a) **I-** o sujeito é simples; **II-** o predicado é verbal.
- (b) **I-** o predicado é verbal; **II-** o sujeito é indeterminado.
- (c) **I-** o sujeito é agente; **II-** o predicado é verbo-nominal.
- (d) **I-** o sujeito é simples; **II-** o predicado é nominal.