



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE - POSGRAP**  
**Exame de Proficiência em Língua Estrangeira - EPLE**  
**Idioma: Língua Inglesa – PROVA 2**

## **5 Ways to Help Save the Planet in 30 Minutes or Less<sup>1</sup>**

By Larry West

Updated April 19, 2019

You may not be able to reduce global warming, end pollution and save endangered species single-handedly, but by choosing to live an earth-friendly lifestyle you can do a lot every day to help achieve those goals.

And by making wise choices about how you live, and the amount of energy and natural resources you consume, you send a clear message to businesses, politicians and government agencies that value you as a customer, constituent and citizen.

Here are five simple things you can do—in 30 minutes or less—to help protect the environment and save Planet Earth.

### **1. Drive Less, Drive Smart**

Every time you leave your car at home you reduce air pollution, lower greenhouse gas emissions, improve your health and save money.

Walk or ride a bicycle for short trips, or take public transportation for longer ones. In 30 minutes, most people can easily walk a mile or more, and you can cover even more ground on a bicycle, bus, subway or commuter train. Research has shown that people who use public transportation are healthier than those who do not. Families that use public transportation can save enough money annually to cover their food costs for the year.

When you do drive, take the few minutes needed to make sure your engine is well maintained and your tires properly inflated.

### **2. Eat Your Vegetables**

Eating less meat and more fruits, grains and vegetables can help the environment more than you may realize. Eating meat, eggs and dairy products contributes heavily to global warming, because raising animals for food produces many more greenhouse gas emissions than growing plants. A 2006 report by the University of Chicago found that adopting a vegan diet does more to reduce global warming than switching to a hybrid car.

---

<sup>1</sup> Texto adaptado de: <https://www.thoughtco.com/ways-to-help-save-the-planet-1203925>  
Acesso em: 20 jan. 2020

Raising animals for food also uses enormous amounts of land, water, grain and fuel. Every year in the United States alone, 80 percent of all agricultural land, half of all water resources, 70 percent of all grain, and one-third of all fossil fuels are used to raise animals for food.

Making a salad doesn't take any more time than cooking a hamburger and it's better for you—and for the environment.

### **3. Switch to Reusable Shopping Bags**

Producing plastic bags uses a lot of natural resources, and most end up as litter that fouls landscapes, clogs waterways, and kills thousands of marine mammals that mistake the ubiquitous bags for food. Worldwide, up to a trillion plastic bags are used and discarded every year—more than a million per minute. The count for paper bags is lower, but the cost in natural resources is still unacceptably high—especially when there is a better alternative.

### **4. Change Your Light Bulbs**

Compact fluorescent light bulbs and light-emitting diodes (LEDs) are more energy efficient and less expensive to use than the traditional incandescent bulbs invented by Thomas Edison. For example, compact fluorescent light bulbs use at least two-thirds less energy than standard incandescent bulbs to provide the same amount of light, and they last up to 10 times longer. Compact fluorescent light bulbs also generate 70 percent less heat, so they are safer to operate and can reduce energy costs associated with cooling homes and offices.

According to the Union of Concerned Scientists, if every U.S. household replaced just one regular incandescent light bulb with a compact fluorescent light bulb, it would prevent 90 billion pounds of greenhouse gas emissions from power plants, the equivalent of taking 7.5 million cars off the road. On top of that, for every incandescent bulb you replace with an approved compact fluorescent light bulb, you will save consumers \$30 in energy costs over the life of the bulb.

### **5. Pay Your Bills Online**

Many banks, utilities and other businesses now offer their customers the option of paying bills online, eliminating the need to write and mail paper checks or to keep paper records. By paying your bills online you can save time and money, lower the administrative costs of companies with which you do business, and reduce global warming by helping to prevent deforestation.

Signing up for online bill paying is easy and doesn't take much time. You can either choose to have certain bills paid automatically each month or elect to review and pay each bill yourself. Either way, you will receive outstanding returns on your small investment of time.

### **QUESTÃO 1: Em relação ao uso de sacolas plásticas, é correto afirmar que:**

- A) O texto aponta que, por ano, mais de um trilhão de sacolas plásticas são produzidas apenas nos Estados Unidos.
- B) Por ano, sacolas plásticas e de papel são utilizadas e descartadas na mesma proporção.
- C) Há, no texto, um alerta sobre os danos provocados pela produção e descarte de sacolas plásticas.

D) De acordo com o texto, o uso de sacolas de papel é superior ao uso de sacolas de plástico.

**QUESTÃO 2: Sobre o consumo de vegetais mencionado no texto, é correto afirmar que:**

- A) Ao comermos mais carne, frutas, grãos e vegetais, melhoramos a nossa dieta e ajudamos o ambiente muito mais do que imaginamos.
- B) Precisamos comer mais vegetais, uma vez que a criação de animais provoca mais emissão de gases de efeito estufa do que o observado em plantações.
- C) Pesquisas demonstram que o consumo de carne, ovos e produtos derivados do leite contribuem para a nossa luta contra o aquecimento global.
- D) Estudos em Chicago, em 2016, comprovaram grande incidência de crianças adotadas com dietas veganas e números mais reduzidos de aquecimento global.

**QUESTÃO 3: Para ajudar ao meio ambiente, segundo o autor:**

- A) É necessário economizar dinheiro, reduzir a poluição do ar e diminuir a emissão de gases, em um fenômeno conhecido como “redução da casa verde”.
- B) Além de todos os benefícios ambientais gerados pelo uso de transporte público, pesquisas mostram que as pessoas que o utilizam se mostram mais saudáveis.
- C) Usar a bicicleta como meio de transporte ao invés de utilizar transporte público pode trazer efeitos benéficos mais duradouros a longo prazo.
- D) É bom evitar dirigir, pois além de causar prejuízos ao meio ambiente, você pode se sentir extremamente cansado(a) e com os ânimos inflamados.

**QUESTÃO 4: De acordo com o texto, ao pagar as contas pela internet:**

- I. Elimina-se a necessidade de utilização de papel, auxiliando na redução do desmatamento.
  - II. Só tem efeito quando o pagamento é feito por grandes empresas, pois a economia em papel é maior, e pode impactar no meio ambiente.
  - III. O investimento de tempo é pouco, mas o retorno pode ser grande para o ambiente.
- A) As alternativas I e III estão corretas.
  - B) As alternativas I e II estão corretas.
  - C) As alternativas II e III estão corretas.
  - D) Somente a alternativa II está correta.

**QUESTÃO 5: Sobre o uso de lâmpadas apresentado no texto, é correto afirmar que:**

- A) Tanto as lâmpadas fluorescentes quanto as incandescentes e as de LED são energias eficientes, e utilizam 2/3 menos de energia do que no passado.
- B) De acordo com pesquisas, ao substituir as lâmpadas fluorescentes pelas incandescentes, estamos diminuindo a emissão de gases de efeito estufa.
- C) As lâmpadas fluorescentes são mais eficientes e menos caras do que as incandescentes, além de gerarem menos calor, o que faz com que sejam mais seguras ao serem manuseadas.
- D) Ao trocar lâmpadas incandescentes pelas fluorescentes, podemos prevenir acidentes de carros em cerca de 7.5 bilhões.

**QUESTÃO 6: Qual das afirmativas a seguir é verdadeira, de acordo com o texto?**

- A) Comer carne, ovos e laticínios contribui fortemente para o aquecimento global, pois cultivar plantas para alimentação produz muito mais emissões de gases de efeito estufa do que criar animais.
- B) As lâmpadas fluorescentes compactas geram 70% menos calor; portanto, são mais seguras de operar e podem reduzir os custos de energia associados ao aquecimento de residências e escritórios.
- C) Mais de um milhão de sacolas plásticas são usadas e descartadas por minuto. Ou seja, cerca de um trilhão de sacolas plásticas são descartadas todos os anos, em todo o mundo.
- D) Ao pagar suas contas on-line, além do gasto de tempo a mais, são cobradas taxas extras, o que eleva os custos administrativos das empresas, e, contribui para o aumento do aquecimento global, ajudando, assim, a impulsionar ainda mais o desmatamento.

**QUESTÃO 7: Segundo o texto, pesquisas mostraram que pessoas que usam transporte público:**

- A) Chegam mais rápido ao seu destino do que aquelas que não usam e que as famílias que usam transporte público conseguem ter mais tempo para fazer coisas como comer mais vezes juntas durante o ano.
- B) São mais espertas do que aquelas que não usam e que as famílias que usam transporte público investem o dinheiro que economizam anualmente em compras de alimentos extras para o ano.
- C) São tão saudáveis quanto aquelas que não usam e que as famílias que usam transporte público conseguem economizar uma quantidade de dinheiro anualmente para investir em mais exercícios durante o ano.
- D) São mais saudáveis do que aquelas que não usam e que as famílias que usam transporte público podem economizar dinheiro o bastante anualmente para cobrir seus custos com alimentos durante o ano.

**QUESTÃO 8: Segundo o texto, um relatório de 2006, da Universidade de Chicago, revela que:**

- A) A escolha pelo uso de veículos híbridos é a solução mais eficaz no combate ao aquecimento global.
- B) A manutenção de hábitos veganos não contribui efetivamente para a redução do aquecimento global.
- C) Adotar dieta vegana pode ajudar no combate ao aquecimento global, na mesma proporção que o uso de carros híbridos.
- D) Tornar-se vegano tem efeitos mais significativos na redução do aquecimento global do que a escolha pelo uso de veículos híbridos.

**QUESTÃO 9: Ao utilizar o termo “*single-handedly*”, o autor se referiu às/ao:**

- A) Ações individuais que podem não ser suficientes para reduzir os danos ao meio ambiente, mas que podem contribuir muito para tal.
- B) Ações individuais que, por si só, têm o poder de preservar o meio ambiente.
- C) Ações que pessoas solteiras podem adotar para ajudar o planeta, reduzindo danos ao meio ambiente.
- D) Estilo de vida de pessoas solteiras, cujas ações não contribuem para a preservação do meio ambiente.

**QUESTÃO 10: De acordo com o texto, é correto afirmar que:**

- A) Não temos como reduzir o aquecimento global, mas, com a ajuda de “outras mãos”, podemos acabar com a poluição.
- B) Para vivermos uma vida saudável com nossos amigos, podemos mudar nosso estilo de vida e atingir nossos objetivos.
- C) O nosso estilo de vida pode ajudar a reduzir o aquecimento global e, até mesmo, a salvar espécies em extinção.
- D) Para que sejamos sábios, precisamos nos comunicar de forma clara com os políticos e economizar nos valores pagos com energia.