

Esa persona es **indigente**.

1. ¿Cuál palabra significa lo mismo que **indigente**?

- a) Menesteroso
- b) Adinerado
- c) Paseador

Atol de elote

Ingredientes

2 tazas de granos de elote amarillo	1 taza de azúcar
4 tazas $\frac{1}{2}$ de agua fría	$\frac{1}{2}$ cucharadita de sal
1 raja de canela	

Preparación

Antes de licuarlo en $\frac{3}{4}$ de taza de agua, pele y desgrane el elote. Cuélelo y agregue las otras 3 $\frac{3}{4}$ tazas de agua, la raja de canela y el azúcar al gusto. Ponga a hervir moviendo constantemente para que no se pegue, el fuego debe ser lento. Cuando la mezcla esté hirviendo, agregue la sal y retire del fuego hasta que esté cocida (aproximadamente 10 minutos). Sírvalo caliente, rociado con polvo de canela. Salen aproximadamente 6 tazas.

Adaptado de: <http://recetas.mundochapin.com/atol-de-elote/138/>

2. Según la receta, lo primero que se debe hacer con el elote para preparar el atol es...

- a) pelarlo y desgranarlo.
- b) comprarlo y pelarlo.
- c) desgranarlo y licuarlo.

3. Según el texto, ¿en qué momento se le pone canela en polvo al atol?

- a) Cuando lo pone a hervir a fuego lento.
- b) Cuando está caliente y lo va a servir.
- c) Al agregar los $\frac{3}{4}$ de taza de agua.

Camilo José Cela

El prolífico novelista, periodista, ensayista y Premio Nobel de Literatura Camilo José Cela falleció a los 85 años, el 17 de enero de 2002. Durante su juventud aprovechó los largos períodos de reposo que la enfermedad de tuberculosis le imponía, para emplearlos en intensas lecturas de Ortega y Gasset, quien fue de gran influencia en sus escritos.

Tomado de: <http://servicios.prensalibre.com/pl/domingo/archivo/revistad/2010/enero/24/todo.shtml>

4. Según la nota, ¿cuál es un hecho relacionado con el escritor Camilo José Cela?
- a) Leyó con intensidad obras de Ortega y Gasset.
 - b) Ortega y Gasset influyó en sus escritos.
 - c) Falleció el 17 de enero de 2002, a los 85 años.

El caballo

Es un animal doméstico que ha facilitado la vida del hombre. Sus orígenes están en Norteamérica, donde habitó hace 55 millones de años el «eohippus», su antecesor. Medía entre 20 y 40 centímetros de altura, con cuatro dedos en las extremidades anteriores y tres en las posteriores. Era similar a un perro. Al evolucionar, aumentó su altura hasta 115 centímetros y perdió sus dedos hasta hacerse «monodáctilo». Poco a poco su único dedo se endurecería hasta desarrollar pezuñas para poder huir de los depredadores. Sus mandíbulas evolucionaron hasta llegar a la especie «equus», de ahí el nombre de «equinos».

Adaptado de: <http://www.botanical-online.com>

5. ¿Cuál es la idea principal del texto?
- a) Los caballos tienen pezuñas.
 - b) La evolución del caballo.
 - c) El caballo es un equino.

Leche materna

¿Sabía usted que la leche materna, por tener la proporción ideal de nutrientes y anticuerpos que protegen al bebé, es el estandarte dorado de la nutrición infantil? La leche materna servirá de fundamento para el buen desarrollo del recién nacido. Estudios **recientes** demuestran que los bebés alimentados exclusivamente con leche materna durante los primeros seis meses, desarrollan menos sobrepeso, diabetes, alto colesterol, infecciones del oído, alergias, enfermedades respiratorias y diarrea, que los niños alimentados de otras maneras.

No existe manera de replicar la leche materna, pues es una sustancia cambiante que se ajusta a las necesidades de los niños según se desarrollan. La Academia Americana de Pediatría recomienda lactancia materna exclusiva, durante los primeros seis meses y suplementada con otros alimentos por el resto del primer año. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda la lactancia materna durante los primeros dos años de vida del bebé.

Adaptado de: Marisol Muñoz-Kiehne, Ph.D.

6. ¿Cuál es la idea principal del texto?
 - a) La importancia de la leche materna.
 - b) Los bebés recién nacidos.
 - c) El alto valor de la leche alternativa.
 7. Según el texto, ¿cuál de las siguientes opciones es un hecho?
 - a) La OMS recomienda lactancia materna los dos primeros años.
 - b) La leche materna hace felices a todos los bebés.
 - c) Lo ideal es amamantar a un bebé hasta que él lo desee.
 8. ¿Qué palabra significa lo contrario de **recientes**?
 - a) Remotos
 - b) Actuales
 - c) Modernos
-

Nuevos estudios sobre los efectos del café y otros

Podría haber buenas noticias para los amantes del café, del té y del chocolate: consumir cafeína regularmente quizá no cause **taquicardia**, aumento peligroso de la velocidad del ritmo cardíaco, según un estudio reciente.

Dicho estudio que tiene como autor principal al Dr. Gregory Marcus, pone en duda lo que la medicina piensa en la actualidad, afirmaron los autores del estudio.

El estudio de 12 meses, incluyó a casi 1,400 personas sanas, en las que se evaluó el consumo de café, té y chocolate. El 61 por ciento de los participantes consumían más de uno de los productos con cafeína al día. Los que consumían cantidades más altas de estos productos, no presentaron un ritmo cardíaco más elevado. El estudio aparece en la edición de enero de la revista *Journal of the American Medical Association*.

Sin embargo, para evaluar los riesgos sobre la salud de consumir mucha cafeína, se requiere de más investigación, añadieron los investigadores.

Adaptado de: <https://www.intramed.net/contenido/ver.asp?contenidoID=88454>

9. Según el texto, ¿cuál de las siguientes opciones es una opinión?

- a) El Dr. Gregory Marcus es autor principal de un estudio que aparece en la revista *Journal of the American Medical Association*.
- b) El 61 % de las personas que participaron en el estudio no presentaron el ritmo cardíaco más elevado después de consumir café, té o chocolate.
- c) El estudio del Dr. Marcus podría ser una buena noticia para los consumidores del café, té y del chocolate.

10. En el texto, la palabra **taquicardia** significa...

- a) trastorno del ritmo cardíaco.
- b) disminución de la velocidad cardíaca.
- c) evaluación del ritmo cardíaco.

11. Según el texto, ¿cuál de las siguientes opciones es una conclusión?

- a) Marcus estudió a 1,400 personas sanas para probar los efectos de la cafeína.
- b) Para evaluar los riesgos del consumo de cafeína se requiere más investigación.
- c) El autor del estudio sobre los efectos de la cafeína es el Dr. Gregory Marcus.

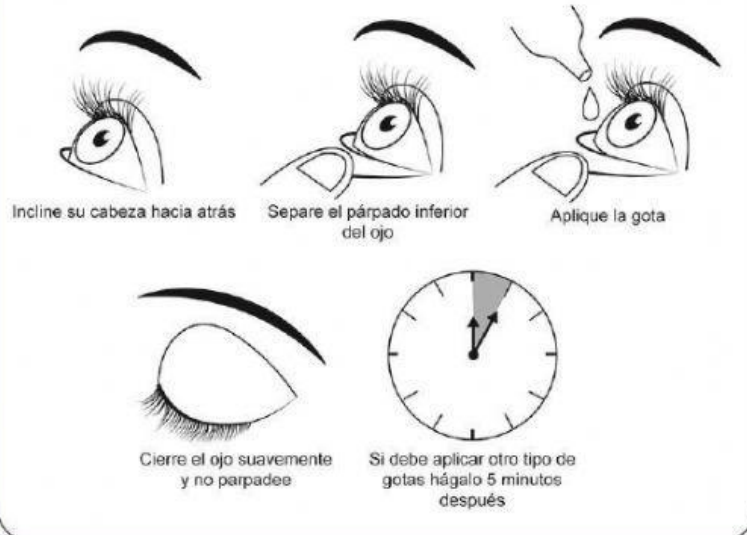
Los kayapos

En las profundas selvas del Amazonas brasileño, habitan los antiguos y feroces kayapos, un pueblo que llegó a estar constituido por casi cinco millones de personas, pero que fue diezmado por la colonización y la devastación de su ambiente, hasta quedar constituidos más o menos, por 200 mil habitantes. Los kayapos aterrorizaban a sus vecinos deformándose el labio inferior, en el que se colocaban desde su infancia, un plato que agrandaban conforme iban creciendo. El labio tomaba la forma del plato, que, con el tiempo, se convertía en símbolo de autoridad y pertenencia. Eran famosos también por su sentido ecológico, practicaban un exitoso sistema de conservación de los recursos naturales y de su entorno.

Adaptado de: Nuestro Diario.

12. ¿Cuál de las siguientes opciones es el propósito del texto?
- a) Informar acerca de la vida de los kayapos.
 - b) Convencer de que los kayapos viven en Brasil.
 - c) Entretener contando historias del Amazonas.
13. ¿Qué hubiera sucedido si los kayapos no se hubieran agrandado el labio inferior?
- a) Los colonizadores no hubieran devastado su ambiente.
 - b) Probablemente no hubieran aterrorizado a sus vecinos.
 - c) No hubieran sido famosos por su sentido ecológico.
14. Según el texto, ¿cuál era la causa de que el labio inferior de los kayapos se deformara?
- a) La colocación de un plato que agrandaban conforme iban creciendo.
 - b) Convertir su labio agrandado en un símbolo de pertenencia y autoridad.
 - c) Ser exitosos en la conservación de los recursos naturales y de su entorno.
-

- Previo lavado de manos, revise nombre y fecha de vencimiento de las gotas.
- Evite tocar la punta del frasco con el ojo o con las manos.



Tomado de: <http://www.sociedadcirugiaocular.com/aplicacion-de-gotas-despues-de-cirugia.php>

15. Según el texto, ¿cuál es el orden en el que deben aplicarse las gotas oftálmicas?

- Inclinar la cabeza hacia atrás, separar el párpado inferior, aplicar la gota y cerrar suavemente el ojo, lavarse las manos, revisar nombre y fecha de vencimiento de las gotas.
- Revisar nombre y fecha de vencimiento de las gotas, lavarse las manos, separar el párpado inferior, inclinar la cabeza hacia atrás, aplicar la gota y cerrar suavemente el ojo.
- Lavarse las manos, revisar nombre y fecha de vencimiento de las gotas, inclinar la cabeza hacia atrás, separar el párpado inferior, aplicar la gota y cerrar suavemente el ojo.

16. ¿Con qué nombre identificaría el cartel?

- Aplíquese las gotas a tiempo
- Cómo aplicar gotas en los ojos
- ¡No utilice gotas vencidas!

Algunas frutas

Manzana: es un fruto con propiedades anticancerígenas muy potentes. Es rico en potasio y se le atribuye propiedades sedantes.

Banano: es rico en potasio, ayuda a equilibrar el agua favoreciendo la eliminación de líquidos. Contiene vitaminas A y C. Es ideal en casos de hipertensión.

Fresa: tiene propiedades diuréticas por lo que ayuda a eliminar líquidos. Contiene vitamina A, E y C. Es excelente en las dietas para adelgazar.

Adaptado de: <https://listas.20minutos.es/lista/las-propiedades-y-beneficios-mas-importantes-de-las-frutas-363058/>

17. Según el texto, una similitud entre el banano y la manzana es que...

- a) son ricos en potasio.
- b) ayudan a eliminar líquidos.
- c) tienen propiedades sedantes.

18. ¿Qué diferencia hay entre la fresa y el banano?

- a) Es una fruta rica en vitamina A.
- b) Ayuda a eliminar líquidos.
- c) Es excelente para adelgazar.

La Ceiba

Su nombre científico es Ceiba Pentandra (L.) Gaertn. Pertenece a la familia de las bombacáceas una de las especies más bellas del mundo. Una de las características de este árbol es que cuando crece en lugares cerrados, como los bosques, es más alto porque busca la luz y debe luchar con otras especies para encontrarla. A diferencia de cuando crece en espacios abiertos, como las plazas de los pueblos, es más bajo porque recibe la luz sin ninguna dificultad. Sus ramas están provistas de púas que lo protegen de los animales herbívoros, principalmente en los años de crecimiento y en contra de la sequía cuando no tiene hojas. El clima ideal para su crecimiento es el subtropical, aunque en Guatemala ha sobrevivido en tierras más altas. Por su gran desarrollo, es un árbol que necesita de mucho espacio.

La madera de este árbol es de color marrón oscuro. Las hojas, la corteza y las flores se emplean localmente con fines medicinales. Como especie ornamental es un magnífico árbol de sombra.

Adaptado de: Revista D Núm. 83, Prensa Libre.

19. ¿Cuál de las siguientes opciones resume mejor las características de la ceiba pentandra?

- a) Su nombre científico es Ceiba Pentandra (L.) Gaertn. Cuando crece en lugares cerrados lucha con otras especies para encontrar la luz. Por ser un árbol de gran tamaño necesita mucho espacio para crecer. Es una de las especies más bellas del mundo.
- b) La ceiba pentandra es un árbol que crece en climas subtropicales, aunque en Guatemala ha sobrevivido en tierras altas. Las hojas, la corteza y las flores se emplean localmente para fines medicinales. La madera de este árbol es de color marrón oscuro.
- c) La ceiba pentandra pertenece a la familia de las bombacáceas, crece según la cantidad de luz que reciba. Tiene ramas provistas de púas para protegerse de animales herbívoros y de la sequía. Crece idealmente en clima subtropical. Tiene usos medicinales.

20. Según el texto, las ceibas que crecen en los parques son de baja altura porque...

- a) han recibido la luz sin dificultad.
 - b) no han crecido en el clima ideal.
 - c) necesitan mucho espacio.
-