



Caro leitor,

Este trabalho é fruto de um produto apresentado ao Programa de Mestrado Profissional em Ensino de Ciências da Saúde e Meio Ambiente do UniFOA (Centro Universitário de Volta Redonda) como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestre, sob autoria do mestrando ¹Flávio Vaz Machado, orientação da Prof^a Dr.^a ²Ilda Cecília Moreira da Silva e co-orientação da Prof^a Dr.^a ³Maria da Conceição Vinciprova.

1. Possui bacharel em Teologia pelo CESJF (2008), formação em Psicanálise Clínica pelo Instituto Brasileiro de Psicanálise Clínica, Ciências Humanas e Sociais (2009), especialização em Terapia Cognitivo-Comportamental pelo UniFOA (2010), licenciatura em Letras (Português/Inglês) pelo Instituto de Ciências Sociais e Humanas (2011), pós-graduação em Ensino de Língua Inglesa pela Universidade Cândido Mendes (2015), pós-graduação em Filosofia e Sociologia pela Faculdade Redentor (2015) e Mestrado em Ensino de Ciências da Saúde e do Meio Ambiente pelo UniFOA (2017).
2. Possui graduação em Enfermagem e Obstetrícia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (1966), mestrado em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (1986) Livre Docência pela UNIRIO e doutorado em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (1996).
3. Possui graduação em Letras - Faculdades de Barra Mansa (1978), mestrado em Letras pela Universidade Federal Fluminense (2003) e doutorado em Letras pela Universidade Federal Fluminense (2009).

Fonte: lattes.cnpq.br/

Apresentação

Essa cartilha originou-se de uma pesquisa que evidencia por meio de estudos que aprender um novo idioma proporciona o crescimento de certas regiões do cérebro e causa o retardamento da decadência de determinadas funções cerebrais que dão origem à doença de Alzheimer, uma doença neuro-degenerativa do cérebro que afeta a memória e causa a diminuição das mesmas partes que aumentam mediante a aprendizagem de um novo idioma.

O objetivo desta cartilha é chamar a atenção da população geral quanto ao crescimento da doença de Alzheimer no mundo e apresentar informações básicas acerca da etiologia, sintomatologia

e o prognóstico da doença de Alzheimer, e por conseguinte, visa incentivar a aprendizagem da língua inglesa como forma de estímulo cognitivo (processo mental de percepção, memória, juízo e/ou raciocínio), mostrando que o idioma inglês também pode ser aprendido de forma simples, pois não se trata de um bicho de sete cabeças.

Apesar dessa cartilha buscar alcançar um público geral, o público-alvo desta trabalho é a terceira idade, pois é um preconceito pensar que o idoso é incapaz de aprender, pois pesquisas recentes estão fornecendo respostas que vêm de encontro a este pensamento.

“Inglês: um novo remédio para o cérebro...” As palavras-chave

do título justificam a relação entre o tema discutido e a proposta da pesquisa da seguinte forma: a palavra “novo” refere-se à questão de ser um tema desconhecido por muitos, e a palavra “remédio” estabelece a relatividade do sentido original da palavra: “Agente que é utilizado no tratamento de doenças; agente que previne o aparecimento de uma doença; agente que cura ou alivia os sinais e sintomas de uma doença.” (*Dicionário Médico On-line, 2016*).

ETIOLOGIA

A Doença de Alzheimer é um tipo de doença neuro-degenerativa que causa problemas com a memória, pensamento e comportamento.

Acredita-se que 44 milhões de pessoas no mundo tenham Alzheimer e que esse número chegue a 106 milhões de casos até 2050. Segundo pesquisas, no entanto, se a população mundial diminuir em 10% cada um dos fatores de risco modificáveis da doença, será possível evitar cerca de 9 milhões de casos de Alzheimer até 2050.

Esta pesquisa se baseou em estatísticas sobre a doença nos Estados Unidos e na Europa e relacionou esses dados com a prevalência de fatores de risco à saúde, como obesidade e diabetes, nessas regiões.

Diversos fatores influenciam o aparecimento do Alzheimer, tais como idade, falta de exercício do cérebro, alimentação etc.

Os sintomas geralmente se desenvolvem lentamente e piorar com o tempo, tornando-se grave o suficiente para interferir com tarefas diárias. Em média, uma pessoa com Alzheimer vive de quatro a oito anos após o diagnóstico, mas dependendo de outros fatores, é possível viver até 20 anos.

Cerca de 5% das pessoas com a doença tiveram um início precoce e muitas vezes os sintomas aparecem entre 40 e 50 anos de idade.

As etapas a seguir fornecem uma ideia geral de como as habilidades podem mudar de acordo com os estágios, e a sintomatologia da doença.

ESTÁGIO INICIAL

Nas fases iniciais da doença de Alzheimer, a pessoa ainda pode agir de forma independente, podendo dirigir, trabalhar e fazer parte de atividades sociais, porém, este indivíduo pode ter lapsos de memória, como o esquecimento de palavras familiares, localização de objetos do cotidiano etc.

Amigos, familiares ou vizinhos podem notar tais dificuldades e durante uma entrevista médica detalhada, é possível detectar problemas de memória ou concentração. Dentre as dificuldades mais comuns nesta fase, podemos citar:

- Problemas em lembrar nomes ou a palavra certa;
- Dificuldades em lembrar nomes

quando são apresentados a novas pessoas;

- Dificuldades em realizar tarefas em ambientes sociais ou de trabalho;
- Esquecimentos de trechos lidos recentemente;
- Perda ou extravio de objetos valiosos;
- Problemas com planejamento ou organização.

ESTÁGIO MODERADO

A fase moderada da doença de Alzheimer é geralmente a etapa mais longa e pode durar por muitos anos. De acordo com a progressão da doença, o paciente vai exigir maior nível de cuidados. Nesta fase é possível notar no paciente o pronunciamento de

palavras confusas, sinais de frustração ou raiva, ações inesperadas, tais como recusar-se a tomar banho ou alimentar-se, etc. Neste ponto, os sintomas serão perceptíveis para os outros e podem incluir:

- Esquecimento de eventos ou sobre a própria história pessoal;
- Mal humor e sentimento de rejeição, especialmente em situações socialmente ou mentalmente desafiadoras;
- Incapacidade de recordar o seu próprio endereço, número de telefone, escola ou faculdade onde se formou;
- Confusão relativa ao local onde se encontram ou em relação às datas;
- Necessidade de ajuda para escolher roupas adequadas para a

estação ou ocasião;

- Problemas para controlar a bexiga e intestinos em alguns indivíduos;
- Mudanças nos hábitos relativos ao sono, como dormir durante o dia e ficar inquieto durante à noite;
- Riscos de perder-se;
- Alterações comportamentais e de personalidade, incluindo desconfiança, delírio, compulsão e comportamento repetitivo.

ESTÁGIO GRAVE (FINAL)

Na fase final da doença, os indivíduos perdem a capacidade de responder ao seu ambiente, não sendo capazes de manter uma conversa normal e, por fim, podem perder o controle de seus próprios movimentos.

Devido ao agravamento dos problemas ligados à memória e das habilidades cognitivas, pode haver alteração de personalidade. Nesta fase, as mudanças são caracterizadas por:

- Perda da consciência e de experiências recentes;
- Alto comprometimento motor e incapacidade de realizar habilidades físicas, tais como andar, sentar-se e engolir;
- Alta vulnerabilidade às infecções, especialmente pneumonia;
- Necessidade de assistência em tempo integral, e cuidados diários.

PROGNÓSTICO DA DOENÇA DE ALZHEIMER

A doença de Alzheimer pode ser evitada? Essa é uma questão que

continua a intrigar pesquisadores e estimular novas investigações. Não há respostas claras ainda, mas de acordo com a medicina, não há cura. Apesar dessa afirmação, pesquisas afirmam que há formas de prevenção, levando em conta que existem fatores de risco que podem ser evitados.

FATORES DE RISCO

Dentre os principais fatores de risco da doença, podemos destacar: idade, histórico familiar e hereditariedade. Estes fatores não podem ser mudados, mas novas evidências sugerem que existem outros que podem.

Especialistas americanos e britânicos do Instituto de Saúde Pública da Universidade de

Cambridge afirmam que um terço dos casos de Alzheimer no mundo tem prevenção, já que a doença é desencadeada por fatores que podem ser evitados. São eles: sedentarismo, tabagismo, diabetes, hipertensão, obesidade, depressão e baixos níveis de educação. Esta pesquisa foi publicada na revista médica *The Lancet Neurology*.

TRATAMENTO

Tratamentos medicamentosos e não medicamentosos podem ajudar em ambos os sintomas cognitivos (processo mental de percepção, memória, juízo e/ou raciocínio) e comportamentais. Os pesquisadores estão à procura de novos tratamentos para alterar

o curso da doença e melhorar a qualidade de vida das pessoas com demência, tais como medicamentos para a perda de memória, tratamentos para mudanças de comportamento da Doença de Alzheimer; tratamentos para alterações do sono e alimentação etc.

É importante lembrar que Independente de qualquer forma de tratamento, tem sido provado que o amor, carinho e atenção contribuem para a longevidade do paciente de Alzheimer.

*Fonte: Alzheimer's Association
(alz.org)*

ALZHEIMER: “A ORIGEM”

A Doença de Alzheimer modifica todo o cérebro, pois ela causa a morte das células nervosas e perda de tecido no mesmo. Com o passar do tempo, o cérebro encolhe muito, o que afeta quase todas as suas funções.

O famoso neurologista Alois Alzheimer em 1910 teve o próprio nome dado à doença pelo psiquiatra alemão Emil Kraepelin comumente citado como o criador da moderna psiquiatria, psicofarmacologia e genética psiquiátrica, apresentou o caso da senhora Auguste D., de 51 anos de idade, em um congresso científico, em novembro de 1906. Alois conseguiu permissão da

família para fazer uma necropsia, pois julgava ser esse mal uma doença ainda desconhecida.

Nesse cérebro, ele encontrou um encolhimento dramático, especialmente no córtex, na camada externa relacionada à memória, ao pensamento, ao julgamento e à fala. Ao microscópio, ele viu depósitos de gordura espalhados dentro e ao redor de pequenos vasos sanguíneos e neurônios mortos ou em deterioração. Seus estudos foram publicados em 1907.

Com base nos estudos de Alois e de outros pesquisadores deste assunto, em que afirmam que o cérebro dos pacientes portadores da doença diminui de tamanho, encontramos evidências em diversos estudos de

que aprender idiomas faz o cérebro crescer (MÅRTENSSON, ERIKSSON, BODAMMER; LINDGREN, JOHANSSON, Mikael; NYBERG, LÖVDÉN, 2012).

APRENDER IDIOMAS DE FORMA INTENSIVA FAZ O CÉREBRO CRESCER

Este foi o título de uma matéria publicada na revista VEJA (8 out 2012, 17h53 - Atualizado em 6 de maio 2016, 16h26 / ciência), destacando o estudo de um grupo de pesquisadores suecos que descobriram que determinadas partes do nosso cérebro crescem quando nos empenhamos em aprender uma língua estrangeira em um curto espaço de tempo. O estudo foi primeiramente publicado

no jornal Neuroimage, Vol. 63, Outubro de 2012, págs 240-244 com o título “Growth of language-related brain areas after foreign language learning.” Trad.: “Crescimento de áreas cerebrais relacionadas à linguagem após aprendizagem de línguas estrangeiras.”

Para chegar à conclusão, os pesquisadores da Universidade de Lund selecionaram 14 estudantes da Academia de Intérpretes das Forças Armadas da Suécia. Esses jovens são submetidos a uma rotina superintensiva para aprenderem, em apenas 13 meses, a falar fluentemente russo, árabe egípcio ou dari (dialeto persa usado no Afeganistão). Nenhum deles tinha qualquer conhecimento prévio da língua estudada e,

para dar conta do objetivo, mergulharam numa rotina que envolvem aulas diárias de 8 da manhã ao final da tarde. “Os intérpretes da academia estudam numa intensidade incomparável a qualquer outro curso do sistema educacional sueco”, escrevem os autores. “A extrema rigidez do curso requer o aprendizado de 300 a 500 novas palavras por semana”, disse Johan Mårtensson, coordenador da pesquisa, ao site da revista VEJA.

Como parâmetro de comparação, a equipe de Mårtensson selecionou 17 alunos de medicina e de ciências da cognição da universidade sueca de Umeå. Eles também convivem com uma pesada rotina universitária, mas sem foco em

idiomas estrangeiros. Os dois grupos realizaram exames de ressonância magnética (para mapear o cérebro) antes do início das aulas e após três meses dos seus respectivos cursos. Resultado: algumas regiões do cérebro dos intérpretes cresceram enquanto que, entre os universitários de Umeå, não foi registrada a mesma alteração.

As áreas que sofreram alterações foram o hipocampo e três partes do córtex cerebral. Em média, o hipocampo dos intérpretes registrou um aumento de 75 milímetros cúbicos em seu volume enquanto que a espessura das três partes do córtex, entre o mesmo grupo, aumentou 0,06 milímetros (também em média).

“As diferentes áreas corticais

são usadas quando produzimos e entendemos linguagem. Elas, por sua vez, se conectam com o hipocampo, sede da memória e o primeiro órgão a encolher após o aparecimento da doença de Alzheimer, utilizado quando tentamos aprender novos vocabulários”, diz Mårtensson.

Segundo o pesquisador, aprender línguas é uma boa forma de deixar o cérebro em forma.”

INGLÊS: “BICHO DE 7 CABEÇAS?”

Para provamos que a questão acima é falsa, daremos uma breve introdução a seguir de uma parte básica da língua inglesa, com objetivo de incentivar o leitor a iniciar o aprendizado da mesma.

Introducing yourself (apresentando-se)

Hello! What's
your name?
**Rélôu! Uóts iór
nêimi?**



Hello! my name's
Mary!
**Rélôu! mai
nêimis Mary!**



1. John - Hello! I'm John! What's your name? (**Rélôu! Aimi John! Uóts iór nêim**)
2. Mary - Hello! My name's Mary! (**Rélôu! Mai nêims Mary**)
3. John - Nice to meet you! (**Náici tiu mítiu**)
4. Mary - Nice to meet you too! (**Náici tiu mítiu tiú**)
5. John - How are you? (**Ráu áriu**)
6. Mary - I'm fine, thanks! And you? (**Aimi fáini Thens End iú**)

Introducing yourself (apresentando-se)

7. John - Not too bad! (**Nót tiú béd**)
8. John - Where do you live? (**Uér du iú lív**)
9. Mary - I live in Volta Redonda. And you? (**Ai lív in Volta Redonda End iú**)
10. John - I live in Pinheiral. (**Ai lív in Pinheiral**)
11. John - Where were you born? (**Uér uãr iú bórn**)
12. Mary - I was born in Barra Mansa. And you? (**Ai uãs bórn in Barra Mansa End iú**)
13. John - I was born in Piraí. (**Ai uãs bórn in Piraí**)
14. John - What do you do? (**Uót du iú du**)
15. Mary - I'm a housewife. And you? (**Aimi a ráusiuáif End iú**)
16. John - I'm retired. (**Aimi ritäierd**)
17. John - Are you married, single or widow? (**Ariú mérid singôu ór uídôu**)
18. John - Do you have children? (**Du iú rév tíudren**)

Introducing yourself

19. Mary - Yes, I do. I have two children. And you? (Iés Ai du Ai rév tíú tíudren End iú)
20. John - I don't have children. (Ai don rév tíudren)
21. John - Do you play any sports? (Du iú plêi eni sports)
22. Mary - Yes, I practice water aerobics. And you? (Iés Ai préctci uórar aérobics End iú)
23. John - I play soccer. (Ai plêi sóker)
24. John - What do you do in your spare time? (Uót du iú du in iór spér part táimi)
25. Mary - I like to cook. And you? (Ai laik tiu cúuk End iú)
26. John - I like to solve word puzzles. (Ai laik tiu sôulvi uôrd pāzous)
27. Mary - I gotta go now, but it was really great meeting you! See you later! (Ai góra gôu náu bāt it uās ríli grêit mírin iú Sí iú lêirār)
28. John - It's was really great meeting you too! See you later! (Its uās ríli grêit mírin iú tíú Sí iú lêirār)

Introducing yourself

Tradução

1. John - Olá! Eu sou John! Qula é o seu nome?
2. Mary - Olá! Meu nome é Mary!
3. John - Prazer em conhecê-la!
4. Mary - Prazer em conhecê-lo também!
5. John – Como você está?
6. Mary – Estou bem, obrigada! E você?
7. John – Nada mal!
8. John – Onde você mora?
9. Mary – Eu moro em Volta Redonda. Evocê?
- 10 John – Eu moro em Pinheiral.
11. John – Onde você nasceu?
12. Mary – Eu nasci em Volta Redonda. E você?
13. John - Eu nasci em Barra do Piraí.
14. John - O que você faz?
15. Mary - Eu sou dona de casa. E você?
16. John - Eu sou aposentado.
17. John - Você é casada, solteira ou viúva?
18. John - Você tem filhos?

Introducing yourself

19. Mary - Sim. Eu tenho dois filhos. E você?
20. John - Eu não tenho filhos.
21. John - Você pratica algum esporte?
22. Mary - Sim, eu pratico hidroginástica. E você?
23. John - Eu jogo futebol.
24. John - O que você faz nas horas vagas?
25. Mary - Eu gosto de cozinhar. E você?
26. John - Eu gosto de resolver palavras cruzadas.
27. Mary - Eu tenho que ir agora, mas foi realmente muito bom conhecer você! Vejo você mais tarde!
28. John - Foi muito bom conhecer você também! Vejo você mais tarde!

Fruits (frutas)

Do you like to eat fruits?
Su iu láik tiu it fruits?
Você gosta de frutas?

Yes! I love apples and oranges!
Iés! Ai lov épôus end órands!
Sim, eu amo maçãs e laranjas!



Avocado (**avoqueido**) abacate
Pineapple (**páinépow**) abacaxi
Blackberry (**bléquibérri**) amora
Banana (**banêna**) banana
Cashew (**kéxiu**) caju
Star fruit (**istár frúit**) carambola
Coconut (**côconût**) coco
Apricot (**épricô**) damasco
Raspberry (**réspbérri**) framboesa
Guava (**guáva**) goiaba
Jack (**diéki**) jaca
Kiwi fruit (**kiwi frúit**) kiwi
Orange (**órângi**) laranja

Greetings (saudações)



Good morning! (**Gud mornin**) Bom dia!
Good afternoon! (**Gud afternun**) Boa tarde!
Good evening! (**Gud ivinin**) Boa noite! (ao chegar)
Good night! (**Gud náit**) Boa noite! (ao sair e ir dormir)
Have a nice weekend! (**Rév a náici uíkend**)
Tenha um bom final de semana!
Thank you! (**Thenk iú**) Obrigado!
Please! (**Pliz**) Por favor!
Excuse me! (**Ekskiúsimi**) Com licença!
I'm sorry! (**Aimi Sóuri**) Sinto muito!

Greetings (saudações)

Hi! (**Rai**) Oi!
Hello! (**Rélou**) Ola! Oi!
What is up? (**Uatis ap**) e aí?
Good Bye! (**Gud Bai**) Tchau!
See you later! (**Síu lairer**) Até mais tarde!
See you tomorrow! (**Síu tiumorrou**) Até amanhã!

Colors (cores)

What's your favorite color?
Uóts iór fêivorit cólor?

My favorite color is green.
Mai fêivorit cólor is griin.



1. Beige (**Beidji**)
2. Black (**Blék**)
3. Blue (**Blu**)
4. Brown (**Bráun**)
5. Gray (**Grêi**)
6. Green (**Grîin**)
7. Orange (**Órandji**)
8. Pink (**Pínk**)
9. Purple (**Pãrpôu**)
10. Red (**Réd**)
11. White (**Uáit**)
12. Yellow (**Lélôu**)

Weather (clima)

What's the weather like today?
Uóts de uédher láik tiudêi?

It's sunny!
Its sãni!



What is the weather like today?

- It's hot (**its rôt**)
Está quente
- It's snowing (**its snôuin**)
Está nevando
- It's raining (**its reinin**)
Está chovendo
- It's windy (**its uindi**)
Está ventando
- It's cold (**its could**)
Está frio.

Working out (exercitando-se)

Do you practice any physical activity?
Du iú préctci eni física éctíviti?
Você pratica alguma atividade física?



Yes! I work out!
Iés! Ai uôrkáut!



Weight lifting (**uêit lífitin**) levantamento de peso
Sit-up (**siráp**) abdominais
Jumping jack (**diãmpin diék**) polichinelo
Push-up (**pãxáp**) flexões
Squat (**isquét**) agachamento
Stretching (**istrétin**) alongamento
Warm-up (**uórmáp**) aquecimento
Work out (**uôrkáut**) malhar
Jogging (**dióguin**) corrida (num ritmo lento)
I work out! **Iés! Ai uôrkáut**

Countries (países)

Are you going to travel?
Ariu gôin tiu trévol?



Yes, I'm going to Mexico!
Iés, Aimi gôin tiu México!



Mary: Are you going to travel?
Você vai viajar?
John: Yes, I'm going to Mexico!
Sim, estou indo para o México!

Angola (**Angola**) Angola
Argentina (**Ardentina**) Argentina
Bolívia (**Bolivia**) Bolívia
Brazil (Brazil) Brasil
Canada (**Kenada**) Canadá
Chile (**Tíle**) Chile
China (**Tiáina**) China
Colômbia (**Colombia**) Colômbia

Countries (países)

Cuba (**Kiuba**) Cuba
Ecuador (**Écuador**) Ecuador
Scotland (**Scótlend**) Escócia
Spain (**Spein**) Espanha
United States (**lunáidet Stêits**) Estados Unidos
France (**Frenci**) França
Germany (**Gêrmani**) Alemanha
Greece (**Gríci**) Grécia
India (**Índia**) Índia
England (**Íngland**) Inglaterra
Israel (**Ísrael**) Israel
Italy (**Ítali**) Itália
Japão (**Japan**) Japen
Panama (**Pénamá**) Panamá
Paraguay (**Péraguai**) Paraguai
Peru (**Pêrú**) Peru
Portugal (**Portugal**) Portiugal
United Kingdom (**lunáidet Kíndãm**) Reino Unido
Russia (**Racha**) Rússia
Sweden (**Súidãn**) Suécia
Switzerland (**Suízterlend**) Suíça
Uruguay (**Iúruguai**) Uruguai
Venezuela (**Venezuela**) Venezuela

Family (família)

Do you have any children and grandchildren?
Du iu rév eni tiudren end grantiudren?

Yes, I have one daughter and one grandson.
Iés, Ai rév uãn dórar end uãn grandsan.



**Mary: Do you have any children and grandchildren?
(Você tem filhos e netos?)**

**John: Yes, I have one daughter and one grandson.
(Sim, eu tenho uma filha e um neto.)**

Mother (**móder**) mãe
Father (**fader**) pai
Son (**san**) filho
Daughter (**dórer**) filha
Brother (**bróder**) irmão
Sister (**sister**) irmã

Family (família)

Uncle (**ancol**) tio
Aunt (**ent**) tia
Cousin (**cósin**) primo / prima
Husband (**rasband**) marido
Wife (**uáif**) esposa
Grandmother (**grendmáder**) avó
Grandfather (**grendfader**) avô
Grandson (**grendsan**) neto
Granddaughter (**grendórer**) neta
Great-grandson (**greit-grendsan**)
bisneto
Great-granddaughter (**greit-grendórer**)
bisneta
Niece (**níci**) sobrinha
Nephew (**néfiu**) sobrinho
Mother-in-law (**móder-in-ló**) sogra
Father-in-law (**fader-in-ló**) sogro
Grandparents (**grendpérentes**) avós
Brother-in-law (**bróder-in-ló**) cunhado
Sister-in-law (**sister-in-ló**) cunhada
Stepfather (**stepfader**) padastro
Stepmother (**stepmóder**) madrasta
Stepbrother (**stepbróder**) meio irmão
Stepsister (**stepsister**) meio irmã

Animals (animais)

Do you have any
pet?
Du iu rév eni pét?
Você tem animal
de estimação?

Yes, I have a
cat!
Iés, I rév a két!
Sim! Eu tenho um
gato!



Anteater (**éntíter**) Tamanduá
Bear (**bér**) Urso
Bird (**bêrd**) Pássaro
Bull (**búl**) Touro
Bunny (**bâni**) Coelhinho
Calf (**kéf**) Bezerro
Camel (**kémel**) Camelo
Cat (**két**) Gato
Chick (**tchíc**) Pintinho
Chicken (**tchíken**) Frango, Galinha
Cock (**cóc**) Galo
Cow (**cáu**) Vaca
Crocodile (**crocodáil**) Crocodilo

Animals (animais)

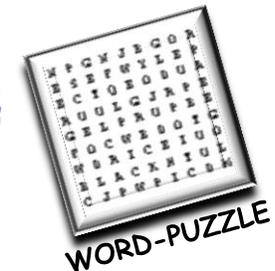
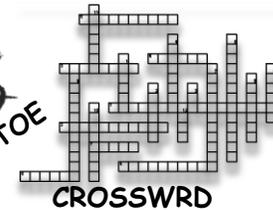
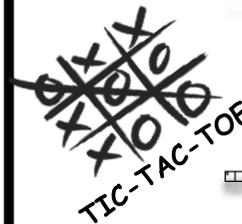
Deer (**díer**) Veado (banbi)
Dog (**dóg**) Cachorro
Dolphin (**dôlfin**) Golfinho
Dove (**dâv**) Pombo
Duck (**dâk**) Pato
Eagle (**ígol**) Águia
Alligator (**aliguêitor**) Jacaré
Elephant (**élephant**) Elefante
Fish (**fêsh**) Peixe
Fly (**flái**) Mosca
Frog (**fróg**) Sapo, Rã
Giraffe (**djiráf**) Girafa
Horse (**rórse**) Cavalo
Lion (**láion**) Leão
Mare (**mér**) Égua
Monkey (**mânki**) Macaco
Mouse (**máuz**) Rato
Ostrich (**óstritch**) Avestruz
Ox (**óks**) Boi
Parrot (**pérot**) Papagaio
Pig (**pêg**) Porco
Rabbit (**rábbit**) Coelho
Seagull (**sígâl**) Gaivota
Seal (**síal**) Foca
Shark (**chárk**) tubarão
Sheep (**chíp**) Ovelha

Games (jogos)

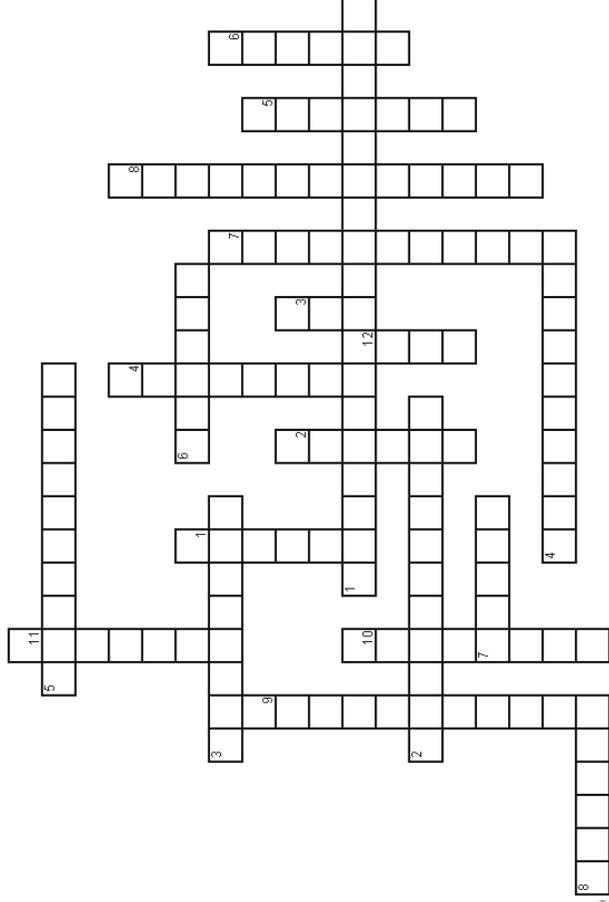
What do you like
to do?
**Uót du iú láik tiu
du?**
O que você gosta
de fazer?



I like to solve
word puzzle.
**Ai láik tiu sôlv
uórd pãzão.**
Eu gosto de
resolver palavras
cruzadas.



CROSSWORD (CRÓSSUÓRDS)



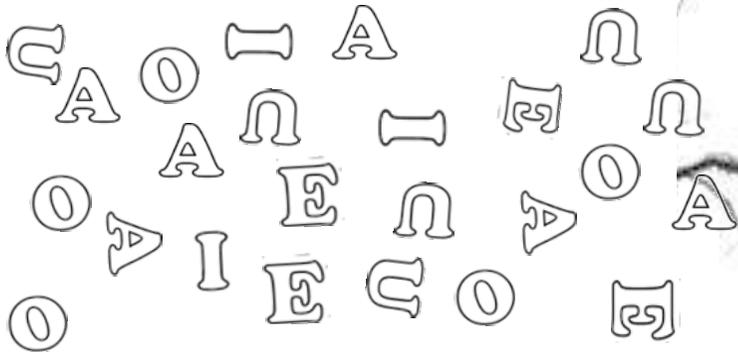
Down ↓

- 1-Ela é casada com meu pai;
- 2-Ele é casado com minha mãe;
- 3-Ele foi concebido pela mãe;
- 4-Ela foi concebida pela mãe;
- 5-Ele é o filho do meu pai;
- 6-Ela é a filha da minha mãe;
- 7-Ele é o pai do meu pai;
- 8-Ele é a filha da minha filha;
- 9-Ele é pai do meu marido;
- 10-Ele é casado com minha filha;
- 11-Ele é filho do meu marido
mas não tem meu sangue;
- 12-Ela é irmã da minha mãe.

Across →

- 1-Ela é filha da minha neta;
- 2-Ela é a mãe da minha mãe;
- 3-Ele é o filho do meu filho;
- 4-Ele é casado com minha; mãe
mas não é meu pai;
- 5-Ela é casada com minha; mãe
mas não é minha mãe;
- 6-Ele é filho do meu tio;
- 7-Ela é filha da minha irmã;
- 8-Ele é filho do meu irmão.

WORDS-PUZZLE (UÔRDS-PÃZÃO)



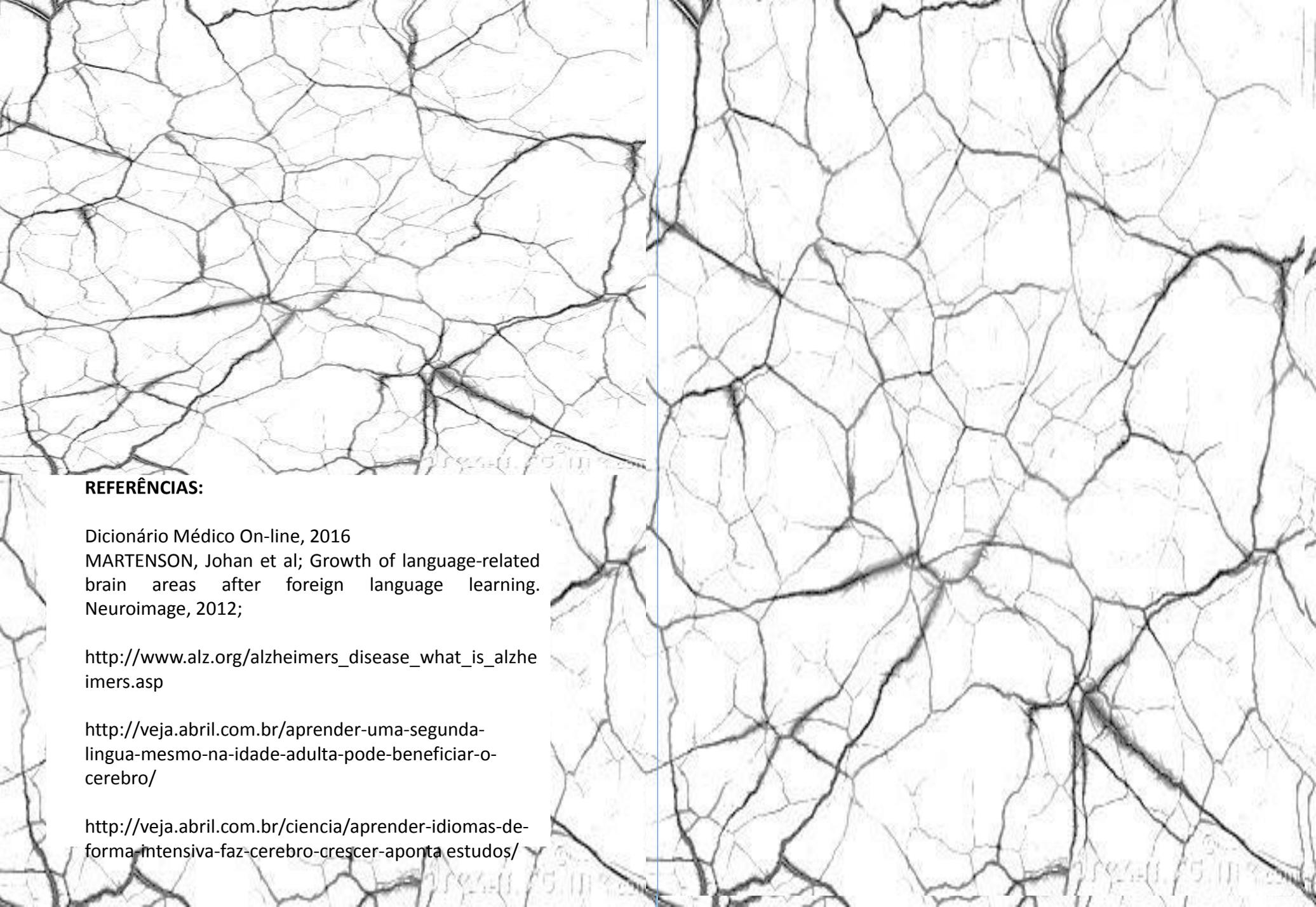
A	F	T	Q	O	V	L	F	E	S	J	M	Q	D	Z	J	A	C	K	W
E	N	O	L	E	M	W	A	T	E	R	M	E	L	O	N	S	U	X	I
U	O	G	N	A	M	F	R	U	F	Q	R	P	F	M	Y	A	R	G	D
L	K	P	G	Z	O	A	W	N	C	H	E	R	R	Y	U	E	W	E	B
B	E	E	T	G	W	M	Y	O	K	U	N	H	P	P	C	L	P	P	A
Y	G	A	K	B	P	Y	R	C	J	P	I	N	E	A	P	P	L	E	N
T	N	R	E	P	L	G	R	O	E	F	R	U	I	T	H	R	G	R	A
G	A	R	V	I	U	B	E	C	M	Z	E	U	A	H	J	U	Q	Q	N
A	R	C	S	N	M	A	B	H	B	E	G	I	E	B	A	P	Z	O	A
Y	O	A	O	K	B	V	P	T	L	C	N	L	W	L	P	O	M	O	V
K	O	C	P	W	E	A	S	I	A	I	A	G	I	F	P	E	L	F	O
S	Z	T	A	E	T	U	A	U	C	T	T	M	I	R	L	S	U	M	C
P	S	N	L	S	I	G	R	R	K	O	P	M	O	O	E	K	Y	L	A
H	C	A	E	P	H	P	N	F	B	C	F	A	I	L	R	D	P	K	D
F	O	Y	T	W	W	E	U	Z	E	I	C	A	S	S	R	K	L	I	O
N	R	R	K	X	O	K	W	S	R	R	B	D	B	S	T	T	Q	W	K
W	Y	U	A	S	M	L	I	Z	R	P	X	U	D	H	I	A	I	G	C
O	V	L	I	N	L	Y	L	W	Y	A	M	O	G	A	V	O	R	X	A
R	Q	R	S	T	G	Z	Z	E	I	F	A	Y	A	P	A	P	N	Y	L
B	M	B	D	E	Y	E	O	D	Y	J	W	A	H	N	E	E	R	G	B

WORDS-PUZZLE (UÔRDS-PÃZÃO)



- GRAPE
- BLACK
- GRAY
- PINK
- WHITE
- PINEAPPLE
- BANANA
- FRUIT
- APRICOT
- GUAVA
- FRUIT
- APPLE
- PASSION
- MELON
- PEACH
- BEIGE
- BROWN
- ORANGE
- RED
- AVOCADO
- BLACKBERRY
- STAR
- COCONUT
- RASPBERRY
- KIWI
- LEMON
- MANGO
- WATERMELON
- PEAR
- BLUE
- GREEN
- PURPLE
- YELLOW
- PLUM
- CASHEW
- CHERRY
- FIG
- JACK
- ORANGE
- PAPAYA
- FRUIT
- STRAWBERRY
- TANGERINE

A	F	T	Q	O	V	L	F	E	S	J	M	Q	D	Z	J	A	C	K	W
E	N	O	L	E	M	W	A	T	E	R	M	E	L	O	N	S	U	X	I
U	O	G	N	A	M	F	R	U	F	Q	R	P	F	M	Y	A	R	G	D
L	K	P	G	Z	O	A	W	N	C	H	E	R	R	Y	U	E	W	E	B
B	E	E	T	G	W	M	Y	O	K	U	N	H	P	P	C	L	P	P	A
Y	G	A	K	B	P	Y	R	C	J	P	I	N	E	A	P	P	L	E	N
T	N	R	E	P	L	G	R	O	E	F	R	U	I	T	H	R	G	R	A
G	A	R	V	I	U	B	E	C	M	Z	E	U	A	H	J	U	Q	Q	N
A	R	C	S	N	M	A	B	H	B	E	G	I	E	B	A	P	Z	O	A
Y	O	A	O	K	B	V	P	T	L	C	N	L	W	L	P	O	M	O	V
K	O	C	P	W	E	A	S	I	A	I	A	G	I	F	P	E	L	F	O
S	Z	T	A	E	T	U	A	U	C	T	T	M	I	R	L	S	U	M	C
P	S	N	L	S	I	G	R	R	K	O	P	M	O	O	E	K	Y	L	A
H	C	A	E	P	H	P	N	F	B	C	F	A	I	L	R	D	P	K	D
F	O	Y	T	W	W	E	U	Z	E	I	C	A	S	S	R	K	L	I	O
N	R	R	K	X	O	K	W	S	R	R	B	D	B	S	T	T	Q	W	K
W	Y	U	A	S	M	L	I	Z	R	P	X	U	D	H	I	A	I	G	C
O	V	L	I	N	L	Y	L	W	Y	A	M	O	G	A	V	O	R	X	A
R	Q	R	S	T	G	Z	Z	E	I	F	A	Y	A	P	A	P	N	Y	L
B	M	B	D	E	Y	E	O	D	Y	J	W	A	H	N	E	E	R	G	B



REFERÊNCIAS:

Dicionário Médico On-line, 2016

MARTENSON, Johan et al; Growth of language-related brain areas after foreign language learning. Neuroimage, 2012;

http://www.alz.org/alzheimers_disease_what_is_alzheimers.asp

<http://veja.abril.com.br/aprender-uma-segunda-lingua-mesmo-na-idade-adulta-pode-beneficiar-o-cerebro/>

<http://veja.abril.com.br/ciencia/aprender-idiomas-de-forma-intensiva-faz-cerebro-crescer-aponta-estudos/>