

## À espera do Enem

### 3. Banho de mar é energizante?

Embora não existam comprovações científicas, muitos especialistas acreditam que os banhos de mar tragam benefícios à saúde. "A água marinha, composta por mais de 80 elementos químicos, alivia principalmente as tensões musculares, graças à presença de sódio em sua composição, por isso pode ser considerada energizante", afirma a terapeuta Magnólia Prado de Araújo, da Clínica Kyron Advanced Medical Center, de São Paulo. "Além disso, as ondas do mar fazem uma massagem no corpo que estimula a circulação sanguínea periférica, e isso provoca aumento da oxigenação das células", diz Magnólia. Existe até um tratamento, chamado talassoterapia (do grego thalasso, que significa mar), surgido em meados do século 9 na Grécia, que usa a água do mar como seu principal ingrediente. Graças à presença de cálcio, zinco, silício e magnésio, a água do mar é usada para tratar doenças como artrite, osteoporose e reumatismo. Já o sal marinho, rico em cloreto de sódio, potássio e magnésio, tem propriedades cicatrizantes e antissépticas. Todo esse conhecimento, no entanto, carece de embasamento científico. "Não conheço nenhum trabalho que trate desse tema com seriedade, mas intuitivamente creio que o banho de mar gera uma sensação de melhora e bem-estar", diz a química Rosalinda Montoni, do Instituto Oceanográfico da USP.

Revista Vida Simples.

Qual das afirmações a seguir pode ser depreendida do texto acima?

- a) As propriedades cicatrizantes do sal marinho fazem do banho de mar um remédio eficaz na cura de infecções.
- b) Para incluir o banho de mar em um tratamento, é necessário que antes se comprovem cientificamente suas propriedades medicinais.
- c) A talassoterapia usa o banho de mar no tratamento de diversos problemas de saúde.
- d) Embora o banho de mar proporcione bem-estar, não há certeza de que ele tenha propriedades curativas.
- e) As propriedades terapêuticas atribuídas ao banho de mar são fruto de crendice, uma vez que não foram comprovadas cientificamente.

**Resposta: D.** "Embora não existam comprovações científicas, muitos especialistas acreditam que os banhos de mar tragam benefícios à saúde."

FONTE: Curso Universitário