

**OLIMPIADA DE LIMBI ROMANICE  
LIMBA SPANIOLĂ  
Etapa județeană / a sectoarelor municipiului București  
Probă scrisă  
7 martie 2026  
CLASA a IX-a INTENSIV / BILINGV**

**TOATE SUBIECTELE SUNT OBLIGATORII.**

**TIMP DE LUCRU: 3 ORE**

**SE ACORDĂ 10 PUNCTE DIN OFICIU.**

**SUBIECTUL I - COMPRENSIÓN LECTORA (25 p.)**

**Lee el siguiente texto:**

En los últimos años, el interés por la cocina saludable ha aumentado de forma notable en España y en muchos otros países. La presencia constante de programas culinarios en televisión, la influencia de las redes sociales y la popularidad de chefs reconocidos han contribuido a mostrar que comer de manera equilibrada no implica renunciar al sabor ni a la creatividad. Cada vez más personas buscan recetas sencillas, nutritivas y rápidas de preparar, que se adapten a un estilo de vida dinámico y exigente.

Un reportaje de *El País Semanal* destaca que las nuevas generaciones muestran una clara preferencia por alimentos frescos, naturales y con menos aditivos. Además, se observa un cambio significativo en los hábitos de compra: los consumidores leen con mayor atención las etiquetas, comparan ingredientes y se interesan por el origen de los productos. Este comportamiento ha impulsado a numerosas marcas a reformular sus artículos y a ofrecer alternativas ecológicas o libres de aditivos artificiales.

A pesar de esta evolución positiva, los especialistas advierten sobre la confusión que puede generar la abundancia de información disponible en Internet. Circulan consejos sin base científica que pueden llevar a decisiones poco adecuadas, como eliminar alimentos esenciales o seguir dietas demasiado estrictas sin supervisión profesional. Los nutricionistas insisten en que una alimentación saludable debe basarse en la variedad, el equilibrio y la moderación, más que en prohibiciones rígidas.

En conjunto, la tendencia hacia hábitos alimentarios más conscientes se considera beneficiosa. Comer bien ya no se entiende solo como una cuestión estética, sino como una forma de cuidar la salud y prevenir enfermedades a largo plazo.

(Texto adaptado de “La revolución de la cocina saludable”, *El País Semanal*)

**1. Contesta las preguntas. (9 puntos)**

- Según el texto, ¿qué cambios se han producido en los hábitos de compra de los consumidores?
- ¿Qué riesgos mencionan los especialistas respecto a la información nutricional disponible en Internet?

**2. Elige la variante correcta. (4 puntos)**

- A. El auge de la cocina saludable está relacionado con...
- la influencia de los medios y las redes sociales.
  - la falta de productos naturales.
  - la necesidad de seguir modas pasajeras.

B. Según el texto, los consumidores actuales...

- a) compran sin mirar los ingredientes.
- b) prestan atención al origen y la calidad de los productos.
- c) confían más en los anuncios publicitarios que en los profesionales.

C. Algunos contenidos en Internet sobre nutrición...

- a) pueden inducir a errores alimenticios.
- b) siempre son fiables.
- c) están elaborados únicamente por médicos.

D. Según el texto, comer bien se asocia principalmente con...

- a) mantener una buena imagen física.
- b) seguir las modas gastronómicas.
- c) mejorar la salud y prevenir enfermedades.

**3. Marca las siguientes afirmaciones como verdaderas o falsas, justificando con fragmentos del texto. (12 puntos)**

- a) Los jóvenes prefieren alimentos más naturales y menos procesados.
- b) Todos los contenidos sobre nutrición disponibles en Internet son confiables.
- c) Las marcas de alimentos han comenzado a ofrecer productos más saludables.
- d) Comer sano se considera una forma de cuidar el cuerpo y la salud a largo plazo.

**SUBIECTUL al II-lea - COMPETENCIA LINGÜÍSTICA (25 p.)**

**Lee el texto y rellena los huecos (1-10) con la opción correcta (a/b/c/d).**

Hoy en día, es importante que la gente (1)\_\_\_\_\_ a interesarse por el voluntariado. Participar en actividades solidarias permite conocer nuevas realidades y ayudar a (2)\_\_\_\_\_ más lo necesitan. Además, dedicar unas horas a la semana a una causa social resulta (3)\_\_\_\_\_ enriquecedor para los que buscan sentirse útiles en su (4)\_\_\_\_\_.

La mayoría de los voluntarios afirma que esta experiencia les ha permitido desarrollar nuevas habilidades, (5)\_\_\_\_\_ trabajar en equipo y comunicarse mejor. Aun así, (6)\_\_\_\_\_ reconocen que a veces es difícil encontrar tiempo, (7)\_\_\_\_\_ después del trabajo o los estudios.

Los coordinadores de proyectos recomiendan elegir actividades que se adapten (8)\_\_\_\_\_ los intereses y la disponibilidad de cada persona. (9)\_\_\_\_\_, muchos voluntarios coinciden en que lo más importante es participar con compromiso y respeto. Los expertos insisten en que el voluntariado (10)\_\_\_\_\_ una oportunidad para aprender y crecer, no una obligación.

(“El valor del voluntariado”, *Boletín Comunidad Activa*, texto adaptado)

- |                 |                 |             |                |
|-----------------|-----------------|-------------|----------------|
| (1) a) empezar  | b) empieza      | c) empiece  | d) ha empezado |
| (2) a) los      | b) algunos      | c) todos    | d) quienes     |
| (3) a) bastante | b) poco         | c) mucho    | d) tanto       |
| (4) a) comunión | b) comunidad    | c) compañía | d) comodidad   |
| (5) a) como     | b) aunque       | c) mientras | d) porque      |
| (6) a) nadie    | b) algún        | c) algunos  | d) ninguno     |
| (7) a) incluso  | b) sobre todo   | c) apenas   | d) sin embargo |
| (8) a) hacia    | b) con          | c) a        | d) según       |
| (9) a) Ya que   | b) Por lo tanto | c) En fin   | d) No obstante |
| (10) a) es      | b) era          | c) siendo   | d) ser         |

**SUBIECTUL al III-lea - EXPRESIÓN ESCRITA (40 p.)**

**Tema de redacción:**

Una amiga te ha escrito el siguiente mensaje:

*¡Hola!*

*¿Cómo va todo? Espero que estés teniendo una buena semana.*

*Te escribo porque este verano quiero hacer un viaje por España, pero no tengo mucha experiencia organizando rutas. Sé que tú has viajado bastante y pensé que podrías orientarme un poco.*

*Me gustaría visitar tres ciudades que no sean demasiado caras y que tengan buen ambiente cultural. ¿Tienes alguna recomendación?*

*Si te apetece unirse a una parte del viaje, sería genial.*

*Un abrazo,*

*Sofía*

Contéstale a tu amiga siguiendo las instrucciones:

- saludar;
- comentar cómo va tu semana y si tienes planes para el verano;
- recomendarle tres ciudades españolas adecuadas para su presupuesto e intereses;
- explicar brevemente por qué crees que son buenas opciones;
- decir si podrías acompañarla y proponer fechas aproximadas;
- despedirte. **(160-180 palabras)**