

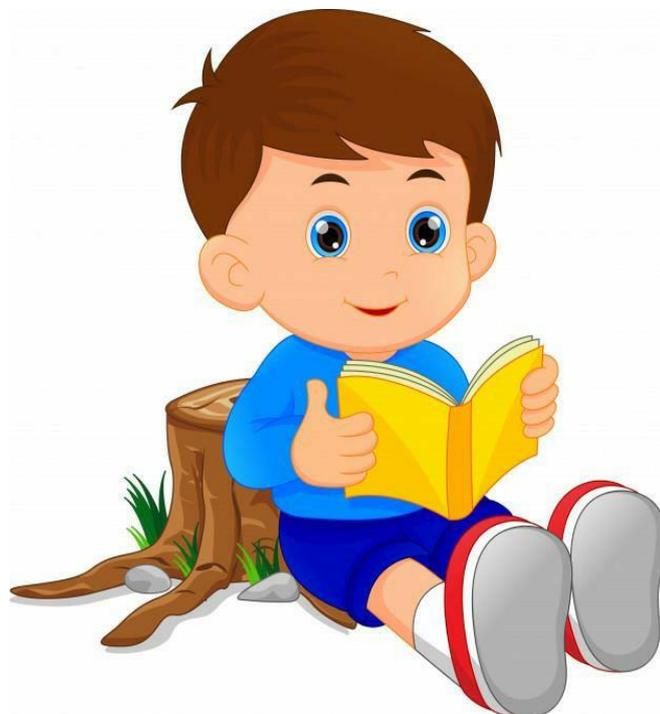
**INSTITUTO SUPERIOR CLARA J. ARMSTRONG**

**Lectura y**

**Escritura**

**Académica**

**2020**



**Carrera:** Profesorado en Educación Tecnológica

**Materia:** Lectura y Escritura Académica

**Curso:** 1 U

**Docente:** Prof Elizabeth del Valle Vaquinsay

## **Palabras de Bienvenida**

### *Estimados estudiantes:*

*Nos es sumamente grato darles la bienvenida al primer año de la Carrera de Profesorado en Educación Tecnológica. El presente documento forma parte de las propuestas que nuestra Institución desea brindarles y será material de apoyo para las futuras cátedras que cursarán en el profesorado. El taller de “Lectura y Escritura Académica” está destinado a fortalecer estrategias de lectura y escritura para que puedan sortear con éxito todas las instancias de aprendizaje que se les presenten desde este momento. Esperamos que participen activamente expresando con total libertad y entusiasmo sus opiniones sobre las distintas temáticas que les proponemos. Reflexionar, opinar y debatir sobre las lecturas serán actividades que realizaremos a lo largo de este módulo. El éxito de esta propuesta dependerá pura y exclusivamente de ustedes, principales protagonistas de este trayecto.*

*Les deseamos éxitos y los felicitamos por la elección que realizaron. Esperamos que esta propuesta les sea de interés y de utilidad para iniciarse en la educación superior con todas las herramientas necesarias para la construcción de su futuro. Nuestro consejo es uno solo: tómense en serio lo que están por iniciar y pongan todas sus capacidades en juego. Por supuesto: no se olviden de pedir ayuda. ¡Sólo los inteligentes y humildes lo hacen!. Estamos convencidos de que tomarán en cuenta las*

*sugerencias que contiene el mismo, lo que les permitirá expandir sus horizontes, ideas y pensamientos en pos de su futura formación.*

*EQUIPO DE TRABAJO*

## **ALGUNAS APROXIMACIONES A LOS PROCESOS DE LECTURA Y ESCRITURA**

### **EL PROCESO DE LECTURA: ¿QUÉ ES LA LECTURA?**

Leer no es un proceso mágico, natural ni mecánico. Existe la idea ingenua y simplificadora de que, al pasar la vista por un escrito, automáticamente éste queda registrado en la mente, comprendido y analizado. En todo caso, el lograr esta concepción “providencial” de la lectura es un proceso arduo, gradual, intensivo, longitudinal, al final del cual tal vez se pueda conseguir ese grado de experticia. No obstante, todos sabemos que la realidad no es así y que los lectores expertos se forman a través de años de lecturas sistemáticas y progresivamente más complejas. Leer, entonces, antes que una mecánica, es un **proceso**. Un lector en formación, como es el ingresante a los estudios superiores, posee solamente los rudimentos del aspecto más elemental del proceso de lectura, i.e., sabe **decodificar** los símbolos gráficos que aparecen impresos en algún tipo de soporte material. Este proceso de decodificación consiste en asignar a cada símbolo (letra, grafema) un equivalente sonoro (sonido, fonema), combinar estos símbolos en unidades mayores (palabras) y asociarlas a un significado de base. Finalmente, esas palabras se combinarán entre sí para formar unidades de significado más abarcadoras (sintagmas, oraciones, párrafos). Probablemente, enfrentado a la lectura de textos de frecuente circulación social (un cuento, una noticia, etc.) un lector novato posea el entrenamiento necesario para realizar este proceso de decodificación con cierta pericia, que le permitirá captar el significado de ese texto, procesarlo y asimilarlo en sus estructuras cognitivas. La lectura es, entonces, un proceso **estratégico**, puesto que supone el manejo de estrategias cognitivas que deben recibir entrenamiento para poder ser desarrolladas y lograr cierta pericia.

Sin embargo, como es de imaginar, los textos que circulan en el ámbito académico no gozan del mismo grado de popularidad que los textos masivos y es probable que muchos ingresantes se vean enfrentados por primera vez en su vida a un texto académico, por cuanto no tendrán posibilidad de emplear esquemas previos. Por tanto, si bien este lector novato posee algunas estrategias de lectura, necesita entrenamiento para poder aplicarlas con cierto margen de éxito un texto académico. Esto es así, puesto que los recursos propios de este género textual implican grados de complejidad y de abstracción diferentes de los de un texto narrativo o de uno informativo. En éstos, los significados son más “transparentes”, más concretos, con referentes contextuales precisos, delimitables y, sobre todo, conocidos. En un texto académico, los significados son abstractos (por más que traten de una realidad conocida), dado que los referentes aludidos son considerados categorías conceptuales, forman parte de constructos teóricos y, además, están referidos mediante un léxico especializado que opaca la decodificación o tiene como resultado una interpretación fallida o incompleta. Y esto se debe a que, en un texto académico, la suma de significados abstractos que aporta cada sintagma, cada oración, cada párrafo, para un lector novato, es un proceso muy difícil de realizar. Para lograr una comprensión elemental, el lector novato pone en juego las pocas estrategias de lectura que posee y desvía toda su energía cognitiva a conseguir una mínima decodificación. Y, por lo general, no logra construir una representación del núcleo semántico central de un texto.

### **¿QUÉ ENTENDEMOS POR COMPRESIÓN?**

Existe un consenso entre los psicolingüistas en considerar que comprender un texto implica construir una representación mental del contenido de ese texto. El proceso así definido pareciera ser una operación sencilla de describir, pero es preciso tener en cuenta algunos factores esenciales que permiten la construcción de esa representación.

En primer lugar, ningún texto se comprende si no existe un esquema conceptual que sirva de base para la adquisición de conocimientos nuevos. El conjunto de

saberes sobre un tema determinado es lo que se conoce como **conocimientos previos**, dentro de los cuales podemos considerar:

- conocimientos estrictamente conceptuales, es decir, aquellos relativos al mundo en general;
- conocimientos específicos sobre un tema en particular; son aquellos saberes que se refieren a la erudición del lector respecto de un tema en concreto, obtenidos a partir de la realización de estudios o investigaciones;
- conocimientos referidos a la lengua y a los textos, esto es, el conocimiento del léxico, de las posibilidades combinatorias de los elementos lingüísticos y las pistas que ofrece el texto respecto de su propia organización.

Como se dijo, estas diferentes clases de conocimientos están almacenadas en la mente de los hablantes en forma de esquemas cognitivos y, como resulta obvio, varían de lector en lector, en función de factores tales como la edad, el nivel de instrucción, la exposición a la cultura y, fundamentalmente, al ejercicio frecuente y sistemático de actividades de lectura de diversos tipos textuales.

A la luz de esta nueva información, es posible refinar el concepto de comprensión que adelantamos al inicio de este apartado. Así, comprender no consiste solamente en trasvasar el contenido de un texto a la mente del lector, sino que este proceso supone la mediación de las estructuras de pensamiento que posee ese lector, que no sólo decodifica los signos lingüísticos y los traduce en conceptos, sino que además los enriquece a partir de sus esquemas de conocimientos previos. Esto explicaría por qué las interpretaciones de un texto nunca son idénticas ni estables de un lector a otro. Al mismo tiempo, nos permite adelantar hipótesis respecto de las posibles causas del aparente fracaso en la interpretación de los textos que observamos en las tareas diarias, i.e., que la falta de marcos cognitivos suficientemente enriquecidos respecto de cierto tema puede impedir el aprovechamiento de la información que propone un texto para la construcción de una representación mental de su contenido.

Finalmente, es necesario que el lector tenga conocimientos respecto del tipo de texto, en este caso, una noticia; por lo mismo, tendrá idea respecto de cuáles son los soportes en que puede aparecer (diario, páginas web) o por qué el hecho merece ser publicado en el diario. Además, tendrá

conocimientos específicos

respecto de cómo se organiza la información, o de qué significan las comillas que encierran algunas porciones del texto. También, será capaz de establecer las relaciones lógicas entre las secuencias que unen conectores como “de inmediato”, “después” o “por lo que” y podrá reconocer sin mayor dificultad el significado del empleo del subjuntivo en el primer párrafo del texto (“aterrizara”, “pegara”), sin necesidad de haber cursado estudios gramaticales. Todos estos saberes devienen de la competencia que posee todo hablante respecto de su lengua y de los textos de circulación social. Es evidente, no obstante, que los textos con mayor nivel de complejidad, como los que circulan en el ámbito académico, requieran un dominio de estrategias específicas, dado que se trata de formatos poco usuales en la vida diaria. De lo dicho anteriormente, se deduce también que los lectores, lejos de ser depósitos inertes de información, son sujetos activos que interactúan con los textos y que pondrán en juego estrategias cognitivas especializadas para la lectura y la comprensión. Entre éstas, juegan un papel preponderante:

- la meta lectora (la intención o el propósito por el cual el lector lee un texto): es claro que no será igual el propósito de la lectura por placer de una novela de aventuras, que la lectura obligatoria de un tratado de geometría analítica;
- los conocimientos previos;
- el procesamiento de la información que decodifica del texto;
- la formulación de hipótesis durante la lectura, que le permitirán anticipar la forma como se desarrollarán los segmentos subsecuentes del texto;
- la realización de inferencias a partir de la información que proporciona el texto respecto de hechos que no están explícitos;
- la búsqueda de coherencia global (el “sentido” del texto) y local (el significado de cada una de las oraciones y de la forma como cada una se encadena con la siguiente).
- La elaboración de un texto paralelo que condensa la información principal. Por todo esto, se vuelve necesario, en primer lugar, replantearnos como docentes el concepto de lectura que poseemos; en segundo lugar, y como consecuencia de lo anterior, tener presentes los componentes del proceso de lectura, a fin de proponer actividades que tiendan a lograr antes que la mera asimilación de

información, la construcción, por parte de los alumnos, de un esquema conceptual enriquecido con los datos que provienen de los conocimientos previos, de modo que las actividades de lectura resulten en procesos productivos que sirvan de base para la adquisición de nuevos conocimientos en momentos posteriores de las secuencias de enseñanza- aprendizaje.

### **¿CÓMO ENSEÑAR A LEER COMPENSIVAMENTE?**

La concepción de la lectura como proceso ha tenido profundas consecuencias en el planteo de actividades que parten de la lectura como forma fundamental de adquisición de conocimiento. En este sentido, y considerado desde una perspectiva pedagógica, el acto de lectura es entendido como una serie de fases que deben tenerse en cuenta cada vez que el docente presente una actividad de este tipo. Esas fases son:

- **PRE- LECTURA:** Es una fase importante, dado que permite la activación de los conocimientos previos relacionados con el tema del texto principal que se presentará para leer. Puede consistir en la lectura de un texto relacionado, en la presentación de una situación problemática para resolver, en un diálogo dirigido sobre temas de la vida cotidiana que se vinculan con el tema, etc. En esta etapa se definirán (más o menos explícitamente) los propósitos de la lectura y se propondrá la anticipación de hipótesis de lectura (predicciones respecto de cuál será el tema que tratará el texto), a partir del aprovechamiento de los paratextos (título, subtítulos, índice, solapas, gráficos, etc.). Otro aspecto importante es solicitar la predicción del tipo de texto mediante la observación de su estructura, la organización de sus partes, etc. Para lograr estos objetivos, siempre es recomendable proponer una lectura superficial del texto a fin de que el lector tenga una idea aproximada de la disposición, de la extensión y del contenido del texto.
- **LECTURA:** Luego de la pre- lectura, se inicia la fase de lectura propiamente dicha. En esta etapa es recomendable, sobre todo en las propuestas iniciales, realizar lecturas en voz alta, realizadas por los

alumnos o también por el docente. Durante el avance de la lectura, el docente deberá proponer momentos de evaluación, a fin de que el alumno se pregunte si comprende o no lo que lleva leído hasta el momento. De este modo, si quedan lagunas que puedan interferir en la comprensión, será posible volver atrás y releer lo ya leído hasta que el alumno lo comprenda. Es recomendable también preguntarse acerca de si el texto está bien organizado, cómo se estructura la información de párrafo a párrafo y cómo ésta progresa en un determinado sentido. A la par, es conveniente establecer momentos para revisar las hipótesis de lectura formuladas en la etapa anterior. Como se advierte, el proceso de lectura no debe ser necesariamente (y más que nada en las actividades iniciales) un acto solitario y monótono que no se pueda interrumpir. Al contrario, el docente deberá tender a hacer explícitos estos momentos de evaluación, de modo que vayan internalizándose en el alumno como una parte necesaria de todas las lecturas que realice en adelante. De ser posible, el docente procurará también llamar la atención respecto de las pistas que ofrece el texto y que orientan al lector a establecer relaciones significativas entre párrafos o entre porciones más vastas de información.

- **POST- LECTURA:** Es deseable que, al finalizar el proceso de lectura, el lector posea una idea más o menos acertada respecto de cuál es el tema principal del texto y cuáles son los temas relacionados, pero no centrales. En cualquier caso, se recomendará una nueva lectura, más profunda, con el propósito de establecer con mayor nivel de precisión el tema principal, tomando notas respecto del contenido más significativo. Luego de esto, puede solicitarse la realización de una actividad que permita la (re)organización de la información de forma sintética. Puede tratarse de un esquema, de una síntesis o un resumen, un comentario escrito, etc. En cada caso, esta actividad deberá ajustarse al tipo de texto y la propuesta deberá ofrecer la suficiente libertad para que se convierta en una herramienta de la que el lector pueda apropiarse y ajustarla a su propio proceso de lectura. En

este sentido, no es recomendable insistir demasiado en la perfección formal de la herramienta (por ejemplo, realizar

un mapa conceptual tal y como se haya enseñado en clase). Al contrario, estas herramientas deben tender a convertirse en estrategias que el lector internalice progresivamente, hasta lograr una cierta independencia en la concreción de un proceso de lectura eficiente. Luego de esta etapa de organización de la información, podrán plantearse otras actividades que tiendan a interactuar con el contenido. Puede tratarse de actividades de escritura o de discusión oral respecto de algún punto crítico del texto. En cualquier caso, el objetivo es que el estudiante pueda manipular la información y re-significarla en función del empleo de sus conocimientos previos o de los datos provenientes de lecturas anteriores e incluso de la lectura de nuevos textos con los que puedan trazarse paralelos o contrapuntos.

Estas tres fases deben, como se dijo, hacerse más o menos explícitas durante las primeras propuestas de lectura e ir dándolas por sentadas una vez que se hayan vuelto prácticas relativamente inconscientes y virtualmente automáticas, en otras palabras, una vez que se hayan convertido en verdaderas estrategias que los estudiantes dominan.

Como ya se habrá deducido, la tarea de trabajar la lectura consiste principalmente en la enseñanza de estrategias, sobre todo frente a lectores inexpertos, a fin de que puedan progresivamente controlar y monitorear su propio proceso de lectura. Estas estrategias deberán tender a que los estudiantes:

- concienticen las finalidades de la lectura, sean propias o impuestas;
- activen los esquemas mentales a partir de la primera aproximación al texto;
- activen los conocimientos previos necesarios;
- puedan predecir, hipotetizar el contenido, el formato y la progresión de la información e inferir relaciones lógicas entre distintas porciones del texto;
- monitoreen su propio proceso de comprensión.

Es cierto que dominar pedagógicamente estas estrategias no es tarea fácil. Sin embargo, existe una clave por la cual empezar y es, indudablemente, el analizar el propio proceso lector y transformar ese conocimiento procedimental de lector experto en instrumento didáctico para fomentar y

acompañar el desarrollo de la

competencia lectora en los lectores novatos. A partir de allí, las investigaciones sobre los procesos de lectura pueden brindar algunas herramientas útiles, como las que hemos mencionado aquí, y que pueden entenderse como el inicio de una tarea larga, centrada en el reconocimiento de los procesos implicados en la lectura con el objeto de mejorar el desempeño de los alumnos ingresantes a los estudios superiores.

### **LA ESCRITURA COMO PROCESO: ¿QUÉ ES LA ESCRITURA?**

Desde una perspectiva amplia, y al igual que la lectura, la escritura es una práctica del lenguaje. Su relevancia social estriba en el hecho de que acceder a su dominio no sólo implica poseer el manejo de un determinado código, sino también supone el ingreso al mundo de la cultura escrita. Si acotamos el enfoque a la acción de escribir, podemos decir que la escritura es un **proceso** que involucra no sólo al acto de escritura en sí; también implica a factores sociales, culturales, cognitivos y subjetivos.

La escritura nunca es automática o, por lo menos, no debería serlo. Desde una sencilla nota de aviso o pedido que dejamos sobre la mesa antes de salir de nuestra casa, una carta familiar, un trabajo monográfico o una ponencia, todos estos tipos de texto suponen, a diferente escala, reflexión y sistematización.

El objetivo de estas acciones es plasmar satisfactoriamente en los textos aquello que queremos expresar o dar a conocer.

La finalidad del escrito, el tema y representación del destinatario guían la búsqueda de los datos pertinentes y su presentación en el texto.

A medida que se avanza en la composición de su escrito, el escritor va corrigiendo el texto a través de operaciones de reducción o supresión de elementos, de expansión o inclusión y de reformulación por sustitución o reordenamiento. El proceso de revisión equivale a la edición del texto, en el sentido que el término tiene en computación: se procede por borrado, inserción, traslado y reemplazo de elementos, sean éstos letras, palabras, construcciones, frases, párrafos, parágrafos. El proceso concluye cuando el texto alcanza su versión final, lo más cercana a las expectativas del escritor (ARNOUX, 2002: 136).

En el caso de las viñetas que presentamos, es posible identificar en ellas muchos de los pasos mencionados como también una meta comunicativa bien clara por

parte de la protagonista: “despedirse” de Rolando.

## LOS PASOS DEL PROCESO DE ESCRITURA

Como señalamos anteriormente, elaborar un texto supone un proceso. Dicho proceso implica tres acciones básicas: planificar, textualizar y revisar.

Veamos en qué consiste cada una de ellas:

- **Planificación:** en esta etapa el escritor **genera ideas** y la organiza, determina el propósito de la escritura en función de la intención comunicativa y del destinatario.
- **Textualización:** es el conjunto de procedimientos que permiten transformar los insumos de la planificación en unidades concluidas y autónomas, según formatos reconocidos socialmente. Esta etapa se concreta con la **elaboración del primer borrador** del texto.
- **Revisión:** una vez finalizada la escritura se debe proceder a **efectuar correcciones y reajustes** que mejoren el texto y lo tornen eficaz. Se trata de la revisión final, puesto que durante el proceso de textualización las revisiones parciales son constantes.

Escribir parece muy sencillo: nos sentamos ante un papel en blanco y escribimos lo primero que se nos viene a la cabeza. Esta fórmula puede ser un buen comienzo. Pero sólo eso: un comienzo. Escribir bien requiere preparación y revisión.

¿Qué propiedades debe reunir una producción escrita luego del proceso que describimos? A continuación, veamos las principales preguntas que debería formularse quien escribe un texto según en qué etapa del proceso se encuentre:

- **PLANIFICACIÓN**

¿Para quién voy a escribir?

Precisar el destinatario condiciona el vocabulario, el tono, el nivel de formalidad, la presencia o no de ilustraciones, etc.

¿Escribo para mí o en representación de otros? Si soy un emisor portavoz de otros el contenido del texto será producto de acuerdos previos.

¿Para qué escribo?

Determinar la intencionalidad del escrito: informar, solicitar, obtener respuesta, etc.

¿Sobre qué voy a escribir?

Se escribe según la situación comunicativa y el tema influye en la elección del tipo de texto.

¿Qué tipo de texto produciré?

¿Dispongo de toda la información necesaria?

¿Dónde y cómo obtendré la información?

¿Cómo organizo las ideas?

Determinar la distribución de la información y el punto de vista adecuado para que no se produzca una sobrecarga informativa.

¿Qué estrategias utilizo para organizar las ideas?

¿En qué orden convendrá presentar esa información?

¿Puedo tener una representación del texto como producto final?

### ● **TEXTUALIZACIÓN**

¿Estoy aportando la información que había previsto?

¿Permito que se rescate información implícita?

¿Mantengo las segmentaciones adecuadas? Párrafos, apartados, etc.

¿Las ideas están conectadas?

¿Están conectadas las unidades del texto?

### ● **REVISIÓN**

Confronto el escrito con la planificación previa.

Ajusto, reviso y reescribo todo lo que creo conveniente.

Resuelvo las incongruencias o contradicciones que pudieran aparecer en el escrito. Constato que he usado el léxico adecuado al área.

Presto atención a la ortografía.

Ahora, manos a la obra...

### **Actividad 1:**

Trata de activar tus propias ideas acerca de lo que supone comprender un texto y sobre el aprendizaje de la comprensión lectora. A continuación encontrarás un

conjunto de afirmaciones sobre la lectura. Señala tu grado de acuerdo con ellas en una escala del 1 (muy poco de acuerdo) al 4 (muy de acuerdo).

<b>Afirmaciones sobre la lectura</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Para comprender un texto basta con saber descifrar las palabras escritas y conocer su significado.				
Comprende mejor quien recuerda con precisión la mayor parte de los detalles del texto leído.				
El significado de un texto es único y objetivo, de modo que todos los lectores acceden al mismo significado.				
El significado preexiste en el texto de modo que lo único que tiene que hacer el lector es recuperarlo.				
Comprender un texto consiste en ir sumando lineal y secuencialmente el significado de todas las palabras y oraciones que vamos identificando a medida que avanzamos por él.				
Los textos se comprenden o no se comprenden.				
Siempre leemos igual, con independencia de la situación de lectura a la que nos enfrentamos.				
Se aprende a leer leyendo mucho.				
Para trabajar la comprensión lectora hay que plantear preguntas sobre el contenido del texto después de haberlo leído.				

**Actividad 2:**

¿De qué trata el siguiente texto?

“Él puso 14 euros en la ventanilla. Ella quiso darle 7 euros, pero él los rechazó. Cuando entraron, ella trajo una enorme bolsa de pochoclos”.

Fuente: adaptado de Collins, Brown y Larkin (1980)

### Actividad 3:

Antes de leer:

- a. ¿Qué es prohibir? ¿Quiénes prohíben? ¿Qué sucede cuando se prohíbe?
- b. ¿Qué estará prohibido en la historia de este cuento?
- c. ¿Qué prohibiciones ocurridas en Paraguay conocen? ¿Y en Argentina?
- d. Teniendo en cuenta el título, ¿de qué creen que tratará el texto?

#### Pájaros prohibidos

Eduardo Galeano – Uruguay, 1940-, Días y noches de amor y de guerra, 1976

Los presos políticos uruguayos no pueden hablar sin permiso, silbar, sonreír, cantar, caminar rápido, ni saludar a otro preso. Tampoco pueden dibujar ni recibir dibujos de mujeres embarazadas, parejas, mariposas, estrellas ni pájaros. Didoskó Pérez, maestro de escuela, torturado y preso "por tener ideas ideológicas", recibe un domingo la visita de su hija Milay, de cinco años. La hija le trae un dibujo de pájaros. Los censores se lo rompen a la entrada de la cárcel. Al domingo siguiente, Milay le trae un dibujo de árboles. Los árboles no están prohibidos y el dibujo pasa. Didoskó le elogia la obra y le pregunta por los circulitos de colores que aparecen en las copas de los árboles, muchos pequeños círculos entre las ramas:

- ¿Son naranjas? ¿qué

frutos son? La niña lo hace

callar:

- Ssshhhhh

Y en secreto le explica:

- Bobo ¿no ves que son los ojos? Los ojos de los pájaros que te traje a escondidas.

A partir del texto responda:

1. ¿A quiénes se llaman presos políticos?
2. ¿Qué acciones tiene prohibidas los presos políticos uruguayos? ¿Por qué el narrador habrá elegido éstas y no otras?
3. ¿Por qué no pueden recibir dibujos "de mujeres embarazadas, parejas, mariposas, estrellas ni pájaros"?
4. ¿Qué intenta expresar la frase "tener ideas ideológicas"?

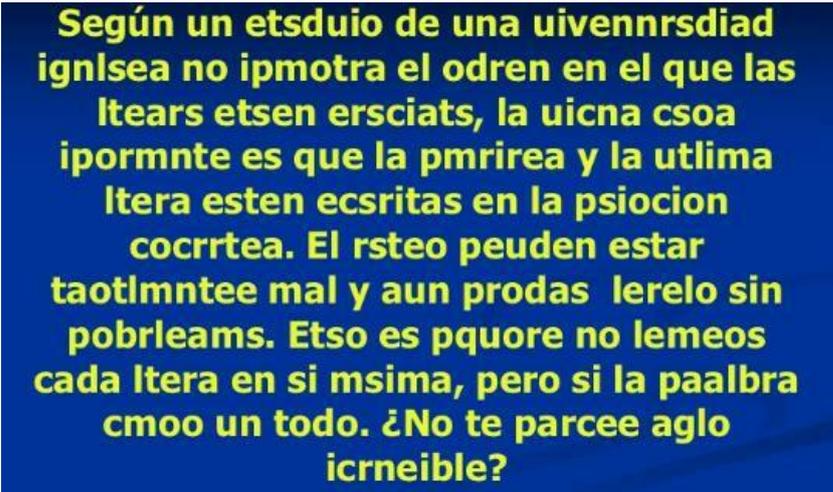
5. ¿Qué imagen de los censores nos refleja el narrador al romperle el dibujo a la niña, primero y, segundo, al ser “burlados” por ella?

7. ¿Cuál es el tema del texto?

#### Actividad 4:

Lea el texto y responda el siguiente cuestionario:

- a. A partir de la lectura, ¿cuál es el tema del texto? Resúmalo en una oración.
- b. ¿Por qué podemos leer el texto sin problemas, aunque no esté escrito correctamente?
- c. Haga la prueba . . . escriba una oración que ejemplifique lo que afirma el texto.



**Según un estudio de una universidad ignles no importa el orden en el que las letras estén escritas, la única cosa importante es que la primera y la última letra estén escritas en la posición correcta. El resto pueden estar totalmente mal y aun puedes leerlo sin problemas. Eso es porque no leemos cada letra en sí misma, pero si la palabra como un todo. ¿No te parece algo increíble?**

#### Actividad 5:

Lea el texto:



- ¿Cuál es la interferencia que presenta este texto?
- ¿Qué pretende comunicar? ¿el texto cumple con su intención? ¿Por qué?
- Reescriba correctamente el texto.

### Actividad 6:

a. Lea el texto a continuación:

La tienda ya no vende figuras de porcelana. Solía hacerlo, comentó el hombre detrás del mostrador, pero no las pedían mucho. Desde que el negocio había optado por el plástico, las ventas iban mucho mejor.

*La cohesión se refiere a la conexión que existe entre los elementos del texto.*

*¿Con qué se relacionan las siguientes palabras en el texto?*

El significado de “solía hacerlo” depende de

La

interpretación de “las” depende de  
“plástico”

La palabra

sólo puede interpretarse completamente en relación con .....

### Actividad 7:

Lea el siguiente texto:

El procedimiento es en realidad bastante simple. Primero se clasifican las cosas en diferentes grupos de acuerdo con su forma. Por supuesto, una sola pila puede ser suficiente según cuánto haya para hacer. Si usted tiene que ir a algún otro lugar debido a la falta de instalaciones, ese es el paso siguiente; si no, usted ya está preparado. Es importante no exagerar ninguna tarea en particular. Esto es, es mejor hacer pocas cosas a la vez que muchas. En el corto plazo esto puede no parecer importante, pero la complicación de hacer demasiadas cosas puede surgir fácilmente. Un error puede también ser costoso. La manipulación de los mecanismos apropiados debe ser evidente, y no es preciso que nos detengamos en ello. Al principio, todo el procedimiento puede parecer complicado. Pronto, sin embargo, se volverá tan sólo otra faceta de la vida. Es difícil prever un fin a la necesidad de esta tarea en el futuro inmediato, pero de todas formas nunca se puede estar seguro.

Bransford y Johnson  
(1972)

- a. A partir de la lectura, ¿cuál es el tema del texto? Resúmalo en una oración.
- b. ¿Qué actividad describe el texto? ¿La han realizado alguna vez?
- c. ¿Cuál es la interferencia que presenta este texto?

### Actividad 8:

1. Lee el título del siguiente trabajo de investigación y haz una lista de al menos 10 palabras que crees que podrían aparecer en el texto.

#### VALIDACIÓN DE LA TERMOGRAFÍA INFRARROJA COMO MÉTODO DE PREVENCIÓN DE LESIONES EN FUTBOLISTAS PROFESIONALES

Gómez Carmona, P.M.<sup>1</sup>, Noya Salces, J.<sup>2</sup>, Fernández Rodríguez, I.<sup>3</sup>, Sillero Quintana, M.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF. Universidad Politécnica de Madrid (UPM)

<sup>2</sup> Universidad Pablo de Olavide de Sevilla.

<sup>3</sup> Real Zaragoza CF, SAD

pm.gomez@upm.es

2. Lee la introducción al trabajo y fíjate cuáles de las palabras que habías anticipado aparecieron.

## INTRODUCCIÓN

La tensiomiografía (TMG) es una técnica utilizada como método de prevención de lesiones en el deporte profesional, consistente en el registro de la respuesta muscular a un estímulo eléctrico de intensidad conocida<sup>[1,2]</sup>. Por otro lado, la termografía (TG) es una técnica empleada para la detección y seguimiento de lesiones deportivas<sup>[3]</sup>, en la cual se estima la temperatura de las diferentes áreas corporales mediante el registro de la radiación infrarroja liberada por la actividad metabólica y el flujo sanguíneo del cuerpo humano<sup>[4]</sup>.

Este trabajo pretende correlacionar ambas técnicas, con el fin de validar la termografía como método de prevención de lesiones en futbolistas profesionales.

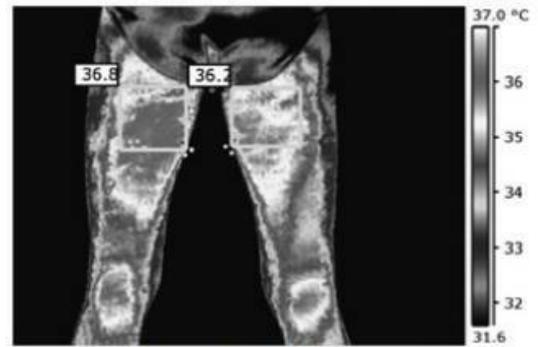


Figura 1. Ejemplo de fotografía termográfica con su correspondiente análisis de la temperatura media.

3. ¿Quiénes son los enunciadores de este texto? Descríbelos.
4. ¿Cuál es la intención comunicativa?
5. ¿Quiénes son los enunciatarios? Descríbelos.
6. Determina la trama predominante en este texto.
7. Responde:
  - a. ¿Qué es la tensiomiografía?
  - b. ¿Para qué se utiliza la termografía?
8. Ahora, lee el resto del trabajo. Escribe cinco (5) observaciones, expresadas cada una en una oración, que puedas hacer a partir de la lectura de las secciones Método, Resultados y Discusión y Conclusiones.

## MÉTODO

Usando un termómetro (TMG 100 Measurement System, TGM-BMC Ltd.) y una cámara termográfica (ThermaCAM TM SC640, FLIR SYSTEMS), 20 jugadores profesionales pertenecientes a la primera plantilla de un equipo de la 2ª División "A" Española fueron evaluados el día después del partido de competición del fin de semana. Se midieron 5 variables a través de la TMG (Tiempo de retardo [DT], tiempo de contracción [CT], tiempo de mantenimiento [ST], tiempo de relajación [RT] y desplazamiento máximo [MxD]), mientras que por medio de la TG (figura 1) se obtuvo la temperatura corporal media (T). Estas mediciones se realizaron en ambos bíceps femorales (dominante [DFB] y no dominante [NDFB]).

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Un análisis mediante T de Student mostró ausencia de diferencias significativas entre DFB y NDFB para todas las variables registradas ( $DT_{DFB} = 26,7$ ,  $DT_{NDFB} = 27,5$ ;  $CT_{DFB} = 32,2$ ,  $CT_{NDFB} = 34,3$ ;  $ST_{DFB} = 191,5$ ,  $ST_{NDFB} = 199,8$ ;  $RT_{DFB} = 65,5$ ,  $RT_{NDFB} = 56,0$ ;  $MxD_{DFB} = 5,8$ ,  $MxD_{NDFB} = 5,7$ ;  $T_{DFB} = 33,8$ ,  $T_{NDFB} = 33,9$ ). Se encontraron correlaciones indirectas significativas entre T y CT ( $r = -0,35$ ;  $p < 0,05$ ) y DT ( $r = -0,39$ ;  $p < 0,05$ ) considerando a la vez los resultados de ambos bíceps femorales; mientras que dividiendo los datos en DFB y NDFB, se encontraron diferencias indirectas significativas entre T y  $ST_{DFB}$  ( $r = -0,50$ ;  $p < 0,05$ ) y entre T y  $CT_{NDFB}$  ( $r = -0,45$ ;  $p < 0,05$ ) y  $DT_{NDFB}$  ( $r = -0,49$ ;  $p < 0,05$ ).

## CONCLUSIONES

Las diferencias significativas en las variables para la pierna dominante pueden deberse a distintos patrones de contracción o a la función durante el juego e incluso a la prevalencia de lesiones diferentes para cada pierna. Sin embargo, dada la correlación existente entre los resultados con ambas técnicas, podemos concluir que la TG puede considerarse como un método válido para evaluar el riesgo de una lesión futbolista profesional.

## REFERENCIAS

1. Križaj, D. et al. (2008) Short-term repeatability of parameters extracted from radial displacement of muscle belly. *Journal of Electromyography and Kinesiology*, 18 (4), 645-651.
2. <http://www.tensiomyography.com/our-star-users/tmg-references.html>
3. Garagiola, U. & Giani, E. (1990) Use of telethermography in the management of sports injuries. *Sports Medicine*, 1(4), 267-272.
4. Barnes, R.B. (1967). Determination of body temperature by infrared emission. *J. Appl. Physiol.* 22, 1143-1146.

## AGRADECIMIENTOS

Agradecemos la colaboración de Alava Ingenieros, VFSport, y FLIR Systems por facilitar los medios técnicos, así como a los responsables y jugadores del equipo participante.

9. Por último, piensa en las distintas lesiones que pueden sufrir los futbolistas profesionales. Busca información en libros o en Internet y escribe una introducción de la misma extensión que la presentada en el punto 2. Escribe también un título que sea pertinente.

## TÉCNICAS DE ESTUDIO

Las técnicas de estudio son estrategias, procedimientos o métodos, que se ponen en práctica para adquirir aprendizajes, ayudando a facilitar el proceso de memorización y estudio, para mejorar el rendimiento académico. El aprendizaje puede relacionarse con el manejo de un contenido teórico o el desarrollo de habilidades para dominar una actividad práctica.

También...

Son herramientas para facilitar el estudio y mejorar sus logros, requiere de una actitud activa, donde quien estudia asuma su protagonismo y supere sus pasividades.

## ¿CUÁL ES SU UTILIDAD?

Sirven para optimizar el tiempo de estudio, donde TÉCNICA: se refiere a la pericia y habilidad en algo, concretamente: el ESTUDIO. Por su parte el estudio es el esfuerzo que se realiza para la consecución de un objetivo.

## CONDICIONES PARA LLEVAR A CABO EL ESTUDIO

### 1. LUGAR Y HORARIO DE ESTUDIO:

El mejor lugar para estudiar es aquel que esté organizado y sea significativo para el estudiante, procuremos crear las mejores condiciones como la iluminación, silencio, temperatura, ventilación y estar libre de distractores, aunque sabemos que dista de nuestra realidad, podemos lograrlo, la organización de los factores externos influirá notablemente en el éxito de nuestro rendimiento.

La organización de nuestro tiempo significa que tenemos que adaptarnos al trabajo que realizamos como a nuestras características propias, sin embargo la mayoría de nosotros realizamos nuestras actividades sin guiarnos de un horario, tales es así que la hora no es igual para todos, para algunas puede ser muy corta y para otras una eternidad.

- a. El medio ambiente para el trabajo intelectual.
- b. El lugar de estudios.
- c. El orden.
- d. La limpieza del lugar, iluminación, temperatura y ventilación adecuada.
- e. Los materiales necesarios (libros, apuntes, notas, resaltadores, etc.)

### ESTRATEGIAS Y PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES:

Sabemos que la mayoría de nosotros realizamos nuestras tareas sin someternos a un horario. Está comprobado que si planificamos las actividades, en este caso, nuestra actividad intelectual dentro de los institutos de formación profesional, el rendimiento académico incrementará y la probabilidad de culminar nuestros estudios superiores es alta. El planificar nuestro tiempo y estudios nos permite:

- a) Ahorrar tiempo y energías.
- b) Crear un hábito.
- c) Al terminar nuestro horario, sentiremos satisfacción por haber cumplido nuestro trabajo.
- d) Será más productivo.

## RESUMEN

“Del latín resumere. Que significa volver a tomar, comenzar de nuevo, resumir. Reducir un texto a lo más sustancial” (Real Academia Española). Resumir es abreviar.

Este

género es el más utilizado para estudiar de manera autónoma y uno de los trabajos escritos más solicitados en todos los niveles de enseñanza. Si bien regularmente el resumen es la reducción de un escrito en términos breves y precisos, también es posible resumir una conferencia, una clase, una película, una obra de teatro, una conversación.

Un resumen enfatiza los puntos sobresalientes de un escrito o texto revisado o en algunos casos de un discurso oral. Para elaborar un resumen se hace una selección y condensación de los contenidos claves del material de estudio, donde debe omitirse la información trivial y de importancia secundaria. Por ello, se ha dicho que un resumen es como un “vista panorámica” del contenido, ya que brinda una visión de la estructura general del texto.

### **Estrategias para la elaboración de resúmenes:**

1. Concentrarse únicamente en la parte esencial de la información.
  2. Respetar el orden adoptado por el autor.
  3. Mostrar la argumentación del texto sin que se omita ni añada ningún elemento.
  4. Redactar con claridad, para que el texto sea comprensible.
- Emplear las palabras del autor.

5. Formularse algunas interrogantes como: ¿sobre qué trata el texto? ¿Qué quiere el autor que se comprenda?

6. Subrayar los puntos principales (ideas claves, lo relevante, pertinente y esencial).

7. No incorporar valoraciones e interpretaciones personales. Las características de un buen resumen son:

Bre

ved

ad.

Cla

rida

d.

Jer

arq

uía

Inte

grid

ad

## EL SUBRAYADO Y LAS ANOTACIONES AL MARGEN

Tanto el subrayado como las notas al margen nos ayudan a destacar lo relevante de la información que vamos leyendo y, más adelante, nos servirán para estructurarla y sintetizarla. El subrayado nos facilita también realizar con mayor agilidad posteriores lecturas. Por su parte, las anotaciones sirven para hacer obvios aspectos que están implícitos en el contenido, pero que a veces no son explícitos en el texto.

### **Técnica del subrayado**

1. Lectura rápida del texto: nos permite tener una visión global del contenido del texto. El objetivo es comprenderlo de forma genérica, sin detenernos en detalles particulares.

2. Lectura párrafo a párrafo: subrayaremos las palabras claves que representan las ideas principales y las ideas secundarias, así como los detalles de interés. Antes de subrayar es imprescindible una comprensión total del contenido del párrafo o página. Se puede diferenciar el tipo de subrayado según

la importancia de los aspectos a destacar, utilizando para ello distintos colores, distintos trazos, etc.

Si no tienes experiencia en el subrayado es mejor que al principio utilices el mismo trazo. Cuando consigas tener más práctica, puedes utilizar las diferentes formas indicadas.

3. En caso necesario, junto a cada párrafo se harán anotaciones al margen, en forma de palabra clave, para explicitar aspectos que, aunque no se dicen abiertamente en el texto,

nos van a resultar útiles para la organización de la información en los esquemas. Algunas de las palabras claves más utilizadas para estructurar un texto son:

4. Podemos utilizar también otro tipo de signos, flechas o símbolos que nos ayuden a precisar, destacar o relacionar unos contenidos con otros.

5. Cuando por su importancia sea necesario subrayar varias líneas seguidas, es más práctico situarlas entre corchetes o paréntesis. Aunque no hay normas sobre la cantidad de palabras a subrayar, no obstante, hay que tratar de no convertir el texto en algo tedioso. Debemos evitar sobrecargar el texto excesivamente con subrayados, anotaciones, símbolos, que después más que ayudarnos nos dificulten la tarea de síntesis.

### **Ventajas de esta técnica**

- Desarrolla nuestra capacidad de análisis y observación.
- Facilita la comprensión y la estructuración de ideas.
- Nos obliga a plantearnos qué es lo principal y qué es lo secundario.
- El estudio se hace más activo; nos obliga a fijar más la atención.
- Facilita el repaso y la relectura rápida del texto.

### **Errores más comunes en el subrayado**

- Subrayar antes de haber realizado una lectura completa. Suele conllevar un subrayado en el que no se aprecie la diferenciación de ideas principales y secundarias.
- Subrayar en exceso, no solamente las palabras claves. Esto no nos ayuda, puesto que a la hora de hacer una síntesis nuevamente tenemos que leer todo lo subrayado y hacer entonces el análisis que no hicimos anteriormente. Por tanto, no es conveniente abusar del subrayado; debemos limitarnos a las palabras claves o, como mucho, frases claves.

### **SÍNTESIS**

Sintetizar el material de estudio constituye una técnica clave de estudio dirigida a conseguir los siguientes objetivos:

- Aclarar la estructura del tema entresacando lo esencial y lo importante.
- Ordenar jerárquicamente las ideas.
- Acotar la extensión del texto que se debe estudiar.

- Facilitar el repaso.
- Determinar con antelación qué es lo que se habrá que poner en el examen y qué es lo que se puede omitir.
- Facilitar el estudio activo.

La síntesis es un escrito donde se exponen las ideas principales de un texto tras su análisis y comprensión. Estas ideas se corresponden con la opinión del autor y ayuda a una mejor interpretación del texto para facilitar su entendimiento o estudio, por lo que son expresadas con las palabras de la persona que redacta la síntesis.

La diferencia principal con un resumen radica en que en el resumen no debemos incluir interpretaciones de ningún tipo, solo se reflejan las del autor de la forma más fiel posible.

Por este motivo empleamos sus palabras (no se trata de un corta y pega, por ello precisa de una comprensión previa del texto). En una síntesis, analizamos las ideas del autor y las expresamos desde nuestro punto de vista, aunque también debe corresponderse con la opinión del autor.

Algunos autores consideran que los resúmenes, los cuadros sinópticos, los esquemas y los mapas conceptuales son otras formas de hacer una síntesis, aunque cada una de estas técnicas con sus características diferenciadoras.

### MAPAS CONCEPTUALES

Tienen como objetivo representar relaciones significativas entre conceptos en forma de proposiciones. Está considerado como una de las herramientas principales para facilitar el aprendizaje significativo: integrar los conceptos en una estructura organizativa de la información, caracterizada por la jerarquía.

Según Ontaria (2000) los mapas conceptuales son definidos como instrumento, recurso esquemático, técnica o método, estrategia de aprendizaje, etc. Su función consiste en ayudar a la comprensión de los conocimientos que el alumnado debe aprender y a relacionarlos entre sí o con otros que ya posee.

La elaboración de un mapa conceptual implica:

- Elección de signos conceptuales claves del texto.
- Búsqueda de conceptos relevantes en la estructura cognitiva.
- Construcción de proposiciones entre los conceptos que se proporcionan y los conceptos que ya se conocen (a través de los enlaces).

- Distinción entre los objetos o acontecimientos concretos y los más generales que incluyan estos acontecimientos u objetos.

Para evaluar un mapa conceptual tendremos que analizar los siguientes elementos de acuerdo con los criterios que se explican a continuación:

- Proposiciones: la relación entre dos conceptos debe indicarse mediante la línea que los une y la palabra de enlace correspondiente.
- Jerarquía: cada uno de los conceptos subordinados debe ser más específico que el concepto que hay dibujado sobre él.
- Conexiones cruzadas: deben señalarse enlaces si existen relaciones significativas entre elementos pertenecientes a distintas jerarquías conceptuales.

Ejemplos: habrán de hacer referencia a acontecimientos u objetos que sean concreciones válidas de lo que designa el término conceptual.