

7 Salud



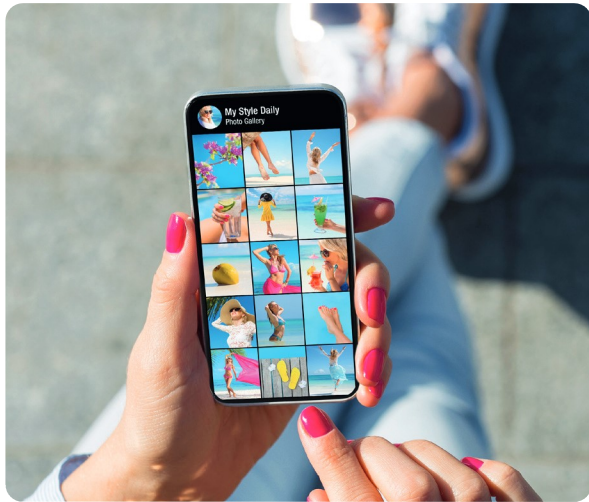
A OBSERVACIÓN

1A ¿Qué papel ejercen los *influencers* en tu día a día? ¿Crees que son responsables de algunos trastornos psicológicos? ¿De cuáles? ¿Qué tipo de personas son más proclives a dejarse influir por su imagen o sus opiniones?

1B Comenta con tus compañeros qué te sugiere esta entrada del artículo que leerás en el siguiente ejercicio.

Ese cuerpo perfecto que ves en Instagram no es real: el posturo tóxico que inunda tu móvil

La imagen que los ‘influencers’ proyectan en las redes sociales puede influir en la autoimagen de sus seguidores, hasta el punto de crear trastornos psicológicos



1C Lee y resume, en un par de líneas, la tesis defendida en el artículo de la derecha. Después, compara con las de tus compañeros. ¿Qué título te parece más oportuno? Pregunta a tu profesor por el título original.

1D ¿Qué soluciones proponen en el artículo anterior las tres ‘influencers’ activistas: Mara Jiménez, Elena Rue Morge y Marina Llorca? ¿Te gustaría que en tu país se tomaran medidas similares a las de Noruega?

Por **Marta Rey**

Abres Instagram y encuentras un despliegue de cuerpos perfectos posando en bikini, cervezas con amigos en una terraza con vistas al mar, fotos en espejos con ‘outfits’ recién salidos de la Semana de la Moda, poses forzadas imposibles de replicar, ‘selfis’ de rostros sin imperfecciones y mucha gente guapa. No es ninguna sorpresa, cualquiera que haya pasado por la ‘app’ propiedad de Facebook se ha acostumbrado a ver esta realidad. Sin embargo, su impacto no se queda ahí, el consumo masivo de este tipo de contenido está reforzando lentamente unos cánones de belleza imposibles de alcanzar, incluso para los propios creadores que, en muchas ocasiones, recurren a filtros, trucos de posado y retoques fotográficos que luego intentan ser replicados por muchos seguidores. Ante esto, países como Noruega ya han legislado al respecto obligando a los ‘influencers’ a avisar de su utilización, ya que puede afectar a la autoestima de los usuarios y crear o empeorar ciertos trastornos de la conducta alimentaria (TCA). Si Twitter tiene la fama de ser un lugar abierto para todo tipo de quejas, Instagram se ha ido convirtiendo en el espacio perfecto para presumir, aunque sea de cosas que son mentira (o no del todo verdad). (...).

La ley aprobada por el Parlamento noruego en junio establece la obligatoriedad por parte de los ‘influencers’ del país de avisar a sus seguidores en caso de haber modificado una fotografía de su rostro o cuerpo, ya sea a través del uso de filtros o de retoques con Photoshop o derivados. Hasta el momento, solo afecta a las publicaciones comerciales, por las que el ‘influencer’ esté recibiendo algún tipo de beneficio, pero podría abrir puertas a futuras maniobras en este y otros países. La decisión fue tomada a raíz de la preocupación que este tipo de técnicas generaban en los usuarios de Internet, contribuyendo a aumentar la presión sobre la apariencia de su cuerpo y aumentando la inseguridad y la baja autoestima, algo que no solo pasa en el país nórdico, ni mucho menos. “Si antes el protagonista de la foto era el lugar que se visitaba, ahora lo es la persona, y detrás está el lugar o la experiencia. El foco soy yo. Se potencia el narcisismo y el egocentrismo e Instagram recoge este perfil y lo amplifica”, explica a Teknautas Sergio García Morilla, psicólogo clínico. “Además, solo publico lo que me da rédito social, lo que me da ‘likes’, y ese es el peligro, es lo que lleva a la creación de filtros para que se me vea mejor, para que se me valore más”.

El peligro de una vida perfecta

Hay que tener en cuenta dos aspectos. En primer lugar, los filtros que se utilizan, que están alejados de la realidad y afectan al tamaño de ojos y labios, al color de piel, la reducción de

1E ¿Con cuáles de las afirmaciones expuestas en el artículo anterior estás más de acuerdo? Toma nota de ellas y pregunta a tus compañeros qué opinan usando estas estructuras.

Para preguntar si se está de acuerdo

- ¿Hasta qué punto / En qué medida discrepas con / compartes...?
- ¿Ves bien / con buenos ojos / correcto / adecuado...?
- ¿Me equivoco? / ¿Estoy en lo cierto?
- ¿Cómo ves tú que...?
- ¿A que es totalmente una locura / un disparate...?

Para expresar opinión


- A mi entender / parecer...
- A mi juicio...
- En mi modesta / humilde opinión, este tema / asunto es...
- (A mí) me da la sensación / impresión de que...
- (Yo) soy de la opinión / creencia de que...

45 imperfecciones, etc. En segundo lugar, el tiempo de exposición a ellos. “Años atrás la gente se comparaba con las figuras de las revistas, a las que accedían una o dos veces por semana. Ahora, gracias a las redes sociales, podemos ver entre 50 o 100 fotos al día, a partir de las cuales nos llega una información visual tergiversada”, explica García Morilla. Además, la aparición del concepto ‘influencer’ y su obsesión, en muchos casos, por mostrar cuerpos perfectos paseándose por vidas idílicas ha dado lugar a un bombardeo masivo de este tipo de contenido que puede afectar a nuestra salud mental. (...). Las imágenes que consumimos en Instagram pueden causarnos trastornos psicológicos, problemas anímicos, depresión y una mala relación con la comida que derive en un trastorno alimentario. “Los usuarios hacen cualquier cosa por parecerse a sus referentes y alcanzar ese canon de belleza que se está llevando tan al extremo”, añade la nutricionista López Rubio. Además, recuerda que en Instagram confluyen dos factores de riesgo de los TCA: “Las mujeres son más activas en esta red social y más de la mitad de los usuarios son menores de 34 años”. (...). “Con mis pacientes de TCA, parte de la terapia es hacer una limpieza de Instagram”, comenta López Rubio. “Analizar qué contenido te hace bien y cuál te hace daño. Son muchas las horas en las que estamos expuestos y al final se convierte en un recordatorio constante por parte de Instagram por conseguir ese modelo de belleza perfecta que nadie puede conseguir, porque está influenciado por un proceso de digitalización. Es interesante comenzar un proceso de introspección y plantearte si debes seguir a determinadas cuentas”. García Morilla también advierte que el conflicto no reside en la propia red social, sino en la manera en la que el usuario se relaciona con ella. 75 “No hay que demonizar a ninguna red social, no es Internet el problema, sino su uso, mal uso o abuso. Si se usa con cabeza puede unirnos a nivel social y darnos experiencias gratificantes de conexión con los otros”, explica.

Perfiles contra la “gordofobia”

80 Las industrias de la moda y la belleza son conscientes del potencial que tiene Instagram para vender sus productos. Por eso, explica López Rubio, “se ha convertido en un escaparate de belleza, por haber empezado a comercializar productos, a veces con campañas bastante agresivas. Ocurre que, al final, nos preocupamos mucho por el envoltorio, pero descuidamos el contenido”. (...). “Hay cuentas que sí que fomentan diversidad, y sí que les recomiendo seguirlas para ir poco a poco desestructurando esa idea que se tiene de la belleza”. Mara Jiménez posee uno de estos perfiles, es la responsable de @croquetamente y se define a sí misma como “superviviente de TCA y gorda sin tapujos”. En sus redes crea contenido sobre

trastornos alimentarios, autoestima y gordofobia. “Vi cuantísima gordofobia me rodeaba y la de años que llevaba integrada en mi vida, me di cuenta de las necesidades que tenían las personas de amarse, de verse en un espejo sin culpa ni vergüenza y ahí empezó lo que llaman ‘mi activismo’”. 95 “Creo que la iniciativa de Noruega deja claro el abuso que se está haciendo de estos medios, así que me parece genial que lo legislen y que lo traigan cuanto antes a España para que nuestro trabajo, el de ‘influencer’, sea cada vez más transparente y honesto”, dice Mara, que añade que ella siempre avisa cuando usa un filtro. “Yo me siento más cómoda explicando que uso ese filtro con plena conciencia de que lo estoy usando, por el motivo que sea, y trato de aparecer lo máximo posible sin filtros porque precisamente de eso va mi cuenta”. 100 Otro ejemplo de activismo en redes sociales es el de la divulgadora Elena Rue Morge, que advierte del peligro del actual canon de belleza creado a través de las redes y alude al nivel de responsabilidad de los conocidos como ‘influencers’. “Procuro no utilizar filtros de belleza en mis ‘stories’, no retoco mi cuerpo en mis fotos. Intento no contribuir a agrandar esta bola de nieve, creo que tenemos que utilizar las RR. SS. con responsabilidad. Si tienes cierto nivel de influencia, puedes tenerla para hacer bien o para hacer mal”, detalla a Teknautas. “Yo tengo claro que no quiero que ninguna chica se compare conmigo y se sienta mal, sobre todo que se compare con una versión de mí que no existe (o que no existe siempre) y que eso le haga hacerse sentirse peor consigo misma”. “No sé en el caso de personas anónimas, pero sí en aquellas con muchos seguidores, que están mercantilizando su imagen, que están capitalizando su cuerpo, que venden productos de dieta o rutinas de ejercicio. Ellas deberían estar legalmente obligadas a decir si sus fotos han sido alteradas digitalmente”, responde Elena al ser preguntada por la posibilidad de una regulación de este tipo de prácticas en 110 nuestro país. “Nuestra voz influye bastante, sobre todo en la juventud”, añade Marina Llorca, que empezó en redes sociales hablando de moda y belleza hasta que sintió que le faltaba algo imprescindible. Ahora usa su cuenta de Instagram como un escaparate hacia la visibilización de cuerpos no normativos. “No podemos desentendernos, y no podemos lanzar mensajes como el que lanzó en su momento Marina Yers, cuando dijo que vomitaba para depurarse. Yo tuve problemas con mi imagen corporal, veía que no me parecía al canon establecido y eso me frustraba cada vez más, mi autoestima empeoraba y entraba en un bucle del que no conseguía salir. Por eso, desde mi espacio, intento hablar de amor propio y procuro que la gente encuentre en mí esa representación que en otros sitios no encuentra”. 125

1F  Visualiza ahora este vídeo de TikTok de @madredecroquetas. Después, contesta a las siguientes preguntas.



Disponible en canal de YouTube "SGEL ELE Español para extranjeros", lista "Español C2"

- 1 ¿Te parece acertado el título del vídeo de acuerdo a su contenido?
- 2 ¿Qué mensaje está intentando transmitir? ¿Crees que puede causar efecto entre sus seguidores?
- 3 ¿Qué técnicas verbales y no verbales utiliza para ello?
- 4 ¿Por qué usa el término de 'opinólogo'? ¿Por qué menciona la fuente de 'Yahoo respuestas'?
- 5 ¿Qué transmite la teleoperadora con su mensaje de despedida 'Venga, gracias por tu llamada'?


SUPLEMENTO Para ampliar vocabulario, ve a **Suplemento - ejercicios 1 y 2.**

2A Sabiduría popular y medicina pueden coincidir en algunos casos. A continuación, aparecen seis extractos de artículos especializados en nutrición. Relaciona cada uno de ellos con las frases con las que tenga más afinidad en cuanto a contenido. ¿Cuáles se usan también en tu cultura?

- A** Finalmente, una de las mayores confirmaciones científicas de la última década en la dieta y la nutrición es la aseveración más profunda de cuánto contribuyen el estilo de vida y los hábitos alimenticios en una gran cantidad de enfermedades crónicas. "Si bien algunas personas pueden ser más vulnerables a comer tarde que otras, los efectos metabólicos que observamos con una sola comida continúan ocurriendo de manera crónica; esto es, comer tarde podría conducir a la presencia de enfermedades como diabetes u obesidad", afirma el experto. **Frase(s):** _____
- B** Aunque sus efectos negativos sobre nuestra salud son numerosísimos y están constatados, un estudio sugiere que el alcohol podría tener un limitado efecto positivo en nuestra memoria. En cambio, dados los numerosos efectos nocivos que el alcohol tiene en nuestro cuerpo y en nuestra mente (daña de manera irreversible nuestras neuronas, afecta a la fertilidad y al sistema inmunológico, deteriora órganos tan importantes como el hígado, el estómago, el páncreas...), si se necesita mejorar la memoria, siempre proponemos elegir alternativas mucho más seguras y beneficiosas para la salud. **Frase(s):** _____
- C** Sin duda, se ha de comer lo más natural que se pueda. De hecho, los alimentos altamente procesados tienden a estar llenos de carbohidratos y sal, por lo que promueven la retención de líquidos. Por el contrario, los alimentos integrales contienen potasio, un mineral que ayuda a restablecer el equilibrio de fluidos en el cuerpo", detalla Ansel. **Frase(s):** _____
- D** La conclusión, en este caso, es que la genética no es una barrera infranqueable, sino todo lo contrario, ya que la práctica deportiva y una alimentación sana son suficientes para que la predisposición a la obesidad que confieren las mutaciones de los genes FTO y MC4R pueda ser anulada. Solo el sedentarismo y una dieta inadecuada hacen que, como sucede en la mayoría de las personas, aumente el Índice de Masa Corporal (IMC), el diámetro de la cintura y, como consecuencia, el sobrepeso y la obesidad. **Frase(s):** _____
- E** Las ciencias médicas durante décadas han ido demostrando que la 'Interacción Social' es un componente altamente importante para la salud y la longevidad, así como para el éxito en el trabajo. En efecto, las personas que se sienten conectadas a otras tienden a presentar niveles menores de ansiedad y depresión. El aislamiento social, por su parte, también está a la par con la presión alta de la sangre, la falta de ejercicio o el fumar como un factor de riesgo para enfermedades y para una muerte temprana. **Frase(s):** _____


- 1 De grandes cenas están las sepulturas llenas.
- 2 Quien tarde cena pronto enferma.
- 3 Comer verdura es cordura.
- 4 Una manzana cada día del médico te ahorraría.
- 5 Tertulia, zapato y buena alimentación para tu corazón.
- 6 Somos lo que comemos.
- 7 Sé templado en el beber, que el vino ni guarda secreto ni cumple palabra.


2B 18 ¿Qué sabes sobre los hábitos alimentarios de Alemania y de Italia? Señala si las siguientes informaciones podrían ser verdaderas (V) o falsas (F). Después, escucha a dos expertos hablando sobre sus costumbres culinarias y corrige los datos falsos.



SOBRE ALEMANIA


- 1 El sabor, la salud y la facilidad de preparación son los principales detonantes a la hora de seleccionar la comida. V F
- 2 Las kilocalorías o el precio de los alimentos están por encima de todos los demás factores a la hora de llenar el carro de la compra. V F
- 3 Tres de cada cuatro alemanes afirma comer carne diariamente. V F
- 4 El ser vegetariano está de moda, pero es una cuestión todavía muy poco extendida entre los jóvenes alemanes. V F
- 5 Más de la mitad de los hombres encuestados afirma comer carne o salchichas todos los días, algo que en las mujeres únicamente se da en algo menos del 20 %. V F





SOBRE ITALIA

- 1 Sus dulces y su amplia variedad de quesos están desembocando en la aparición de graves problemas de obesidad. V F
- 2 Según han apuntado los informantes, el 80 % de los italianos comen pasta todos los días de la semana; ahora bien, nunca supone el plato principal de sus comidas. V F
- 3 El café se saborea, se disfruta siempre; no es la fórmula mágica para despertar cada mañana. V F
- 4 Más de la mitad de los italianos encuestados considera que el acto de comer es un ejercicio incluso que te ayuda a meditar. V F
- 5 Suelen comer almuerzos menudos y cenas más considerables en lo que a su tamaño se refiere. V F



2C Lee el siguiente extracto de un informe sobre la nutrición infantil en México. ¿Qué acciones concretas se podrían llevar a cabo para mejorar las dos situaciones apuntadas? Por parejas, proponed un listado de, al menos, cinco medidas.

ESTADO DE LA NUTRICIÓN INFANTIL EN MÉXICO

Acerca del sobrepeso infantil

México ocupa el primer lugar mundial en obesidad infantil, un problema que está presente no solo en la infancia y la adolescencia, sino también en población en edad preescolar. Según datos de INEGI en 2020, algo más de una quinta parte (22 %) de niñas y niños con menos de 5 años, tenía riesgo de padecer sobrepeso en 2018. De la población de 5 a 11 años, el 18 % tiene sobrepeso y va en incremento conforme aumenta la edad; 21 % de los hombres de 12 a 19 años y 27 % de las mujeres de la misma edad presentan sobrepeso.

Sobre la desnutrición infantil

Datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, ENSANUT, estiman que en México 2,8 % de los niños y niñas menores de 5 años presentan bajo peso, el 13,6 % muestra baja talla y el 1,6 % desnutrición aguda. Unicef también indica que el 59 % de los niños tuvo una diversidad mínima en su dieta y el 18 % no consumió frutas ni verduras. En el caso de la población indígena, más impactada por la pobreza infantil, registra mayores tasas de desnutrición infantil en comparación con el resto de la población.



Fuente: <https://blog.savethechildren.mx/>

SUPLEMENTO Para aprender léxico sobre problemas de nutrición, ve a **Suplemento - ejercicios 3 y 4.**

2D Y en tu región o en tu país, ¿qué hábitos alimentarios son los más habituales? Ten en cuenta estos aspectos.

- Proporción y frecuencia de tipo de alimentos
- Tendencia a una dieta vegetariana / vegana / flexitariana...
- Horarios
- Número de comidas al día
- Modo de alimentarse
- Malos / Buenos hábitos

SUPLEMENTO Para profundizar sobre hábitos alimentarios, ve a **Suplemento - ejercicio 5.**

B ANÁLISIS

3A En un foro sobre salud algunos usuarios han dejado varios comentarios. Elige uno de los siguientes títulos para cada tema. Luego, señala el adjetivo correcto en cada caso.

- Dudas con el etiquetado de los productos
- Consejos para frenar la pérdida de audición
- Consejos para solucionar los problemas con la lactosa
- Crítica al exceso de azúcar

COMENTARIOS



Tema 1:

Hace apenas unas semanas me detectaron lamentablemente una pérdida **(1) reversible / irreversible** de audición en el oído derecho y llevo unas semanas llevando audífono. ¿Lo puedo sustituir por un remedio natural? Es posible que esto, según me han explicado, degenera en sordera en ambos oídos y me gustaría saber si existen consejos, remedios, hábitos o lo que fuere para frenar la pérdida. Si puedo atrasarla todo lo posible, mejor que mejor. Cualquier recomendación siempre es bienvenida, ¡¡muchas gracias!! Por último, ¿se sabe si la genética te hace más **(2) invulnerable / vulnerable** a la sordera? En mi familia no es el primer caso.



Tema 2:

¿Realmente se está buscando que los jóvenes se vuelvan más adictos al azúcar y así favorecer su consumo? No sé qué más tiene que pasar para que nos demos cuenta. Es más que evidente que las repercusiones no se pueden suprimir: el azúcar genera adicción en nosotros y causa efectos en el cerebro, aparte de lo perjudicial que es para todo el organismo. Últimamente he observado que todos los *snacks* de los niños para el recreo, en la escuela en la que trabajo, contenían sustancias **(3) procesadas / naturales**, con una cantidad brutal de azúcar; solo un niño llevaba en su bolsita un yogur **(4) desnatado / entero** para evitar las kcal de la grasa saturada.



Tema 3:

Hace poco cambié de supermercado y la verdad es que no me aclaro mucho con su etiquetado. ¿Es lo mismo fecha de caducidad que fecha de consumo preferente? Tengo en el frigorífico unos productos que ya han vencido la fecha de consumo preferente. ¿Están entonces **(5) frescos / caducados**? ¿Sería recomendable echar sal a un producto adobado? ¿Me quedará demasiado **(6) salado / soso**? A mis hijos les encanta comer todo muy **(7) sabroso / insípido**.



Tema 4:

Al tomar productos lácteos siento habitualmente flatulencias, hinchazón o dolor de estómago. ¿Son indicativos de que puedo ser **(8) intolerante / tolerante** a la lactosa? Estoy desesperado, hace mucho que no me siento realmente bien; estoy totalmente **(9) hinchado / deshinchado** después de tomarme mi vaso de leche matutino. No sé si podría tomar alguna medida antes de la visita al especialista. ¿Cuál es vuestra experiencia?

Antónimos

Los antónimos son aquellas palabras, pertenecientes a la misma categoría gramatical, cuyos significados son opuestos. Para clasificarlos podemos fijarnos en cuestiones formales o de significado.

Si nos centramos en la forma, los antónimos se pueden formar con:

- prefijos de carácter negativo: **a-/an-** (*apolítico, analfabeto*); **anti-** (*antisocial*); **des-** (*descolocada*); **i-, im-, in-** (*irresponsable, imposible, intolerante*).
- palabras distintas de significados opuestos (*grande-pequeño, día-noche o comprar-vender*).

En cambio, si nos centramos en el significado, podemos hacer una triple división:

- **antónimos graduales**: aquellos cuya oposición es de grado y entre los términos extremos hay otros intermedios (*blanco vs. negro, con el gris entre ambos*).
- **excluyentes**: cada uno de ellos es totalmente incompatible con el otro, es decir, se excluyen entre sí (*venir vs. ir*).
- **recíprocos**: la existencia de uno implica necesariamente la del otro (*madre vs. hijo*).

SUPLEMENTO Para practicar los antónimos, ve a **Suplemento - ejercicio 6.**

3B El doctor ha respondido a todos los problemas que se planteaban a en el foro anterior. ¿Qué quiere decir en cada caso la palabra destacada en negrita? Observa sus diferentes significados.

RESPUESTAS



Tema 1

¡En **absoluto!** Debe mantener su prótesis acústica, tal y como le han indicado. Es normal que al principio sienta molestia, pero con el tiempo se acostumbrará a ella y será como no llevar nada. Confíe en lo que le digo.

- a se refiere a algo con lo que nos identificamos totalmente
- b se muestra un desacuerdo completo



Tema 2

Las empresas de alimentación están **conjurando** contra estos consumidores. No queda duda; ahora bien, los adultos han de ser quienes se ocupen de que sus hijos sigan una dieta equilibrada.

- a conspirar contra alguien
- b proteger, evitar un daño o un mal



Tema 3

Prefiero indicar a mis pacientes que **defiendan** su salud siempre: un producto caducado no ha de consumirse. Lo mismo sería aplicable al consumo excesivo de sal. Si un producto tiene ya su adobo (pimentón, sal, orégano y ajo en abundancia), no necesitamos añadir nada más.

- a proteger
- b evitar, obstaculizar



Tema 4

Ha de acudir al especialista cuanto antes para que le realice todas las pruebas pertinentes. Ahora bien, por ahora, no se **enerve** más y calme su preocupación.

- a debilitar, quitar fuerzas
- b poner nervioso

Autoantónimos

Los **autoantónimos** son aquellas palabras que significan una cosa, pero también la contraria y en las que, por tanto, necesitamos del contexto para saber exactamente a qué nos referimos. Por ejemplo, el término "nimio", según el *Diccionario de la lengua española*, presenta estos dos valores opuestos:

1. adj. Dicho generalmente de algo no material: Insignificante, sin importancia.
2. adj. Dicho generalmente de algo no material: Excesivo, exagerado.

La **autoantonomia** no se puede confundir con los casos de **paronimia**. Esta última consiste en que dos o más palabras se asemejan fonéticamente, pero se escriben de forma diferente y tienen significados distintos. Un ejemplo lo tenemos en *docena* ('conjunto de doce unidades') y *decena* ('conjunto de diez unidades').

SUPLEMENTO Para practicar los autoantónimos, ve a **Suplemento - ejercicio 7**.

4A Lee las siguientes frases y escoge la forma correcta. Luego, señala si los elementos destacados en negrita indican persona, lugar, tiempo, modo o cantidad. ¿Conoces otros ejemplos?



- 1 ● ¿Qué tal te encuentras **(1) hoy / ayer?** ¿Ya has empezado a tomarte la medicación?
 - Aún no, estaba viendo si tenía algún tipo de efecto secundario y cómo hay que tomarla. **(2) Aquí / Allí** en el prospecto dice que **(3) estos / aquellos** sobres hay que tomarlos desleídos en algún tipo de líquido, sea zumo o agua, así que **(4) te / me** voy a hacer **(5) un / dos** zumo y a tomarme la primera dosis **(6) ya mismo / mañana** porque la verdad es que **(7) me / te** encuentro incluso peor que hace dos días que fue cuando me subió la fiebre. Sin embargo, a ti **(8) me / te** encuentro fenomenal, **(9) se te / se me** ve realmente mucho mejor.
 - Es verdad. Estoy mucho mejor que hace una semana e, incluso, mucho mejor que **(10) ayer / hoy**.
- 2 ¿Te acuerdas de Jorge, el mejor amigo de **(11) tu / mi** hermano en la época de la universidad? Se casa **(12) dentro de / entre** tres meses y me ha dicho mi hermano que te va a invitar a la boda.
- 3 **(13) Ahora mismo / El mismo día** que yo empezaba las prácticas en el hospital, **(14) mi / tu** hermano me llamó desesperado porque **(15) mi / su** mejor amigo había tenido un accidente en **(16) esa / aquella** maldita curva a la entrada de la ciudad en la que ya ha muerto **(17) poca / tanta** gente, así que estuve **(18) pacientemente / nerviosamente** a **(19) tu / su** lado las primeras críticas veinticuatro horas. **(20) Antes / Después**, una vez recuperado, me contó que **(22) se / le** iba a trabajar a EE. UU. y **(22) ya / todavía** no he vuelto a saber **(23) del / de él**.

Los déicticos

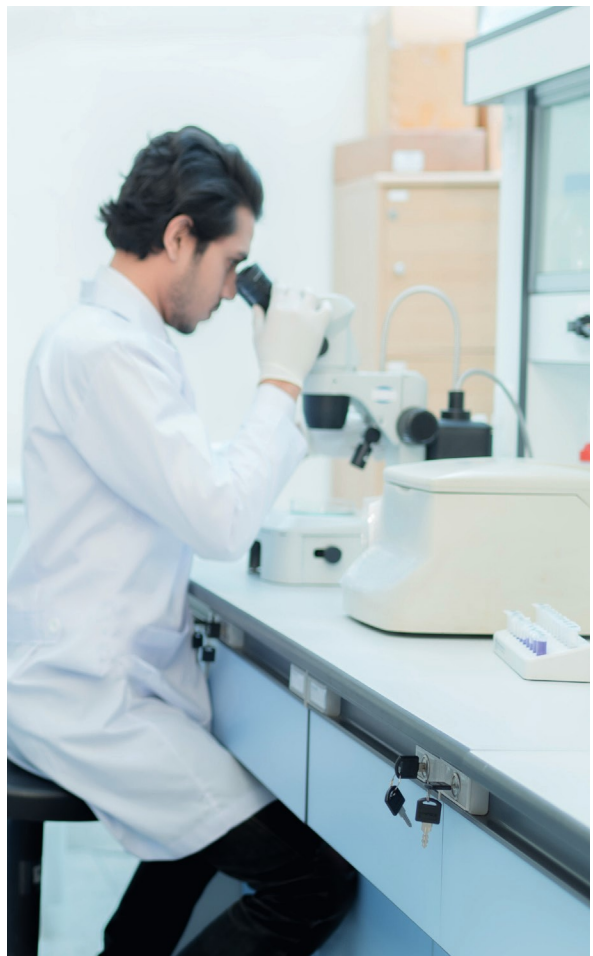
Los déicticos son palabras de diferente naturaleza (pronombres [*me, te*], adverbios [*aquí, allí*], demostrativos [*estas, aquel*], posesivos [*nuestros, sus*], etc.) que sirven para indicar proximidad o distancia, física, temporal, emocional o modal, en relación a lo dicho. Esto hace que su interpretación dependa del contexto, por lo que, sin el mismo, no podemos saber o entender exactamente a qué nos referimos o de qué estamos hablando.

4B ¿Cuál de las siguientes opciones, cambiando el punto de vista referencial respecto a los diálogos anteriores, sería la correcta? Observa si las opciones que no consideras válidas, también son incorrectas gramaticalmente o no.

- 1 El prospecto al que se hace referencia es uno de una medicación tomada en el pasado por una persona diferente al hablante:
 - a Allí en este prospecto decía que el contenido de estos sobres que te ibas a tomar debía ser desleído en un líquido.
 - b Allí en aquel prospecto decía que el contenido de aquellos sobres que te ibas a tomar debía ser desleído en un líquido.
 - c Allí en aquel prospecto decía que el contenido de aquellos sobres que me iba a tomar debía ser desleído en un líquido.
- 2 El mejor amigo de Toni es quien tuvo un accidente:
 - a Julia: ¿Te acuerdas de Jorge, mi mejor amigo en la época de la universidad?
Toni: ¡Claro, recuerdo que yo empezaba mis prácticas justo cuando él tuvo el accidente y tú me llamaste para avisarme y para que estuviera a su lado!
 - b Julia: ¿Te acuerdas de Jorge, tu mejor amigo en la época de la universidad?
Toni: ¡Claro, recuerdo que yo empezaba mis prácticas justo cuando él tuvo el accidente y tú me llamaste para avisarme y para que estuviera a su lado!
 - c Julia: ¿Te acuerdas de Jorge, mi mejor amigo en la época de la universidad?
Toni: ¡Claro, recuerdo que yo empezaba mis prácticas justo cuando él tuvo el accidente y me llamó para avisarme y para que estuviera a su lado!

4C Además, los demostrativos pueden tener otros valores. Mira los siguientes ejemplos y decide qué valor tienen los elementos subrayados en cada caso.

- 1 El tema este del que me hablas me parece muy complicado, pues no es solamente una cuestión médica, también afecta a la ética.
 - a Ubicación próxima en el espacio.
 - b Concreción o identificación.
- 2 Pues este que habla no lo tiene tan claro. Ayer lo veía como tú, hoy tengo mis dudas y mañana, ¿quién sabe?
 - a Concreción o identificación. Actualización del momento referido.
 - b Ubicación próxima en el espacio. Involución del tiempo.
- 3 Tú aprende de nuestra experiencia y aprovecha el tiempo mejor que nosotros.
 - a Generalización de los hablantes.
 - b Concreción de los hablantes.
- 4 ¡Qué chicos estos! Hoy están tan contentos y colaborando entre sí en todas las investigaciones, y al día siguiente no se hablan y se acusan de robarse las ideas para, pasados dos días más, volver a ser los mejores colegas.
 - a Ironía y crítica.
 - b Ubicación próxima en el espacio y en el tiempo.
- 5 Este chico del que todos hablan como futuro investigador jefe del laboratorio por su intuición y rigurosidad científica...
 - a Concreción o identificación.
 - b Ubicación próxima en el espacio.
- 6 ● Vaya laboratorios esos que se han montado al lado de tu casa.
 - Sí, estos científicos modernos...
 - a Concreción o identificación.
 - b Énfasis y justificación.



SUPLEMENTO Para practicar el uso de los deícticos, ve a **Suplemento - ejercicios 8 y 9.**

5A Observa los elementos subrayados en la siguiente conversación y cámbialos por un pronombre o adverbio que dé más fluidez y ligereza al texto.

- Ya sabes, Pedro, cómo de importante es que se cuide la alimentación y que supervisemos (1) nuestra alimentación cada día, no solo el fin de semana o cuando vemos el menú del cole. Supervisar (2) nuestra alimentación debería ser una preocupación, en el buen sentido de la palabra, diaria.
- Está claro, Sofía. Las cifras de sobrepeso y obesidad no paran de crecer y (3) el sobrepeso y la obesidad, especialmente (4) la obesidad, está demostrado que tienen una clara relación con enfermedades como el cáncer. (5) El sobrepeso y la obesidad están destruyendo nuestra salud, pero también minando el gasto público porque hay que tratar a muchos pacientes de afecciones que simplemente se habrían evitado si no padecieran (6) sobrepeso y obesidad.
- Claro, claro, pero, viendo el poco caso que nosotros le hacemos últimamente a la dieta mediterránea, o sea, a la sabiduría popular heredada de nuestras abuelas a la hora de alimentarnos, no me extraña que (7) el sobrepeso y la obesidad vayan camino de convertirse en una verdadera pandemia.
- Y hay otros problemas añadidos, sobre todo con los jóvenes. Las informaciones e imágenes que tienen, especialmente a través de las redes, no hacen más que empeorar (8) la situación de los jóvenes. Y encima con la sobreexposición que tienen (9) a las redes y la obsesión por subir toda su vida, por grabar (10) toda su vida, a veces, (11) los jóvenes mismos son los que están siendo una mala influencia para (12) más jóvenes, sin darse cuenta, además, de que estas imágenes les pueden salir muy caras en el futuro.
- Claro, claro. Y este problema afecta (13) a todos los jóvenes, es generalizado. Fíjate en una cosa, las chicas (y los chicos, que también hay (14) chicos) que sufren anorexia no son (15) jóvenes que tienen menos capacidades o formación, sino los jóvenes más perfeccionistas, (16) los jóvenes más exigentes (17) con los jóvenes mismos, o sea, (18) los jóvenes que pretenden hacer las cosas mejor.



Anáfora y catáfora

El uso de pronombres o adverbios u otros elementos nos sirve para adelantar una información que se desarrollará después (se habla del fenómeno de **catáfora**): **Le dije a Juan que me acompañara** ['Le' adelanta la remisión de 'a Juan'].

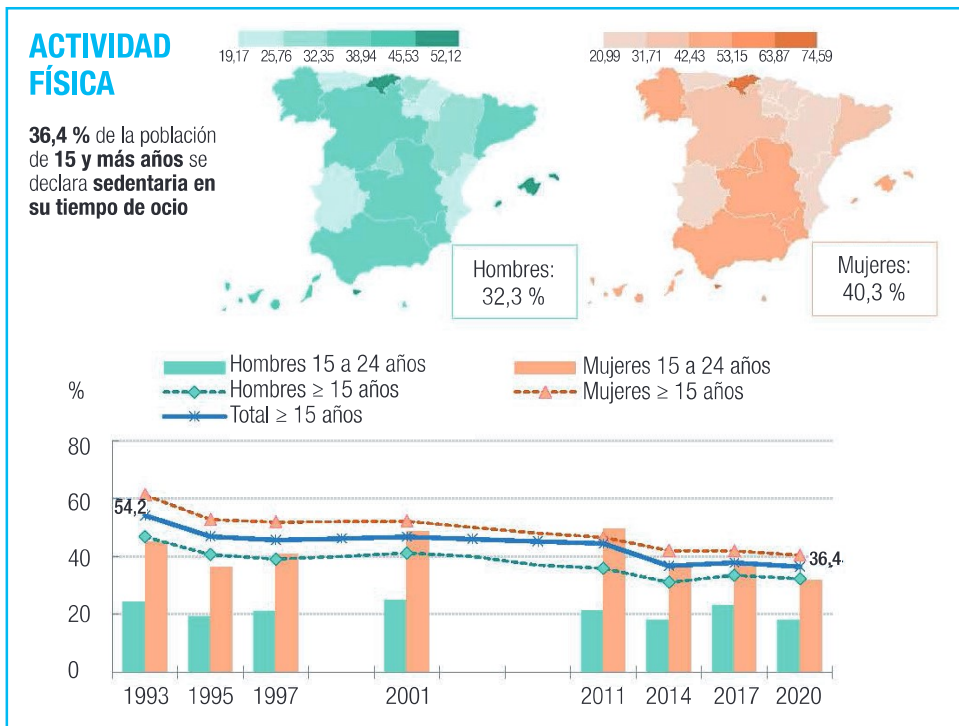
En otros casos, estos elementos remiten a algo ya dicho previamente en el discurso (se habla entonces del fenómeno de **anáfora**): **Mi hermana nunca se cansa de discutir. Ella siempre es la mejor en cualquier debate** ['Ella' remite a 'mi hermana'].

Tanto los casos de catáfora como de anáfora se consideran recursos que también sirven para señalar lingüísticamente y que evitan repeticiones que restarían fluidez al texto.

5B Observa ahora algunas posibles soluciones del ejercicio anterior. Subraya a qué elemento sustituyen las partes destacadas en negrita y di si anticipan una información (catáfora) o remiten a una información ya dicha previamente (anáfora).

- Ya sabes, Pedro, cómo de importante es que se cuide la alimentación y que **la** supervisemos cada día, no solo el fin de semana o cuando vemos el menú del cole. Supervisar**la** debería ser una preocupación, en el buen sentido de la palabra, diaria.
- Está claro, Sofía. Las cifras de sobrepeso y obesidad no paran de crecer y **los mismos**, especialmente **la segunda**, está demostrado que tienen una clara relación con enfermedades como el cáncer. **Los dos** están destruyendo nuestra salud, pero también minando el gasto público porque hay que tratar a muchos pacientes de afecciones que simplemente se habrían evitado si no padecieran **dichos problemas**.
- Claro, claro, pero, viendo el poco caso que nosotros le hacemos últimamente a la dieta mediterránea, o sea, a la sabiduría popular heredada de nuestras abuelas a la hora de alimentarnos, no me extraña que **estas problemáticas** vayan camino de convertirse en una verdadera pandemia.
- Y hay otros problemas añadidos, sobre todo con los jóvenes. Las informaciones e imágenes que tienen, sobre todo a través de las redes, no hacen más que empeorar**les** la situación. Y encima con la sobreexposición que tienen a **las mismas** y la obsesión por subir toda su vida, por grabar**la**, a veces, **ellos mismos** son los que están siendo una mala influencia para **otros**, sin darse cuenta, además, de que estas imágenes les pueden salir muy caras en el futuro.
- Claro, claro. Y este problema les afecta a **todos**, es generalizado. Fíjate en una cosa, las chicas (y los chicos, que también **los** hay) que sufren anorexia no son los que tienen menos capacidades o formación, sino los jóvenes más perfeccionistas, **los** que más exigentes **consigo mismos**, o sea, **quienes** pretenden hacer las cosas mejor.

5C En España también existe una preocupación por la salud de su población. Observa los siguientes gráficos y describe los datos que en él aparecen.



- 1 Aporta información sobre:
 - la actividad por años
 - la actividad por sexo
 - la actividad por edad
- 2 Usa en tu texto:
 - elementos deícticos
 - elementos anafóricos
 - y catafóricos

Fuente: <<https://www.sanidad.gob.es/>>

6 19 Escucha una conversación entre dos pediatras y contesta a las preguntas.

- 1 ¿Quién de los dos médicos tiene una actitud más sosegada: Emilia o Juan? ¿Y quién más sesgada? ¿Cómo lo percibes?
- 2 ¿Cómo explicas la ironía de las siguientes frases?
 - a Mejorando por momentos...: cada vez más niños obesos o, al menos con sobrepeso, cada vez más comida precocinada y menos legumbres o verduras sin procesar...
 - b Necesitamos más medidas, más acciones; en definitiva, un cambio "sutil" de tendencia para ver resultados a corto y medio plazo.
- 3 ¿Qué se enfatiza en estas oraciones: la persona o la acción desarrollada? Subraya el elemento usado para ello.
 - a A ver si voy a ser yo el único que tiene claro que una pizza cuesta el triple que un paquete de lentejas o de garbanzos...
 - b No seré yo la que te quite la razón.
 - c No seré yo quien te lleve la contraria.
 - d Ellos son los que tienen que introducir programas.
- 4 ¿Qué significan las siguientes expresiones? ¿Cómo podrías decir este mensaje de una forma más formal?
 - a No se trata solo de blanco o negro.
 - b Más parezco un endocrino en una clínica de belleza que un pediatra en un centro de salud primaria.
 - c Son sus precios lo que las hace intocables.
 - d No puedo callarme ante esta cantidad de los procesados.
 - e Vale, somos médicos, no superhéroes.
 - f Me pongo malo con estas cuestiones.
 - g Menudos políticos estos que nos han tocado. Ese es nuestro mayor problema.
 - h Pero ser político... es fácil y, como muchas enfermedades, contagioso.

INTERESANTE PARA...

Nuestra comunicación en un contexto coloquial

La lengua de especialidad de la salud se caracteriza por el uso frecuente de tecnicismos; en cambio, los hablantes en situaciones relajadas, prefieren utilizar un lenguaje coloquial y sencillo, que usan para expresar cómo se sienten. Aquí tienes un listado. ¿Puedes añadir otros ejemplos?

- | | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|----------------------------|
| - Estar hecho/a polvo. | - Estar en las últimas. | - No ver tres en un burro. |
| - Estar como una rosa / un roble. | - No estar católico/a. | - No levantar cabeza. |
| - Estar pachucho/a. | - Tener una salud de hierro. | - No pegar ojo. |
| - Ver las estrellas. | - Estar más sordo/a que una tapia. | - Estar en las últimas. |

C PRÁCTICA

Morfología

7A Seguro que has oído hablar de la "risoterapia" como técnica psicoterapéutica. ¿Estás de acuerdo con los beneficios que puede aportar? ¿En qué casos te parece más adecuado su uso? Ahora, infórmate sobre la cuestión lingüística planteada en torno a este término. ¿De qué se habla concretamente en esta entrada del blog?

Risoterapia f.

La *risoterapia* es una técnica terapéutica basada en los efectos benéficos que tiene la risa en el estado psíquico, físico y emocional de una persona. Aunque la risa se ha utilizado siempre y en todas las culturas para relajarse y divertirse, se empezó a extender como un método terapéutico a partir de los años setenta del siglo xx con soldados americanos de la guerra del Vietnam y a partir de los ochenta con la labor de payasos especializados en tratar a personas enfermas.

- 5 Actualmente, se usa a menudo como un tratamiento complementario al convencional (en hospitales de niños, con personas con enfermedades neurodegenerativas, etc.) y también en situaciones críticas en períodos de posguerra o después de una catástrofe natural, e incluso se aplica en la resolución de conflictos dentro de organizaciones y empresas con el fin de crear equipos cohesionados de trabajo más motivados. La risoterapia se popularizó gracias al trabajo del Dr. Hunter Doherty Adams, cuya biografía fue llevada al cine en 1988 por el director Tom Shadyac con la película *Patch Adams*, que protagonizó Robin Williams.
- 10 A pesar de la expansión de este método, la palabra *risoterapia* es un neologismo lexicográfico que se caracteriza por su ausencia en el *DRAE* y en el *VOXUSO*, aunque no en el *Diccionario de Alvar*, en el *Diccionario Clave*, en el *NEOMM* ni en el *DEA* donde sí aparece recogido; ahora bien, con una definición circunscrita exclusivamente al ámbito sanitario: «tratamiento de determinadas enfermedades o dolencias basado en los efectos beneficiosos de la risa» (*Diccionario Clave*). En cambio, también se echa de menos esta palabra en los principales diccionarios de referencia de lenguas como, por ejemplo, el inglés, el francés, el alemán, el catalán o el portugués.

- La palabra está formada a semejanza de otras como *fitoterapia*, *hidroterapia* o *quimioterapia* que son unidades ya recogidas por el *DRAE*. Todas ellas están constituidas por un prefijo culto (*equino-*, *fisio-*, *fito-*, *hidro-*, *quimio-*, *radio-*) y la forma sufijada *-terapia* que proviene de la palabra griega *θεραπεία* que significa 'tratamiento'. Sin embargo, en el caso de *risoterapia*, el elemento compositivo *riso-*, generado a partir de la palabra latina *risus* —de la cual también proviene *risa*, *riso*, *risotada*, *risotear*, *risoteo*— no se encuentra documentado como tal en los diccionarios ni tampoco ha creado palabras compuestas con otros significados, como sí lo hacen *fito-* (*fitosanitario*), *hidro-* (*hidroavión*) o *quimio-* (*quimiorreceptor*). El proceso de formación de *risoterapia* es análogo al que han seguido neologismos como *algoterapia*, *delfinoterapia*, *bailoterapia* e incluso *abrazoterapia*, *arteterapia* o *vinoterapia* en las que el primer segmento compositivo ya es una palabra del español.

- Otras lenguas románicas han utilizado el mismo patrón de formación para denominar a esta técnica psicoterapéutica: *risoteràpia* en catalán, *risothérapie* en francés, *risoterapia* en gallego, italiano y portugués. En cambio, el inglés y el alemán han optado por un compuesto propio (*laughter therapy* y *Lachtherapie*, respectivamente). Además, en español encontramos variantes lingüísticas, aunque con una frecuencia de uso inferior a *risoterapia*: *terapia de la risa* y *yoga de la risa*.

- Por su uso regular y geolocal, y en reconocimiento a la labor que hacen organizaciones como Payasos de Hospital o Payasos sin Fronteras, *risoterapia* debería entrar en el *DRAE* y en el resto de los diccionarios de referencia; es, pues, un neologismo diccionarizable.

Rosa Estopà - Observatori de Neologia. Universitat Pompeu Fabra (España)

Fuente: <<https://blogscv.cervantes.es/>>

7B ¿Qué términos compuestos se citan en la entrada anterior? ¿Conoces otros compuestos? ¿Cómo los escribes? Después, contesta a las preguntas.

- 1 ¿De cuántos elementos se forman los siguientes términos: de dos o de más?

- económico-social	- marcapasos	- electrocardiograma	- ti vivo	- ciempiés
- radiotelevisión	- trabalenguas	- aguanieve	- enhorabuena	- salvapantallas
- hidroavión	- quienquiera	- malhumor	- girasol	- rascacielos

- 2 ¿Qué dos términos de los anteriores admiten otra escritura diferente? Consulta el diccionario.

Los compuestos

Son términos nuevos que se forman por la unión de dos o más unidades léxicas que pueden funcionar, normalmente, de manera independiente en la lengua. A veces, el significado del término compuesto es completamente distinto al de los términos originales (*bocacalle* = parte del cuerpo + elemento urbano); y, otras, es una suma de los significados de los términos originales (*pelirrojo* = pelo + color rojo).

Los compuestos son términos que aparecen en cualquier registro de la lengua, en cualquier ámbito del conocimiento y de la comunicación, y en cuya formación se deben seguir ciertas reglas que incluyen, en algunos casos, más de una posible grafía.

7C Completa las características de los compuestos con el fragmento correcto.

Las palabras compuestas se forman por la unión de diferentes tipos de palabras:

- 1 Normalmente, solo se juntan dos elementos simples para formar una palabra compuesta, aunque, a veces, pueden ser más de dos: *metomentodo* (*métome* (= *me meto*) *en todo*), *electrocardiograma* (*electro cardio grama*). Se pueden combinar de las siguientes formas: _____.
- 2 En español, se pueden escribir de diferentes formas, tienen distintas grafías, a saber, _____.
- 3 Apenas hay variaciones en la forma de cada componente, aunque, a veces, _____.
- 4 Tienen su acentuación específica, o sea, _____.

A no siguen las reglas de acentuación de cada uno de los elementos por separado. De ahí que tengamos: *decimoséptimo* (de *décimo* y *séptimo*). Normalmente, las primeras palabras de la composición pierden la tilde, aunque la tengan cuando funcionan como palabras independientes: *tío*, pero *tiovivo* y no **tiovivo*. Esta regla (pérdida de la tilde en la primera palabra) se cumple siempre, excepto en los casos de palabras acabadas en *-mente*: *rápidamente* o en los que las dos palabras no vayan unidas gráficamente: *físico-químico*.

B el primer elemento puede sufrir algún cambio: *recitilíneo*. Y también tenemos que tener en cuenta que si una palabra acaba en vocal y la siguiente empieza por la misma vocal, hay una tendencia a la simplificación de esa vocal (*portaviones*, mejor que *portaa-viones*), salvo que su reducción implique ambigüedad (no se hace con el prefijo *bio-*, por ejemplo, para evitar confusiones con *bi-*) o que haya una hache (*semihipnotizado*) o que la primera letra de la segunda palabra sea un prefijo (*ultraamoral*).

C en una sola palabra (y la concordancia se marca solo en el segundo elemento), en dos palabras que se unen con un guion o en dos palabras separadas. Se usa guion, sobre todo, en los siguientes contextos: apellidos, topónimos, gentilicios, onomatopeyas y palabras de la misma categoría, o sea, dos sustantivos o dos adjetivos, y también para indicar conceptos nuevos como *calidad-precio*. Incluso, en algunos casos nos encontramos con una posible doble grafía: *guardiacivil* o *guardia civil*. En estos casos es preferible decantarse por una escritura fusionada en un único término.

D dos sustantivos (*bocacalle*), dos adjetivos (*agridulce*), dos verbos (*duermevela*), verbo y sustantivo (*abrelatas*), sustantivo y verbo (*salpicar*), pronombre y verbo (*cualquiera*), sustantivo y adjetivo (*pelirrojo*), adjetivo y sustantivo (*ciempiés*), adverbio y sustantivo (*malnutrición*), adverbio y adjetivo (*bienintencionado*), adverbio y verbo (*dondequiera*) y, finalmente, dos adverbios (*anteayer*).

Otras particularidades de los compuestos

En cuanto a las uniones de elementos de la misma categoría, podemos usar el guion o modificar el primer adjetivo y escribirlo terminado en **-o**: *social-cultural* o *sociocultural*. Ahora bien, si el primer adjetivo termina en **-o**, solo podemos hacer el compuesto con guion: *económico-social*. En estos casos la concordancia se suele hacer con el segundo elemento: *comportamientos sociales impulsivo-irreflexivos*.

En cuanto a la unión de dos sustantivos, podemos poner el guion o la conjunción **y**: *los escritores-periodistas* o *los escritores y periodistas*; *oferta-demanda* u *oferta y demanda*. En estos casos la concordancia se establece en los dos elementos de la composición y la mayúscula también ha de ir en ambos si son nombres propios (ejemplo: *Sánchez-López*). Sin embargo, si la unión es de dos tipos diferentes de palabras, optaremos por la forma fusionada: *socioeconomía*.

SUPLEMENTO Para profundizar en la formación de este tipo de compuestos, ve a **Suplemento - ejercicio 10**.

8A Otra forma de crear nuevas palabras es la derivación. De los siguientes términos, ¿cuáles se han formado por derivación y cuáles, por composición?

Avión: portaaviones, aviación, avioneta, aviador, aviónica.

Boca: bocazas, boquita, bocacalle, bocachanca, boquear, bocanada, bocadillo, boquiabierto.

Campo: acampar, campestre, camposanto, campero, campesino, descampado, campo minado.

Cefalea: acéfalo, macrocefalia, cefalotórax, cefálico, cefalorraquídeo.

Flor: flora, floración, coliflor, desflorar, florecer, floreado.

Laringe: otorrinolaringólogo, laringotomizado.

Mar: marítimo, bajamar, marea, aguamarina, marejadilla, marinero, submarino, maremoto.

Sol: solana, soleado, girasol, parasol.

8B Contesta a las siguientes preguntas.

- ¿Qué comparten entre sí las palabras anteriores de cada serie?
- ¿Para qué es útil conocer los procesos de composición y derivación?
- ¿Cuál es el término del que proceden los siguientes términos?


- otorrinolaringología	- sietemesino
- enrojecer	- enamorado
- malhumorado	- excentricidad
- ¿Puedes aportar otros ejemplos que deriven de los términos anteriores?

SUPLEMENTO Para profundizar en los compuestos y los derivados, ve a Suplemento - ejercicios 11 y 12.

9A Otra forma más de crear palabras es mediante las siglas. En este ejercicio encontrarás algunas de las más populares en la lengua de especialidad de la salud. Relaciona.

- | | |
|---------|---|
| 1 AE | a electrocardiograma |
| 2 AP | b diabetes mellitus tipo 2 |
| 3 CAP | c carga viral |
| 4 ECG | d atención especializada |
| 5 IRC | e dispositivo de apoyo de atención primaria |
| 6 CP | f flujo espiratorio máximo |
| 7 FEM | g atención primaria |
| 8 DMT2 | h insuficiencia renal crónica |
| 9 CV | i cuidados paliativos |
| 10 DAAP | j centro de atención primaria |

9B Completa con las siglas adecuadas. Si no sabes cuáles son las siglas, puedes buscar en internet.



- ___ Equivalente farmacéutico genérico
- ___ Especial control médico
- ___ Tratamiento de larga duración
- ___ Medicamento de diagnóstico hospitalario o de prescripción por determinados especialistas
- ___ Uso hospitalario
- ___ Medicamento tradicional a base de plantas
- ___ Asistencia sanitaria de la Seguridad Social

Fuente: <<https://www.canva.com/es>>

Gramática

10A Relaciona cada pronombre relativo con la información correcta.

- que
 - el / la / los / las que
 - Lo que
 - el cual / la cual / los cuales / las cuales
 - quien(es)
 - cuyo/a/os/as
- a Se utiliza cuando nos referimos a un contexto en el que alguien posee algo. Equivale a *de* + sustantivo.
 - b Siempre hace referencia a una persona y, en la función de sujeto, solo se usa cuando no hay antecedente. En las especificativas siempre va detrás de preposición y en las explicativas puede alternar con *el / la / los / las que*.
 - c Se usa, siempre con el artículo, cuando el antecedente es implícito o con verbos que rigen preposición. (En los casos en los que el antecedente lleve preposición y esta coincida con la preposición del relativo hay que repetirla, no se puede omitir).
 - d Es la partícula más común. Se emplea en todo tipo de oraciones relativas y cumple cualquiera de las posibles funciones (sujeto, objeto directo o indirecto).
 - e Es la partícula para referirse no a un elemento concreto sino a toda una oración o idea previa. O también en las comparativas introduciendo el segundo término de la comparación.
 - f Equivale en muchos casos a *que*, pero se emplea en contextos más formales.

Pronombres relativos

Son pronombres que se utilizan para referirse a un elemento anterior de la frase (llamado *antecedente*) con objeto de evitar la repetición de dicho elemento. Pueden aparecer también sin elemento anterior explícito al que hacer referencia. En este caso, se habla de **antecedente implícito**: *el que lo tenga claro que lo explique*; *quienes / los que se alimentan mejor, viven mejor*.

Las oraciones relativas pueden ser de dos tipos: **especificativas** y **explicativas**. Las primeras son necesarias para identificar al antecedente; las segundas van entre comas con información, por tanto, adicional y prescindible. Pueden ir con indicativo o con subjuntivo, dependiendo de cómo sea el antecedente: en indicativo si se conoce la identidad del antecedente (*Tengo un niño que es muy travieso*); en subjuntivo, cuando el antecedente es inconcreto e indeterminado (*Me gustaría comprar un piso que tuviera vistas al mar*).

10B Selecciona el término correcto. Puede haber más de uno.

- 1 El libro **del cual / del que / que** me hablaste es fascinante por la historia, pero su terminología médica hace que la lectura, a veces, avance muy lentamente, **cuyo / lo cual / en el que** puede ser un poco desesperante.
- 2 La niña **que / de quien / cuyos** padres son cirujanos se vuelve loca con las historias de marcianos.
- 3 Dicen que **el cual / quien / los que** bien te quiere te hará llorar.
- 4 Los hombres **por los que / por que / por cuyos** perdió su fortuna eran estafadores profesionales. Así empieza la novela **cuya / que / la que** estoy escribiendo ahora.
- 5 **Los que / El que / Quien** quieran participar en el taller de alimentación sana tienen que firmar aquí para reservar plaza.
- 6 El río **por quien / por el que / por donde** llegaron hasta aquel lugar recóndito no aparecía en ninguno de los mapas **lo que / que / quien** llevaban.

11A ¿Te has planteado alguna vez la relación entre la medicina y la literatura? ¿Por qué la medicina se interesa por la literatura? ¿O por qué la literatura lo hace por la medicina? Coméntalo con tus compañeros.

11B Lee el siguiente extracto de un artículo al respecto y complétalo con la forma del relativo correcto. Puede haber más de una respuesta válida.

El valor de la literatura en la formación de los estudiantes de medicina

Siempre que hablo del interés de la literatura y, en general, de las humanidades para la educación de los estudiantes de medicina, se plantea en los contertulios la duda de si realmente sirven para algo. (...). No siempre es fácil convencer-

- 5 los, pero a menudo empleo el nada original argumento de alguna obra literaria. Hay un magnífico artículo sobre *El amor en los tiempos del cólera* de Gabriel García Márquez, (1) **que / el cual** da respuesta a las preguntas planteadas unas líneas antes: las novelas permiten conocer hechos y situaciones (2) _____ difícilmente se encuentran en los libros de texto tradicionales de medicina. Por ejemplo, la obra citada ofrece un espléndido fresco sobre el envejecimiento, las limitaciones físicas (3) _____ conlleva y la manera de sobrellevarlas. Estos conocimientos son, en mi opinión, de notable importancia para la mayoría de los estudiantes (4) _____ en sus años universitarios apenas pueden imaginar (5) _____ puede suponer la vejez para muchos de sus futuros pacientes. Conocerlos puede evitarles espantosos errores (a ellos) e indescritibles sufrimientos (a sus pacientes) innecesarios.

- ¿Por qué medicina y literatura? se preguntaban también en el primer número de *Literature and Medicine* hace ya veinte años. En el tiempo transcurrido desde entonces se han dado muchas respuestas, aunque (6) _____ han tenido más aceptación son las llamadas explicaciones estéticas y éticas. Las primeras defienden que enseñar a los estudiantes a leer, en el sentido más amplio, ayuda a formarlos médicamente. Las segundas señalan que la única función de la literatura en las facultades de Medicina sería enseñar reflexión (7) _____ ética. En mi opinión, el asunto es más fácil de comprender si huimos de análisis académicos y abordamos los estudios y la práctica de la medicina como una intensa experiencia vital. La literatura, como la medicina, tiene la condición humana, con todas sus características de singularidad y de misterio, como uno de sus objetivos principales. Por esta razón, el estudio de la ficción, la poesía o las obras dramáticas pueden permitir a los estudiantes acceder a las experiencias de los



- pacientes, de la familia y aun del propio médico. Asimismo, les pone en contacto con las consecuencias de la enfermedad, las incapacidades derivadas de esta, la atención a los enfermos y a los moribundos, y la inevitabilidad del envejecimiento y de la muerte.
- La relación entre literatura y los médicos tiene una larga tradición que solo comentaré brevemente. Es tradicional citar a Antón Pávlovich Chéjov (1860-1904), (7) _____ simultaneó ambos oficios durante toda su vida y (8) _____ llegó a afirmar que la medicina era su esposa y la literatura su amante. Por supuesto, Chéjov no era una excepción y en la nómina de médicos-escritores (o escritores médicos) también reconocemos a François Rabelais (circa 1494-1553), Arthur Conan Doyle (1859-1930), William Somerset Maugham (1874-1965) o William Carlos Williams (1883-1963), entre muchos otros. Entre los nuestros, podemos recordar a Diego de Torres Villaroel (1693-1770), Andrés Bello (1781-1865), José Rizal (1861-1896), Gregorio Marañón (1887-1960) o Pedro Laín Entralgo (1908-2001). En un ensayo reciente, Navarro ha analizado las múltiples razones (9) _____ han convertido a los médicos en escritores en todas las épocas y países. Entre todas (10) _____ esgrime para justificar esta frecuente relación, (11) _____ más me convence, es el argumento de que el contacto diario de los médicos con los seres humanos les incita a la escritura.

Texto adaptado de <<https://scielo.isciii.es/>>

11C ¿Sabes qué son las figuras literarias? Lee la información de la derecha y relaciona cada frase extraída del texto anterior con una de las figuras literarias facilitadas.

- 1 Llegó a afirmar que la medicina era su esposa y la literatura su amante.
- 2 Abordamos los estudios y la práctica de la medicina como una intensa experiencia vital.
- 3 Espantosos errores (a ellos) e indescriptibles sufrimientos (a sus pacientes) innecesarios.
- 4 La obra citada ofrece un espléndido fresco sobre el envejecimiento.
- 5 La literatura, como la medicina, tiene la condición humana, con todas sus características de singularidad y de misterio, como uno de sus objetivos principales.
- 6 Abordamos los estudios y la práctica de la medicina como una intensa experiencia vital.
- 7 El contacto diario de los médicos con los seres humanos les incita a la escritura.
- 8 El nada original argumento de alguna obra literaria.

FIGURAS LITERARIAS

Hipérbaton: figura literaria que viene dada por la alteración del orden natural de los elementos de un enunciado.

Hipérbole: figura literaria cuya característica es la exageración.

Metáfora: figura literaria la cual se basa en la identificación de un elemento real con otro figurado.

Personificación: figura literaria en la que se atribuye una propiedad humana a elementos inanimados.

Símil: figura literaria donde encontramos la comparación entre dos elementos.

Las figuras literarias

Son un recurso recurrente en la literatura. Precisamente, por estar presentes en la literatura, tienen una función estética, es decir, potencian la belleza del lenguaje.

SUPLEMENTO Para practicar la escritura creativa, ve a **Suplemento - ejercicio 13.**

Puntuación y ortografía

12A Cinco hablantes han planteado sus dudas sobre el uso de la diéresis. ¿Podrías dar respuesta a sus consultas?

piragüa / piragua 1

Acabo de ver en un rótulo de televisión la palabra 'piragua' sin diéresis. ¿Esto es correcto?

participio de argüir 2

Me gustaría saber si el participio del verbo *argüir* mantiene la diéresis o no cuando lo conjugamos. Estoy confundida. ¿Me podrían poner un ejemplo?

tercera persona de degollar 3

¿Cómo es la tercera persona del singular del presente del verbo *degollar*? Lo veo tanto con diéresis como sin ella. Imagino, por su pronunciación, que es con diéresis.

averigüe / averigue 4

He leído en prensa la palabra 'averigüe', con diéresis en la *u*, pero nunca antes la había escrito así. Imagino que he estado confundido todo este tiempo.

prefijo con diéresis 5

¿El uso de un prefijo afecta a las reglas de empleo de la diéresis? ¿Es correcto escribir *sinvergüenza* de la misma forma que *vergüenza*, ambas con diéresis?

12B ¿Cómo se leen las siguientes palabras? ¿Cuándo es correcta ortográficamente la diéresis?

- | | | | | |
|----------------|-------------|--------------|------------|----------------|
| - nicaragüense | - exangüe | - merengue | - persigue | - manguera |
| - guateque | - águila | - ambigüedad | - averigüe | - sinvergüenza |
| - agüero | - halagüeno | - mengüe | - bilingüe | - pingüino |

12C Lee en voz alta los siguientes enunciados y decide cuál es su grafía correcta.

- 1 El **güion / guion** de la película es muy bueno
- 2 **Quisiera / Qüisiera** unas manzanas ecológicas.
- 3 ¡Qué **pingüino / pinguino** tan mono!
- 4 En España se cocinan muchos **guisos / güisos**.
- 5 La **cigüeña / cigueña** ya ha venido, estamos en febrero.
- 6 Me encanta estudiar **lingüística / lingüística**.
- 7 La **guerra / güerra** no es un buen fin.
- 8 Me encanta el **queso / qüeso**.
- 9 Los judíos vivían en el **gueto / güeto**.
- 10 En el s. XXI es necesario ser **bilingüe / bilingue**.

13 ¿Sabes qué diferencia hay entre la barra, la raya y el guion? Relaciona los ejemplos de la derecha con la explicación correspondiente.



barra



raya




guion

- 1 120 km/h
- 2 Todos los estudiantes –universitarios– han de realizar su prescripción.
- 3 Querido/a oyente
- 4 –Si puedes, espérame –añadió con una sonrisa.
- 5 Es chileno-argentina, aunque parece nórdica.
- 6 ¿Qué es poesía? / Poesía eres tú.
- 7 El prefijo *pre-* va delante del término al que acompaña.
- 8 Vive en la c/ Leganitos
- 9 04/02/2011
- 10 /kasa/
- 11 Lectura del texto (páginas 20-30).
- 12 Estas son tus tareas:
 - Recoger la habitación.
 - Terminar los deberes.
 - Llamar a tus abuelos.

- a El guion se usa para unir los dos términos de un compuesto.
- b El guion marca intervalo de una cantidad.
- c La raya introduce las palabras de un personaje.
- d La barra expresa alternativas.
- e La barra reemplaza a la preposición (en este caso *por*).
- f La barra separa los versos en los textos poéticos que se reproducen en línea seguida.
- g La barra se usa para la transcripción fonética.
- h La barra sustituye al punto de la abreviatura.
- i La barra separa los días, los meses y el año en la expresión de la fecha.
- j El guion se escribe para indicar la posición de un afixo: *-illo, pre-, -ec-*.
- k La raya encierra una aclaración o un inciso.
- l La raya introduce cada uno de los elementos de una enumeración que se escriben en líneas independientes.

D PRODUCCIÓN

14A  ¿Conoces la organización Médicos Sin Fronteras (MSF)? Visualiza este vídeo para informarte y contesta después a las preguntas.



VÍDEO

Médicos Sin Fronteras México | Médicos Sin Fronteras en 9 minutos.

Disponible en canal de YouTube "SGEL ELE Español para extranjeros", lista "Español C2"

- 1 ¿Cuál es su principal acción?
- 2 ¿Qué objetivos tienen?
- 3 ¿A qué problemas se enfrentan?
- 4 ¿Quiénes son?
- 5 ¿Qué principios siguen?

14B Investiga sobre una acción concreta que esté realizando en estos momentos la organización en un país y preséntala mediante un vídeo a tus compañeros.

- **Para ello, extrae información sobre estos aspectos:**
 - Localización geográfica de los MSF
 - Principales problemas de la zona donde se hallan
 - Actividades que están desarrollando
 - Población a la que están ayudando
- **Después, prepara tu discurso teniendo en cuenta:**
 - Destinatario (tus compañeros de clase)
 - Finalidad (reivindicación de la misión de MSF)
 - Extensión (5-7 minutos)
- **Por último, grábate y muestra el resultado a tus compañeros.**