

Pauta de comprensión de lectura:

Médicos valorizan silencio como herramienta para tener buena salud

I Antes de la lectura:

1. Cierre los ojos un momento y ponga atención en todos los sonidos que pueda escuchar. Ahora elabore una lista de esos sonidos. Señale los que usted considera que son los más agradables y explique por qué lo son.

El objetivo de esta pregunta es llamar la atención acerca del mundo sonoro que nos rodea, como una manera de introducir la lectura del texto.

II. Después de la lectura

Conteste las siguientes preguntas:

1. El párrafo 5 tiene por subtítulo “Para mitigar”. Relea este párrafo y el número 6, y conteste: ¿qué significado tiene este subtítulo a partir de lo expuesto? Explíquelo con sus propias palabras.

En los párrafos cinco y seis se indica que es especialmente dañino para las personas que el ruido que lo afecta en sus hogares. Considerando esto, se espera que los estudiantes infieran el significado de “mitigar” y el sentido que tiene dentro de la lectura, o sea, que es importante disminuir los ruidos que nos rodean, a los que muchas veces nos hemos acostumbrado.

2. A continuación, se presentan algunos lugares que se nombran en el texto. Escriba los ruidos a los que nos vemos enfrentados según el texto, y las consecuencias de ello:

| ¿Qué lugar? | ¿Qué ruidos? | ¿Qué consecuencias? |
|-------------|---|---|
| Autopistas | Bocinazos, frenazos, alamas, gritos de conductores enojados. | Provoca pérdida auditiva y se relaciona con la baja en la concentración para la persona que maneja y para aquellos que viven cerca de las autopistas. |
| Trabajo | Ruido constante (algunos trabajos) | Estrés |
| Hogar | Alamas, los ladridos constantes de los perros, vecinos ruidosos, música muy fuerte, sirenas, bocinas, frenazos. | Impiden la concentración en el estudio, impiden el relajo necesario para dormir. |

3. ¿Qué consecuencias tendría para los enfermos si en las clínicas u hospitales no se mantuviera un ambiente silencioso?

El alumno debería inferirlo del párrafo tres del texto. Los enfermos demorarían muchísimo en recuperarse o quizás no lo lograrían, porque para ello el cuerpo necesita tranquilidad y reposo.

4. Al final del texto, se muestra que diariamente estamos expuestos a ruidos que están en o sobre el límite máximo permisible por la norma. Imagine que en su colegio se hará una campaña para tomar conciencia de la importancia del silencio. Reúnase con compañero de banco, y propongan cinco medidas para promover y llevar a cabo durante esa semana.

Es relevante que el texto del estudiante demuestre una reflexión sobre lo leído. Se espera que incluya actividades o propuestas que insten a la reflexión y sobre la toma de conciencia de este problema, como:

1. Mostrar la ley de tránsito y promover el buen uso de la bocina (solo para casos de emergencia)
2. No poner la música o el televisor a volumen alto.
3. Aprender a conversar con nuestros amigos sin gritar.
4. Respetar a otros manteniendo un volumen adecuado de voz (sin gritar) y utilizar aparatos (como radios) a un volumen prudente al realizar actividades al aire libre
5. Instar tanto a empresarios como a trabajadores a trabajar con audífonos (para evitar este impacto), en aquellos espacios donde haya mucho ruido.
6. Promover en los alumnos del colegio la conciencia de que algunos cambios en los autos para (supuestamente) aumentar su potencia y velocidad, como cambiar los de tubos de escape que traen de fábrica por otros diseñados para autos de competición (los llamados autos enchulados) y que provocan un aumento del ruido en calles, incluso en horas de clase.
7. Proponer espacios “libres de ruido” en el colegio” o “momentos de silencio”.
8. Pedir a organismo de seguridad (como ACHAP) que vaya al colegio a explicar a todos los niños los daños que provocan los ruidos molestos y constantes.
9. Promover un colegio libre de timbre. Buscan maneras alternativas para entrar o salir de clases, como señales.