

La vida con sabor a fruta



¿Qué aprenderé?

A leer infografías para mencionar el propósito del texto, usar la información en otras situaciones y expresar mi opinión.

¿Cómo aprenderé?

Relacionaré mis saberes con el contenido del texto, comprobaré mis predicciones, subrayaré conceptos clave, analizaré la intención de los recursos que el autor emplea, decidiré su propósito comunicativo y usaré la información en otras situaciones.

Paso 1: Prepararse para leer

- 1 Leo la siguiente noticia.

Apenas el 11 % de peruanos consume la cantidad adecuada de frutas

Apenas el 11 % de peruanos mayores de 15 años consume frutas en la cantidad recomendada por los nutricionistas, es decir, cinco porciones al día, comunicó el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI).

Al dar a conocer la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (Endes) 2018, el INEI señaló que las mujeres que consumen las cinco porciones al día representan el 12,1 %, mientras los hombres el 10 %. La encuesta también reportó diferencias de consumo de frutas entre los residentes del área urbana (12,5 %) y el área rural (5,1 %).

Adaptado de Redacción. (22 de mayo de 2019). Apenas el 11 % de peruanos consume la cantidad adecuada de frutas y verduras. Andina. Recuperado de <https://bit.ly/37w0Lbu>



¡Hola!
Hoy recorrerás palabras que te llevarán a conocer los beneficios de las frutas.

¿Te has dado cuenta de que la lectura es como el deporte? Así como antes de entrar a la cancha se debe calentar el cuerpo; antes de leer, debes prepararte activando tus saberes previos. Para ello, responde estas preguntas.

- 2 Reflexiono a partir de lo leído y respondo las siguientes preguntas en mi cuaderno.

- a. ¿Qué problema refleja la noticia respecto al consumo de frutas?
- b. ¿Por qué creo que hay una diferencia de consumo entre la zona urbana y rural?
- c. ¿Qué frutas se cultivan en mi comunidad? ¿Con qué frecuencia las consumo?
- d. ¿Por qué razones creo que se deben consumir?



Paso 2: Leer el texto activamente

- 1 Realizo mis predicciones. A partir de la imagen del texto, ¿qué información creo que me dará la infografía que leeré?

- 2 Realizo una primera lectura de la siguiente infografía, relaciono el contenido con mis saberes previos y compruebo mis predicciones.

¿tal fruta!

Camu camu

! La "superfruta"

- 16 veces más vitamina C que la naranja y 60 veces más que el limón

Beneficios:

- Mantiene la buena visión.
- Refuerza el sistema inmune, es antiviral y antigripal.
- Previene el cáncer y las enfermedades del corazón.
- Ayuda a mantener la claridad de la mente durante el estrés.
- Repara las paredes arteriales y evita la acumulación de colesterol.

Tómalo en jugo o batido con yogur.

Para mayor información, llama gratis a INFOSALUD: ☎ 0800-10-828

PERU Ministerio de Salud

PERU PROGRESO PARA TODOS

Adaptado de https://pbs.twimg.com/media/B_LWTjXEAERnPA.png

- 3 Realizo una segunda lectura y subrayo los conceptos clave. Para ello, tengo en cuenta lo que me explica el personaje guía.

En primer lugar, un **concepto** es la representación de algo. Por ejemplo, en la oración "La manzana limpia el hígado" se observan dos conceptos: **manzana** e **hígado**. Ambos generan en la mente una imagen. Pero las palabras "se" y "la" no lo hacen. Asimismo, los **conceptos clave** son los que tienen más importancia en el texto, pues ayudan a la explicación del tema.

Tipo de texto

La **infografía** es un tipo de texto que combina las palabras con imágenes (color, foto, símbolo, dibujo). Se caracteriza por ofrecer información resumida que no está organizada de manera lineal, como los párrafos, sino que se ordena en bloques.

Estrategia de lectura

En la **infografía** es necesario que leas las palabras relacionándolas con las imágenes. Ambas completan el sentido del texto.

A-Z

Glosario

Sistema inmune: es la defensa del organismo humano.

Antiviral: que combate los virus.

Estrés: momento de alteración o tensión.

Colesterol: es un tipo de grasa que en exceso obstruye el paso de la sangre.

