



**Universidad Nacional Autónoma de México**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ACATLÁN**

Periodismo Científico en Alimentación en la Sociedad de la  
Información y el Conocimiento

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN  
COMUNICACIÓN

Presenta

Flor Eréndira Damas Valdez

Asesora: Dra. Patricia Mónica García Jiménez

Febrero 2018

Santa Cruz Acatlán, Naucalpan, Estado de México



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **Agradecimientos.**

A la **Dra. Mónica Patricia García Jiménez**, por todas sus enseñanzas, no sólo como docente si no también como amiga y ser humano. Por acompañarme durante este proceso que se alargó más de lo deseado pero que finalmente dio frutos gracias a su apoyo y sabiduría. Me llevo para toda la vida su sonrisa y buena energía.

A la **Universidad Nacional Autónoma de México** y a la **Facultad de Estudios Superiores Acatlán**, por ser un espacio tan diverso que logró expandir mis pensamientos, cambió mi forma de ver la vida y el mundo, me inculcó mayor amor por mi país y finalmente me enseñó que para poder ser un humano realizado, es necesario ser siempre solidario y establecer como objetivo de vida aquello que te ayude a instaurar un cambio positivo hacia tu prójimo, así como con el planeta.

A **Eréndira Valdez Macias**, por despertarme todos los días a las 7am durante cuatro años y medio con el propósito de que llegara temprano a mis clases y por creer que soy una mujer fuerte, independiente y capaz de alcanzar mis objetivos (aunque yo no me sienta así siempre).

A **Rogelio Guadalupe Damas Vázquez**, por financiar mi carrera, mi vida y mi desarrollo. Por levantarse conmigo durante los mismos cuatro años y medio y llevarme al metro para que no me fuera sola a deshoras de la mañana, por pagar mi curso de ingreso a la universidad, simplemente, por “alcahuetearme” siempre.

A **Lic. Jorge Pérez Gómez**, por ser un profesor que siempre me motivó a expandir mi visión en el aprendizaje e innovar día a día. A todos mis sinodales de titulación por sus consejos y tiempo: **Mtro. Fernando Martínez (Ferny)**, **Dra. Martha Alicia Márquez** y **Lic. Alejandro Cárdenas**.

A **Andrea, Flor y Nelly**, (aparición por orden ortográfico) quiénes son lo más parecido a un hermano y que en algún momento de este proceso, de alguna u otra manera me apoyaron con un consejo, ayuda o conocimiento.

A mis amigos y compañeros de la universidad, porque juntos pudimos superar ensayos, desvelos, exámenes, trabajos en equipo, transporte público, comida y demás experiencias que sólo un estudiante de la FES puede vivir y explicar: **Issis, las Karys (Martínez y Tentle), Viviana, Paulette, Pepe, Luis (Dr. Muro) y a toda la pre especialidad de Investigación y Docencia.**

A **todos los individuos**, que en algún momento me dieron consejos o me preguntaron sobre este trabajo de investigación.

A la **vida** por permitirme estudiar una licenciatura y de este modo obtener las herramientas para salir adelante en un mundo en el que cada vez es más fácil ir en retroceso.

“Sabemos lo que somos, pero aún no sabemos lo que podemos llegar a ser”  
**William Shakespeare**

# Índice

Introducción.....	8
Capítulo 1. Sociedad de la Información y el Conocimiento, Periodismo Científico y Análisis del Discurso .....	11
1.1 Sociedad del Conocimiento: definición .....	12
1.1.2 La Importancia de Internet.....	16
1.1.3 Economía Global del Conocimiento .....	22
1.1.4 Democracia y Sociedad del Conocimiento .....	23
1.1.5 Impacto negativo de la Sociedad de la Información y del Conocimiento: La Brecha. .....	24
1.2 Periodismo Científico.....	28
1.2.1 Las Fuentes.....	31
1.2.2 Procedimiento Recomendado para redactar una noticia científica: .....	35
1.2.3 Géneros dentro del Periodismo Científico .....	36
1.2.3.1 Reportaje.....	36
1.2.3.2 La Entrevista.....	37
1.2.3.3 La Crónica .....	37
1.2.3.4 Periodismo Digital .....	38
1.2.4 Ética en el Periodismo Científico.....	38
1.2.5 Medios Informativos Seleccionados .....	41
1.3.1 Excélsior.....	42
1.3.2 Clarín .....	44
1.3.3 El País.....	46
1.3.4 The New York Times.....	47
1.3.5 British Broadcasting Company (BBC).....	48
1.4 El Discurso.....	51
1.4.1 Teun van Dijk.....	51
1.4.2 Daniel Prieto Castillo .....	56
1.5 La Imagen .....	58
Capítulo 2. Alimentación:.....	66
Hábitos, Biotecnología y Alimentos Transgénicos .....	66
2.1 Hábitos de Alimentación.....	67
2.1.1 Obesidad y Sobrepeso .....	80

2.1.1.1 Políticas establecidas por el gobierno federal en el sexenio 2012-2018 para contrarrestar el sobrepeso y obesidad .....	82
2.2 Biotecnología y Alimentos Transgénicos .....	85
Capítulo 3. Metodología.....	91
3.1 Investigación Cualitativa vs Investigación Cuantitativa .....	92
3.2 Selección de contenidos para realizar análisis .....	93
3.4. Análisis del Discurso .....	95
3.3.1 Instrumento de Registro:.....	99
3.4 Análisis de la Imagen .....	100
3.4.1 Tabla de Registro .....	102
3.4.2 Claves de Análisis de Imágenes.....	103
Capítulo 4. Análisis, Interpretación y Conclusiones .....	110
4.1 Análisis e Interpretación de publicaciones (véase anexo 15) .....	111
4.1.1 Titular .....	111
4.1.1.1 Pregunta.....	111
4.1.1.2 Universalización.....	112
4.1.1.3 Inferencia Inmediata.....	113
4.1.2 Entrada.....	113
4.1.3 Género Periodístico .....	116
4.1.3.2 Reportajes cortos o de acontecimiento.....	119
4.1.3.3 Reportajes de Profundidad .....	121
4.1.4 Tema/Macroestructura .....	122
4.1.5 Tipos de Fuentes .....	125
4.1.6 Análisis de Estructuras Básicas .....	128
4.1.7 Análisis Estilístico .....	131
4.1.7.1 La Pregunta .....	132
4.1.7.2 Amplificación.....	132
4.1.7.3 Universalización.....	133
4.1.7.4 La Vía del Ejemplo .....	133
4.1.7.4 Las Figuras.....	134
4.1.8 Análisis Ideológico .....	135
4.1.8.1 El País.....	135
4.1.8.2 Excélsior .....	136
4.1.8.3 <i>Clarín</i> .....	137
4.1.8.4 The New York Times.....	138

4.1.8.5 <i>BBC</i> .....	139
4.2 Análisis e Interpretación de imágenes (véase anexo 16) .....	139
4.2.1 Manipulación de la Expresión .....	139
4.2.1.1 Alteraciones del Soporte Material.....	139
4.2.2 Manipulación del Contenido.....	141
4.2.2.1 Distorsiones Semánticas .....	141
4.3 Conclusiones .....	143
Referencias .....	146
Libros.....	146
Internet .....	146
Revistas Especializadas .....	150
Contenidos Analizados .....	151
Imágenes .....	153
Documentales .....	153
Anexos .....	154
Anexo 16.....	203
Anexo 17 .....	245





## Introducción

En un mundo ideal el periodismo científico busca enseñar, informar y sensibilizar (Calvo,1984) a la sociedad sobre distintas situaciones, así como avances científicos y tecnológicos; ya sea en física, medio ambiente o temas de salud humana. Es por esto que el periodista debe de tener la habilidad de valorizar, analizar y comprender el verdadero trasfondo de los adelantos en ciencia y tecnología, así como sus consecuencias y beneficios en la vida diaria.

Un factor de interés periodístico es la actualidad, por lo que es muy importante mencionar siempre la situación socio contextual en la que está surgiendo la información. Es decir, dependiendo de ésta, cambian las plataformas de comunicación, además de las agendas e intereses políticos.

En el encuentro “Estrategia de Lisboa 2000” el Consejo Europeo estableció, como objetivo principal, llegar a ser una Sociedad del Conocimiento por completo para el año 2020. Una Sociedad del Conocimiento es aquella en la que las fuerzas productivas, están ligadas al desarrollo de nuevo conocimiento, siendo éste la materia prima de comercio, como en la primera etapa de la Revolución Industrial lo llegó a ser el carbón.

Si se toma en cuenta esta situación contextual es evidente que el desarrollo científico y tecnológico del siglo XXI, es parte esencial del desarrollo económico y del bienestar social. Por lo tanto, el periodista y no exclusivamente el periodista científico debería prestar gran interés a los desarrollos científicos y tecnológicos para informar con veracidad y así encaminar a la sociedad rumbo a una Sociedad del Conocimiento.

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (2005), argumenta que la educación ya no depende exclusivamente de las escuelas, debido a que gracias a la Sociedad de la Información y el Conocimiento se puede acceder a los conocimientos con más facilidad. La pregunta es ¿a través de qué medios o canales/se puede acceder a estos conocimientos? Aquel medio es la internet.

Fernández (20016:1) define a la internet como “una red mundial descentralizada que une redes que a su vez conectan computadores u ordenadores”. Esta red ha ido creciendo a

pasos agigantados, principalmente en países desarrollados, aunque también en los países en desarrollo ha tomado gran relevancia. Es gracias a internet que la información se vuelve más accesible para las personas.

Ante esta agenda y las ganancias e intereses económicos obtenidos por compartir el conocimiento a través de la internet, los medios de comunicación se han ido colocando poco a poco en este nuevo canal. Sin embargo, muchas de las veces la información que presentan parece no tener los elementos de validación suficientes que le den veracidad y confiabilidad.

La UNESCO (2015) resalta que el problema deviene cuando a consecuencia de la brecha educativa que existe entre los países desarrollados y los que se encuentran en desarrollo, el lector no tiene la capacidad de ejercer pensamiento crítico respecto a los datos recibidos. Sólo bastaría ubicar algún tema de relevancia científica actual para ubicar un ejemplo de dicha situación.

Por otro lado, Maslow (1943) ubica la alimentación como una necesidad fisiológica base, dentro de su pirámide de necesidades humanas, por lo cual es importante ubicar que avances tecnológicos hay en torno a ésta y sobre todo analizar de qué forma impacta en la salud pues a partir de esto se genera un estado de homeostasis en la vida humana, o en su defecto, enfermedades lo que desencadena en estudios médicos y avances científicos.

Es por eso que, esta investigación se propuso analizar publicaciones periodísticas en portales web para determinar si el periodismo en alimentación cumple con los mínimos requerimientos del periodismo científico. La investigación da inicio bajo la hipótesis de que las publicaciones sobre alimentación en los portales noticiosos nacionales e internacionales no contienen suficientes referencias que los hagan verídicos y confiables por lo que resultan peligrosos para la población. Para comprobar o contradecir esta idea, el trabajo se divide en cuatro capítulos.

El primer capítulo, Sociedad de la Información y el Conocimiento, Periodismo Científico y Análisis del Discurso, retrata el marco teórico de la Sociedad de la Información y el Conocimiento, el periodismo científico, así como los fundamentos básicos del análisis del discurso. Se narra el desarrollo de la Sociedad de la Información y el Conocimiento, desde

su surgimiento, el proceso de digitalización y la problematización de la brecha educativa y económica, así como la descripción de la Ley de Ciencia y Tecnología, la cual insta a la divulgación de la ciencia. Posteriormente se describen las primeras etapas del periodismo científico, así como sus principales componentes, con la finalidad de poder conocer las referencias que le dan sostenibilidad al periodismo.

Para comprobar la hipótesis es necesario conocer el discurso contenido en las publicaciones alimentarias, para concretar este objetivo la investigación se realizó bajo los fundamentos teóricos de Van Dijk y Daniel Prieto Castillo, los cuales se detallan en este mismo capítulo. Además, de que también se plantean los conceptos principales del análisis de la imagen, estudiados por Vilches y Dondis, con el objetivo de analizar las imágenes que acompañan los textos periodísticos, y de este modo conocer si tienen alguna funcionalidad ligada al discurso.

El segundo capítulo inicia con una descripción sobre los hábitos alimentarios desde la aparición del hombre hasta la actualidad, la connotación cultural de éstos, el desarrollo de la industria alimentaria y los problemas que esta ha ocasionado, por ejemplo: enfermedades y desarrollo de alimentos transgénicos.

La metodología se encuentra en el capítulo número tres, en el cual se explica la construcción de los instrumentos de análisis, así como los objetivos de estos. En el cuarto se muestra el análisis, interpretación y conclusiones obtenidos tras la aplicación de las técnicas de análisis tanto a los discursos periodísticos como a sus imágenes, a los portales de internet de *El País*, *Excélsior*, *Clarín*, *The New York Times*, y *British Broadcasting Company*.

## **Capítulo 1. Sociedad de la Información y el Conocimiento, Periodismo Científico y Análisis del Discurso**

**“Mira profundamente en la naturaleza y entonces comprenderás todo mejor.” Albert Einstein.**

## 1.1 Sociedad del Conocimiento: definición

Lo que el día de hoy es llamado Sociedad de la Información y del Conocimiento es una etapa natural del desarrollo del Capitalismo, actualmente en el auge Neoliberal, que finalmente, es reconocida como una tercera revolución industrial, debido a que la materia prima que se pone en práctica es precisamente el conocimiento, o en una etapa más temprana la información.

Crovi (2004) apoyada del planteamiento de Nora y Minc (1980); Tremblay y Lacroix (1995); Negroponete (1955); Miedege (1998) y Castells (2000) establece que el nacimiento de la sociedad de la Información y del Conocimiento data de mediados de los años 70 del siglo XX. Porque es el tiempo que coincide con los comienzos del neoliberalismo y en el que algunas innovaciones tecnológicas empezaron a tener un efecto evidente en la sociedad.

Peter Drucker acuña el término de Sociedad del Conocimiento. Para este autor la nueva forma de trabajar está relacionada con el manejo de la información, este cambio es paradigmático, lo que le permite hablar del paso de una sociedad industrial a una sociedad del conocimiento. “Lo que llamamos revolución de la información es de hecho una revolución del conocimiento (...) es la reorganización del trabajo tradicional basado en siglos de experiencia, mediante la aplicación del conocimiento y en especial del análisis sistemático y lógico.” (Crovi, 2004: 41)

Hasta este momento y antes de continuar con la discusión del tema, es necesario aclarar, qué es lo que se entiende por Información y por Conocimiento, para comprender por qué se le nombra de este modo a dicha etapa del desarrollo histórico

Para Tubella el conocimiento es definido como:

“El proceso humano y dinámico que consiste en justificar una creencia personal hacia la certeza. El conocimiento está relacionado con la acción humana. La generación de conocimiento es dinámica porque crea interacciones entre individuos, grupos, organizaciones y sociedades.” (Tubella, 2005:49).

Por otro lado, retomando la perspectiva teórica de Piaget, para Crovi el conocimiento:

“Se origina en un proceso de organización de las interacciones entre un sujeto y los objetos como parte de la realidad, de cuya coordinación surgen las estructuras lógicas”. (Crovi, 2004:46).

Tubella define información de la siguiente manera:

“El flujo de mensajes a partir del cual se genera el conocimiento. Proporciona un nuevo punto de vista para interpretar acontecimientos u objetos, es un medio o un material necesario para obtener y construir el conocimiento”. (Tubella, 2005:49).

Mientras que Crovi la define como:

“El contenido de un mensaje dado a conocer a una persona, o aun público destinatario, con independencia de que para significar lo mismo pueda sustituirse físicamente un mensaje por otro, siempre que el contenido no cambie.” (Crovi, 2004:44).

Siguiendo la línea de ambos autores, se puede concluir que la información, son datos sobre diferentes temas y referentes que se conocen y que están disponibles para su consulta. A diferencia, el conocimiento es el análisis, apropiación y aplicación de esa información para que sea útil en los diferentes escenarios de la vida de los individuos.

La Sociedad de la Información y el Conocimiento, está formada por las Tecnologías de la Información y la Comunicación: TIC. Estas tecnologías basan su funcionamiento en el proceso de digitalización. Digitalización es la representación codificada de una señal mediante dígitos binarios (0 y 1). Un digitalizador es un dispositivo que convierte información de naturaleza determinada no digital en información digital manejable por un ordenador. Las tecnologías que hacen posible el proceso de elementos físicos en digitales se agrupan bajo el nombre en común de tecnologías de la información y la comunicación. (Tubella, 2005).

Gracias las innovaciones que se han dado a partir de las TIC, se puede ver que se está ante un conjunto de interacciones tecnológicas que han establecido las bases de un cambio sustancial en las relaciones económicas y sociales del mundo moderno, hasta el punto de desarrollar una tercera revolución industrial. (Tubella, 2005).

La Comisión de las Comunidades Europeas define las TIC de la siguiente manera:

“Tecnologías de la información y de la comunicación es un término que se utiliza actualmente para hacer referencia a una amplia gama de servicios, aplicaciones y tecnologías, que utilizan diversos tipos de equipos (hardware) y de programas informáticos (software), y que muy a menudo se transmiten a través de redes de telecomunicaciones (netware). La importancia de las TIC no es la tecnología en sí, sino el hecho de que ésta permite el acceso al conocimiento, la información y la comunicación”. (Tubella, 2005:2)

Gordon Bell y James N. Gray proponen la siguiente clasificación del uso de las TIC: (Tubella, 2005:2)

- “a) Ordenadores con todos sus componentes: hardware (procesadores y memorias de diversos tipos) y software (programas, diseños de sistemas de información, documentación)
- b) Interfaces: hardware y/o software que conecta los ordenadores con las personas que los utilizan o con otros sistemas físicos (enlaces con cadenas de producción robotizadas, terminales bancarias de autoservicio)”
- c) Redes de comunicaciones: permiten que los ordenadores se comuniquen entre sí, a la vez que la gente usuaria se comunica a través de ellos.”

Crovi (2004) define en palabras más sintéticas al Hardware como la parte dura, mientras que al software como la parte blanda o lógica.

Una red de comunicaciones es un conjunto de mecanismos que permiten la comunicación, la cual se entiende como un intercambio de información entre los que utilizan dicha red. Internet es la gran red, es un conjunto de muchas redes diferentes interconectadas entre sí. Estas redes forman globalmente una red mundial accesible desde cualquier terminal informático conectado. Internet constituye el elemento clave que sintetiza la potencia de las TIC en la sociedad actual.

Gandarilla sitúa a la Sociedad de la Información y el Conocimiento como una etapa de desarrollo superior al capitalismo y recurre el discurso hegemónico como justificación del

desenvolvimiento de la Sociedad de la Información y el Conocimiento. Este autor retoma a Marx y Gramsci al definir a la hegemonía como la “capacidad de las coaliciones formadas por empresas y sus estados de determinar las tendencias generales de reproducción de la sociedad capitalista en escala mundial”. (Gandarilla, 2004: 226)

Para poder alcanzar este estado pleno del desarrollo hegemónico se debe recurrir a las nuevas tecnologías en los niveles económico, geopolítico, cultural y militar. Sólo las empresas, estados o individuos que posean capacidad de acción en todas las dimensiones de la hegemonía pueden considerarse como líderes hegemónicos.

Los elementos que son estratégicos en la construcción de la hegemonía, de acuerdo con Garandilla (2004) se limita a las siguientes seis áreas de la dimensión económica:

- 1) El núcleo tecnológico.
- 2) Minerales esenciales.
- 3) Fuentes de energía (petróleo y electricidad).
- 4) Química básica.
- 5) Alimentos básicos (cereales, carne, leche) (desarrollo actual de la industria alimentaria).
- 6) Reservas de fuerza de trabajo.

Como se puede observar aparece en el primer grado de la jerarquización el núcleo tecnológico, el cual se basa principalmente en las siguientes actividades propuestas por Garandilla (2004):

- 1) La fabricación de semiconductores (microprocesadores y circuitos de memoria).
- 2) Desarrollo de los programas informáticos (sistemas operativos y de comunicación).
- 3) La fabricación de computadoras (supercomputadoras y personales).
- 4) La biotecnología y la ingeniería genética (clonación y origen de la vida).
- 5) Las tecnologías de producción (máquinas de herramientas de control numérico, robots, tecnologías de producción asistidas por computadora).
- 6) Telecomunicaciones digitales (infraestructuras de fibra óptica, telefonía local e internacional, Internet).



Finalmente, Gandarilla comenta que “estas actividades constituyen el eje de la producción capitalista en torno a la computadora se ha desarrollado todo un nuevo sistema de producción que ha difundido e intensificado las relaciones de producción propias del capitalismo” (2004:231-231). Para el autor, el capitalismo se ha apoderado de todas actividades económicas y sociales que imperan en el mundo, a partir de la computadora. Gracias a estos medios, se profundiza la tendencia de crear un autómata global y de este modo la nueva organización de la producción está basada en el paradigma de la información barata.

### **1.1.2 La Importancia de Internet**

Desde el origen de la Sociedad de la Información y del Conocimiento, las diferentes tecnologías han ido evolucionando y han crecido a velocidad acelerada. Una que destaca considerablemente es la telefonía móvil, la cual ascendió rápidamente desde el año 2000. Este suceso, además del claro desarrollo de la computadora personal, permitió que la gente tuviera acceso más fácilmente a la red de redes, internet. Gandarilla (2004) asume que los factores que fueron importantes para este acontecimiento es la densidad de la población y la capacidad de compra.

La Internet es “una red mundial descentralizada que une redes que a su vez conectan computadores u ordenadores” (Fernández, 2016:1). Hay que remitirse a su origen para comprender la evolución de la internet durante el paso del tiempo y de este modo entender cómo en el presente es un medio de comunicación que impacta en el desarrollo de las sociedades, en varios aspectos, como en el de la salud, que es el que encamina a la nutrición.

La Advanced Research Projects Agency (ARPA), en español, Agencia de Proyectos de Investigación Avanzada, creó durante la época de la Guerra Fría, un proyecto militar llamado Arpanet. El objetivo principal era transmitir información por medios diferentes a los existentes, de modo que no se ocasionara un colapso en caso de que el enemigo atacara. Ya existían redes parciales de computadoras, pero no se podían interconectar debido a que cada una tenía su propio lenguaje. (Fernández, 2016).

Si bien el uso comercial de internet se origina hasta 1989 cuando el inglés, Tim Berners Lee, de la mano con Robert Caillou logran crear la World Wide Web (WWW), en el ahora condecorado Centro Europeo de Investigación Nuclear (CERN). La creación de la Personal Computer (PC) de IBM y de la Macintosh de Apple, fueron claves en la masificación de la red. (Fernández, 2016).

Según Fernández “Internet se anuda a las ideas de interactividad, conectividad e instantaneidad. Estar conectado te permite estar en el mundo en cualquier parte de él a través del hipervínculo que genera el hipertexto” (Fernández, 2016:9). Actualmente vivimos en la Sociedad de la Información, en la que se comercia, exactamente con eso: con la información. Por lo que es muy importante tener esta conexión instantánea. Navegar en internet permite todo esto, sobre el tema que se deseé, claro que se cae en el peligro de que la información no sea del todo verídica o comprobable.

Internet es un medio de comunicación que actualmente se encuentra en plenitud y además sigue creciendo. Redes sociales como *Facebook*, *Twitter*, *Instragram*, *Pinterest*, se han ido fortaleciendo día con día. Tal es el punto de desarrollo que ha alcanzado, que los principales medios de comunicación masiva difícilmente pueden mantenerse fuera de éstas. Además, de que los usuarios se han ido multiplicando, con el paso del tiempo.

En 2016, de acuerdo con la página web *Internet Live Stats*, 40% de la población mundial tiene acceso a internet, mientras que en 1995 apenas alcanzaba el 1%. Se tiene registro de que en el planeta viven 7,432,663,275 millones de personas y de estas 3,424,971,237 millones acceden a la red. El número de usuarios sigue creciendo año con año. Asia es el continente que cuenta con más internautas, siendo China el país líder, le sigue América, Europa, África, Oceanía. (Internet Live Stats, 2016).

# Internet Users by Region

As of July 1, 2013:

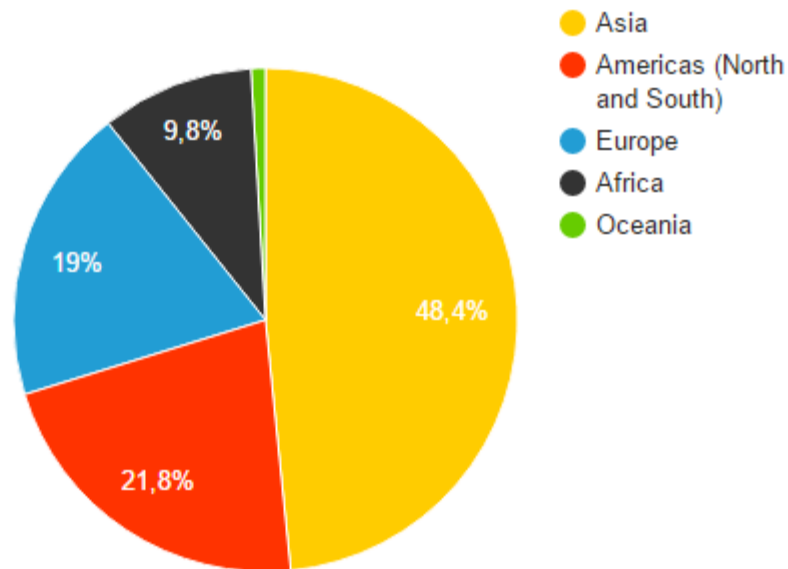


Figura 1. Internet Live Stats. "Internet users in the world" (2016)

La Asociación Mexicana de Internet, reportó en mayo de 2015, que a finales del 2014 la población conectada a Internet en México alcanzó el 51% de penetración sobre el universo de personas potencialmente usuarias (mayores de 6 años). Esto traducido a cifras más representativas, quiere decir que, en el país hay 53.9 millones de usuarios, tan sólo un poco menos de la mitad de la población total del territorio, que de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía, son 119 millones 530 mil 753 habitantes.

La importancia no recae tan sólo en la cantidad de usuarios, si no en el tiempo que estos dedican a internet, la misma asociación estima que los usuarios se conectan en promedio, seis horas y once minutos diariamente. No es por eso sorprenderte, que internet sea un campo de cultivo para el periodismo. De ahí que los grandes medios y periódicos tanto

nacionales como extranjeros tales como, El Universal, Excelsior, CNN, BBC, etc. tengan el interés de posicionarse en internet.

El interés de los medios sobre su posicionamiento recae en lo monetario, en la publicidad y en las ventas. Por ejemplo, el periódico *Reforma*, al cual no se puede acceder a menos que se pague una suscripción. Dado el crecimiento de las redes y la evidente disminución de los diarios impresos, los medios en internet tienen mayores responsabilidades que éstos, debido a que tienen que mantenerse a la vanguardia y vender a los lectores la información que parezca ser la más preciada.

Ante la transición del periodismo de papel a la versión digital, se cae en muchos dilemas éticos, como la presentación de la información, el sensacionalismo de los encabezados, y la falta de fuentes verídicas que respalden la información que se está publicando. El área científica resulta una presa fácil de esta problemática, por ejemplo, habitualmente se publican artículos o notas que indican o tratan de guiar a los lectores sobre cómo llevar una alimentación sana, o dietas para bajar de peso, la cuestión es si realmente esa información es confiable o si al menos pasa por los criterios de rigor del periodismo científico.

Al crecer el número de usuarios en la red, se incrementan la cantidad de consultas realizadas en este medio, entre las cuales destacan temas o dudas que la población puede generar a diario, en las que el área de la salud y de alimentación tiene una fuerte presencia. “Según un informe del Pew Research Center sobre los usos en la población estadounidense, en el año 2005 se consolida la búsqueda de información sobre problemas concretos de salud en relación con el año anterior y se amplía a otros temas como dietas, ejercicio y prescripciones médicas, seguros de salud y hospitales médicos concretos, entre otras” (Blanco y Esteve, 2009: 49).

Reuters, Health o Europa Press Salud, son agencias de noticias que ofrecen información especializada, pero con el crecimiento de la red, la competencia se incrementa y aparecen nuevos problemas relacionados con la credibilidad. Existen estudios que revelan que los usuarios no se basan en la credibilidad de la fuente para evaluar la información que leen en internet (Blanco y Esteve, 2009). Es decir, la población fácilmente confía en la información que lee en internet, sin detenerse a razonar si es una fuente confiable o especializada, por ejemplo, revistas científicas o las agencias.

Hesse (2005) realizó un estudio en Estados Unidos a 6369 personas, con las siguientes características: 18 a 65 años, hispanos, blancos, afroamericanos, con nivel académico inferior a preparatoria hasta posgrados, y percepciones salariales menores a 25 mil dólares y mayores o iguales a 50 mil dólares anuales. Su estudio reveló que el internet es la primera fuente en ser consultada en temas de salud, incluso antes que la visita a un médico. (Hesse, 2005).

**Table 1. Adults Who “Ever Went Online” and Who Were Engaged in Health-Related Activities on the Internet During the Previous 12 Months\***

Characteristic	Those Who Looked for Health or Medical Information Online						
	Generally	For Self	For Someone Else	Bought Medicines or Vitamins	Communicated With Physician or Physician's Office	Participated in Online Support Group	Other
Age, y							
18-34	64.4 (61.2-67.6)	52.0 (50.1-55.6)	44.3 (40.9-47.8)	5.5 (4.1-6.9)	6.4 (4.7-8.0)	4.1 (2.7-5.5)	6.8 (5.1-8.6)
35-64	64.4 (61.2-67.6)	50.7 (47.8-53.5)	48.4 (45.8-51.0)	11.3 (9.6-13.0)	7.7 (6.4-8.9)	4.0 (2.8-5.2)	8.4 (7.5-9.4)
≥65	48.2 (42.2-54.3)	36.9 (31.3-42.6)	31.3 (25.5-37.0)	11.6 (6.8-16.4)	5.2 (2.5-8.0)	2.8 (0.6-5.0)	3.5 (1.1-5.9)
Sex							
Female	69.8 (67.3-72.3)	58.1 (55.4-60.9)	52.2 (49.6-54.7)	8.2 (7.1-9.2)	6.4 (5.4-7.4)	5.3 (3.8-6.8)	8.8 (7.6-10.0)
Male	57.5 (54.1-60.9)	43.0 (40.0-46.1)	39.4 (35.9-42.9)	10.0 (8.3-11.8)	7.6 (6.0-9.3)	2.6 (1.5-3.6)	6.2 (5.0-7.4)
Race/ethnicity							
White	65.2 (62.9-67.5)	52.0 (49.8-54.2)	48.1 (45.9-50.3)	9.8 (8.4-11.3)	7.3 (6.2-8.4)	4.0 (2.7-5.2)	8.0 (7.2-8.9)
Black	60.5 (53.9-67.0)	47.5 (41.2-53.9)	36.3 (29.1-43.6)	5.2 (2.6-7.8)	6.1 (3.3-9.0)	4.8 (2.5-7.1)	5.5 (3.0-7.9)
Other (multiple)	69.4 (61.3-77.4)	54.1 (44.4-63.9)	50.5 (41.6-59.4)	11.6 (6.7-16.5)	7.2 (2.8-11.6)	5.8 (1.8-9.9)	9.6 (4.8-14.3)
Hispanic	56.5 (49.1-63.8)	42.8 (35.6-50.0)	40.0 (33.1-46.9)	6.6 (3.8-9.4)	6.4 (3.0-9.8)	2.1 (0.4-3.8)	4.8 (1.6-8.0)
Education							
College graduate	73.3 (70.7-75.9)	58.5 (55.4-61.5)	56.1 (53.4-58.8)	11.1 (9.5-12.7)	10.3 (8.6-12.0)	3.3 (2.3-4.4)	9.8 (8.3-11.3)
Some college	65.5 (61.8-69.3)	52.1 (48.9-55.2)	46.8 (43.2-50.3)	9.7 (7.8-11.7)	7.3 (5.6-9.0)	5.0 (2.8-7.3)	8.2 (6.4-9.9)
High school graduate	53.7 (50.0-57.4)	42.8 (39.2-46.3)	37.9 (35.0-40.8)	8.1 (5.4-10.8)	3.5 (2.4-4.7)	3.5 (2.1-4.8)	5.5 (3.7-7.3)
<High school	51.2 (41.1-61.2)	37.9 (29.4-46.4)	28.3 (17.8-38.8)	2.4 (0.0-5.0)	3.2 (0.1-6.2)	4.2 (0.0-8.6)	2.8 (0.2-5.4)
Annual income level, \$							
≥50 000	71.0 (68.1-73.8)	55.0 (52.2-57.8)	52.4 (49.7-55.1)	11.5 (9.6-13.5)	8.1 (6.8-9.4)	3.1 (2.0-4.1)	8.4 (7.2-9.7)
25 000-49 999	59.4 (55.5-63.2)	48.6 (44.3-52.9)	41.9 (38.5-45.3)	7.9 (6.3-9.5)	5.9 (4.2-7.5)	4.7 (2.6-6.8)	7.2 (5.2-9.1)
<25 000	56.6 (51.1-62.1)	45.5 (39.7-51.2)	39.5 (34.5-44.5)	5.6 (3.4-7.7)	7.9 (5.0-10.8)	6.2 (3.3-9.2)	6.9 (4.1-9.7)
Overall	63.7 (61.7-65.8)	50.7 (48.8-52.6)	45.8 (43.8-47.9)	9.1 (8.0-10.2)	7.0 (6.0-8.0)	3.9 (2.9-5.0)	4.7 (4.2-5.2)

Figura 2. “The Impact of the Internet and Its Implications for Health Care Providers: Findings from the First Health Information National Trends Survey”. Hesse, 2005.

Actualmente, no existe un código oficial que regule las publicaciones sobre salud en internet. Sin embargo, ha habido algunos intentos por tratar de normar estos contenidos, aunque su implementación no es obligatoria. En Europa está el proyecto E-Europe, mientras que, en Estados Unidos, se han desarrollado las siguientes iniciativas: American

Medical Association, Health Summit Working Group y el eHealth Code of Ethics. (Blanco y Esteve, 2009).

En el proyecto E-Europe, tratan de regular la red, debido a que es el control de una “Sociedad de la Información para todos”. Respecto a salud en línea estipulan lo siguiente: “En este terreno, el recurso a las redes y a técnicas inteligentes para la vigilancia de la salud, el acceso a la información y a la atención sanitaria podría mejorar verdaderamente la eficacia de los servicios de salud para todos los ciudadanos. Antes de que finalice 2003, todos los ciudadanos europeos han de tener la posibilidad de utilizar una tarjeta inteligente sanitaria que permita el acceso seguro y confidencial a la información en red que les afecte” (Eur-Lex, 2000).

La American Medical Association estableció un lineamiento que deben seguir todas sus publicaciones que circulen en la web, sin embargo, este código quedó abierto para que otras asociaciones o medios la usen, en resumen, se divide en cuatro principios: I Principios para el contenido, II Principios para el anuncio y Patrocinio, III Principios para la privacidad y confidencialidad, IV Principios para el comercio electrónico. (Winker, 2001).

El segundo código de evaluación de origen estadounidense es el Health Summit Working Group y está a cargo del Departamento de Salud y Servicios Humanos de dicho país. El criterio es muy semejante al de la American Medical Association y consiste en las evaluaciones de los siguientes aspectos: credibilidad, contenido, el propósito del sitio web, hipervínculos, diseño, interactividad y claridad sobre si el objetivo del sitio es dedicarse a ventas de productos o solamente proporcionar información a los usuarios. (Agency for Healthcare Research and Quality, 1999).

Finalmente, está el eHealth Code of Ethics que está regulado por la Biblioteca Nacional de Medicina del Instituto Nacional de Salud de Estados Unidos. Esta institución asegura que todo aquel individuo que consulte la red, con el objetivo de obtener información sobre salud tiene derecho a datos veraces, por lo que su propuesta consta de:

1. Revelar información que afecte el entendimiento del usuario sobre la información proporcionada o los productos y servicios ofrecidos.
2. Ser confiables y no engañosos.
3. Proveer información sobre salud que sea precisa, fácil de

entender y actualizada, además de, ofrecer información que permita crear sus propios juicios a los usuarios sobre productos, servicios y contenido del sitio web. 4 y 5. Respetar los derechos de los usuarios sobre la privacidad de datos y la información que proporcionan. 6. Respetar obligaciones éticas entre pacientes y médicos, además de educar a los primeros sobre las limitaciones de las consultas realizadas por internet. 7. Asegurarse de que las organizaciones y sitios con los que están afiliados sean confiables. 8. Proveer la oportunidad a los usuarios de aportar retroalimentación a los sitios web. (Rippen y Risk, 2010)

Como se puede observar, estas iniciativas de regulación de los contenidos en internet sobre temas de salud no especifican hacia qué tipo de publicaciones van encaminados, son muy generales. Se entiende que van dirigidos hacia portales web que se encargan de proporcionar respuestas sobre dudas de los usuarios, dar consejos, informar sobre enfermedades, pero entonces sigue quedando la pregunta al aire: ¿Cómo se podrán clasificar las publicaciones sobre alimentación y nutrición que aparecen en los principales portales de medios de informativos en internet, como periódicos? ¿Cumplen con algún código? ¿Es confiable la información que proporcionan?

### **1.1.3 Economía Global del Conocimiento**

Más allá del desarrollo tecnológico implementado en las TIC, el punto primordial es el impacto de éstas en las actividades tradicionales del ser humano y la operativa de todos los sectores económicos.

La Economía del Conocimiento es la forma que adopta el actual desarrollo del sistema capitalista mundial. “El desarrollo económico (o desarrollo capitalista) es el resultado del funcionamiento de una ley general, la maximización de beneficios, que da lugar al crecimiento económico.” (Tubella, 2005:32) El mismo autor, define al capitalismo como un sistema económico que es el resultado de la maximización de beneficios, bajo las leyes del mercado imperante.

La naturaleza del capitalismo es la expansión. Cuando se supera el mercado nacional, como consecuencia de este crecimiento económico se llega a un nuevo nivel, dentro de

este mismo sistema que es el proceso de mundialización. Posterior a este proceso, aparece la globalización económica y que se basa en la capacidad de producir, distribuir, cambiar y consumir a escala mundial en tiempo real. (Tubella, 2005).

Tubella asegura que:

“La nueva economía, basa su funcionamiento en la incorporación del conocimiento en la actividad productiva y en las capacidades de trabajo en línea, tiene una importante relación de causa-efecto con la mundialización económica y con las tecnologías digitales. Sin la mundialización económica no entenderíamos la nueva economía como la entendemos hoy, y sin la revolución digital, la globalización no sería posible.” (2005:33-34)

#### **1.1.4 Democracia y Sociedad del Conocimiento**

Siguiendo la línea de Tubella (2005) se puede comprender su preocupación, referente a si la influencia de las TIC en el espacio político y gubernamental, será suficiente para modificar el actual sistema de toma de decisiones políticas, en la que participan de modo lineal ciudadanos-parlamento-gobierno-burocracia-ciudadanos.

Para responder a esta pregunta, Tubella (2005) recurre a las diferentes aportaciones teóricas que se han desarrollado para analizar el impacto que han generado las TIC en la política de los países democráticos occidentales:

“a) Corriente Optimista:

- 1) Las TIC posibilitan la existencia de un “estado de naturaleza virtual” donde los agentes individuales organizan la acción colectiva en función de los intereses compartidos bajo formas igualitarias. Se produce una asimetría cualitativa entre los grandes y los pequeños actores políticos que provoca una transferencia del poder político de las grandes organizaciones a favor de una multitud de individuos dispersos pero conectados entre ellos.
- 2) Posibilitan la erosión de las organizaciones y de las instituciones representativas tradicionales y del poder del estado, al mismo tiempo que destruye el monopolio de los medios de comunicación. Favorece la participación realmente interesada de los ciudadanos en la esfera política.



3) Se centra en los efectos de Internet en el comportamiento político de los individuos y sus posibles consecuencias a nivel colectivo.”

“b) Perspectiva Populista:

Las TIC tienen un enorme potencial transformador porque facilitan la interacción entre los ciudadanos y la comunicación vertical entre los ciudadanos y los gobiernos.”

“c) Perspectiva Comunitaria:

Las TIC promoverán una comunidad política que presupone la existencia de un bien social más allá de la agregación de los intereses individuales.”

1) Los ciudadanos están orientados hacia su comunidad política más que hacia sus intereses particulares.”

“2) La participación política de los individuos que forman la comunidad política es un requisito indispensable para la estabilidad de las instituciones democráticas.”

“3) La participación política se considera una demanda social real.” (Tubella,2005:71-73).

### **1.1.5 Impacto negativo de la Sociedad de la Información y del Conocimiento: La Brecha.**

De este modo, podría apreciarse que el objetivo de la Sociedad del Conocimiento y de la Información, es precisamente divulgar el conocimiento en forma de información digerible, para que llegue a grandes sectores de la esfera pública y en consecuencia los habitantes de dicha sociedad puedan alcanzar un estado de democracia plena. Pero como suele suceder en el capitalismo, a pesar, de que en un estado muy puro busca innovar para beneficio de la sociedad, la misma naturaleza del sistema hace que este desarrollo no sea equitativo.

Jefferson (2010), retomando a Habermas, explica que la esfera pública es como aquel espacio que constituye la vida social de un ciudadano. Puede comportarse como parte de un cuerpo público y discutir de temas de interés general. Es el espacio en que el hombre comparte e intercambia ideas y propuestas, en un principio debería entender como la base estructural de la democracia, sin embargo, no es del todo así.

El primer aspecto negativo que se vislumbra en esta etapa capitalista es la brecha digital entre los países desarrollados y en desarrollo. Como se explicó anteriormente, el crecimiento de usuarios de Internet va incrementando rápidamente, sin embargo, no fue así desde el principio, lo que generó una brecha cognitiva.

Así es como Crovi clasifica tres tipos de Sociedad de la Información y el Conocimiento y con base en estas plantea la siguiente problemática.

- “1. Simbólica o discursiva: la prometida por el discurso hegemónico como llave para alcanzar el desarrollo.
2. Real: caracterizada por desigualdades y diferencias en el acceso y aprovechamiento de redes, sólo un sector pequeño de la convergencia se ha apoderado.
- 3.Exclusión: permanecen intactas las prácticas sociales y culturales de la sociedad industrial e incluso preindustrial.” (Crovi, 2004: 37-38)

La brecha cognitiva se divide en:

- a) Tecnológica, se refiere a la infraestructura material disponible y a su actualización.
- b) Conocimiento, son las habilidades y saberes que deben poseer los individuos para el uso adecuado de las TIC.
- c) Información, es posible distinguir dos sectores sociales, uno sobre informado con acceso a diferentes medios y generaciones de tecnología y el desinformado con acceso limitado a las innovaciones tecnológicas.
- d) Participación, los recursos aportados por las innovaciones tecnológicas deben emplearse en un contexto democrático que permita tanto a las naciones como a los individuos igualdad de oportunidades para intervenir en las decisiones de un mundo global.

Esta situación ha llevado a cuestionarse sobre la existencia de la Sociedad de la Información y del Conocimiento. Países como México han aceptado la existencia de ésta no porque sea una realidad concreta si no porque ha sido impuesta por los discursos hegemónicos como un ideal del desarrollo.

Por otro lado, los planteamientos político-económicos neoliberales empezaron a tomar más fuerza en América Latina a finales de los 70 y comienzos de los 80, aunque el neoliberalismo se desarrolla según el lugar donde ocurren los sucesos. Parece que en

Latinoamérica se han llevado a cabo algunas acciones que tienen similitudes: (Covi 1995, 25-26):

- “1. Privatización de la economía social y disminución del papel regulador del Estado en la economía.
2. Integración al mercado mundial. Se da prioridad a la inversión extranjera.
3. Ajuste severo al gasto público y pago puntual de la deuda externa.
4. Abandono de las pequeñas empresas. Apoyo al sector moderno de la economía con tecnología de punta.
5. Desarrollo de sistemas financieros que privilegian a los aspectos especulativos contra los productivos.
6. Modernización e internacionalización de la vida interna (destrucción en muchos ámbitos como educación, trabajo, producción agrícola, medio ambiente, etc).
7. Debilitamiento del poder de los gobiernos nacionales, en favor del capital nacional e internacional, y de gobiernos poderosos.
8. Disminución de las tradicionales instancias de mediación político-sociales frente al poder. Pasan a manos del capital privado.
9. Se crean una política y economía dual.
10. Se producen crisis políticas nacionales debido al modelo neoliberal.”

Un ejemplo de estos rasgos se centra en las industrias mediáticas y culturales. Se privatizan los medios gubernamentales o del Estado con el objetivo de reducir el gasto público. Ejemplo canal siete y trece que fueron privatizados en 1993. Por otro lado, los sistemas de paga han jerarquizado la información de modo que el acceso a ésta depende de lo que se puede pagar por ella, por lo que hay sectores de la sociedad sobre informados mientras que otros permanecen desinformados.

Finalmente, cuando el medio pasa a manos privadas su objetivo se centra en apoyar al modelo neoliberal y suelen ser aliados durante momentos de crisis, se desdibuja el objetivo de los medios públicos al arrebatarles una de sus funciones principales que es ser difusor cultural. El modelo se aprovecha del desarrollo de las TIC para la privatización de diversas actividades sociales y ponerlas a sus servicios.

La UNESCO (2005:15) invita a la siguiente reflexión:

“Una sociedad del conocimiento ha de poder integrar a cada uno de sus miembros y promover nuevas formas de solidaridad con las generaciones presentes y venideras. No deberían existir marginados en las sociedades del conocimiento, ya que éste (la información) es un bien público que ha de estar a disposición de todos”.

Para que una Sociedad del Conocimiento y de la Información pueda desarrollarse con integridad deben de conceder los derechos fundamentales, que de acuerdo con la UNESCO (2005) se focalizaran especialmente en los siguientes rubros:

- a) La libertad de opinión y expresión.
- b) El derecho a la educación: gratuidad de la enseñanza básica y la evolución hacia la gratitud de los demás niveles de enseñanza.
- c) El derecho a tomar parte libremente en la vida cultural de la comunidad. A gozar de las artes y a participar en el profesio científico y en los beneficios que de él resulten.

La UNESCO (2005) recalca especial atención en estos tres aspectos porque asegura que, al haber libertad de expresión, se pueden divulgar los conocimientos sobre temas que resulten en beneficio de la sociedad. Un clásico ejemplo sería Galileo Galilei, al ser perseguido por la inquisición no pudo confirmar la Teoría Heliocéntrica.

Gracias a la Sociedad de la Información y del Conocimiento, la educación ya no recae únicamente en las escuelas, debido a que se puede acceder a los conocimientos con más facilidad. Además de que se extiende el tiempo de aprendizaje en el ser humano, es decir, ya no es exclusivo de la etapa escolar el adquirir nuevos conocimientos si no que este proceso se desarrolla a lo largo de la vida.

Actualmente, gracias a la facilidad de la divulgación del conocimiento, en países desarrollados principalmente, la población se puede interesar por temas científicos que en algún otro momento de la historia no era posible. Por ejemplo, la participación de varios sectores de la sociedad en el uso y consumo sobre los alimentos transgénicos y su impacto en la salud del ser humano y del medio ambiente.

De este modo, es como se alcanzará una esfera pública sana en la que haya transparencia e inclusión de todos, igualdad entre participantes; jerarquías de lado, ausencia de fuerza, violencia y coacción y por último ni engaño ni autoengaño. (Bauer, 2014)

La UNESCO hace un llamado al periodista porque en su papel de divulgador del conocimiento es el profesional al que le corresponde tratar la información, entenderla, clasificarla, explicarla y no solamente en cuestión de avances tecnológicos, si no que también en los aspectos críticos negativos o positivos que impactan directamente en los humanos y/o medio ambiente.

De este modo es como actualmente la sociedad vive una era en la que el conocimiento es el bien primordial de riqueza. Si bien, aún hace falta crear ciudadanos que distingan entre la información confiable y la que no lo es. A continuación, se presentan los principales preceptos del periodismo científico, el cual es un medio con el que se puede alcanzar la democratización de la Sociedad de la Información y el Conocimiento.

## **1.2 Periodismo Científico**

The Lancet publicaba en agosto de 2015 un artículo titulado: *“Scientific journalism in Africa to help fight global health emergencies”*. En este texto de no más de cinco párrafos se hace una crítica al papel que desempeñaron los medios de comunicación durante la crisis de Ébola que se suscitó en África a lo largo del 2014. De acuerdo con los autores, la información que se presentó en algunas ocasiones, lejos de ser útil fue demasiado alarmista y esto creó pánico en la sociedad. ¿Qué hubiera pasado si los medios hubieran sido utilizados como canales alternos y útiles a través de los cuales orientar y educar a la población sobre las medidas preventivas a seguir sobre la enfermedad? No se sabe, y es que la mayoría de los periodistas no son aptos para proveer información adecuada en este tipo de contextos. Es en este momento, en donde debería aparecer el periodista científico para tratar la información y poder hacerla llegar de forma clara y objetiva a la audiencia (Guerrier, 2015).

Casos similares pasan en distintos medios, con información similar, es decir, relacionada con temas de salud y de bienestar. Se publican artículos, notas, reportajes, que sustentan contener información sobre los resultados de algún estudio científico. Sin embargo, al leerse es fácil encontrar espacios en blanco, en donde las fuentes no son bien citadas, los conceptos no son explicados o la metodología de la investigación ni si quiera es mencionada. ¿A qué tipo de información periodística se está enfrentando el lector? ¿Cuál

es el papel del periodismo científico en los medios tradicionales y no especializados, que finalmente son los de más fácil acceso para el grueso de la sociedad?

De acuerdo con Calvo (2002), las sociedades del tercer milenio necesitan un tipo de comunicador que valore, analice, comprenda y explique lo que está pasando en los campos decisivos de la nueva sociedad: energía y biología. El que la ciencia se divulgue, a través del periodismo científico o en alguna otra modalidad, es una necesidad democrática, cultural, económica e incluso política.

Calvo argumenta que el propósito del periodismo científico es contar a través de los medios de comunicación de masas, la actualidad científica y tecnológica. “Informaciones y noticias; descripción de laboratorios y centros de investigación; acercamiento a la personalidad del investigador” (Calvo, 1984:79). Pero lo más importante debe consistir en informar sobre el clima de interés hacia la ciencia, una conciencia pública, en la que los agentes sociales puedan desarrollar una cognición pública sobre el valor y la rentabilidad de la investigación científica que coadyuve en un progreso integrado y armonioso de los individuos en la civilización tecnológica y en la Sociedad de la Información y el Conocimiento.

Siguiendo la línea del mismo autor, el periodismo científico tiene tres objetivos que son informar, enseñar y sensibilizar. De aquí recae la importancia de que en las publicaciones se sigan estos lineamientos (Calvo, 1984). El periodismo científico busca enseñar porque quiere “saciar el hambre de conocimientos de la humanidad; estimular las mentes de esa mayoría de seres humanos cuyo único alimento intelectual son los medios informativos, y debe proponerse ofrecer al público una visión coherente y sencilla, en lo posible, del mundo que nos rodea y del que formamos parte.” (Calvo, 1984: 80)

El periodismo científico, sólo aborda dentro de su campo a las ciencias naturales y exactas que son: física, química, biología, geología y matemáticas. Durante los últimos años han aparecido nuevas especialidades, catalogadas como emergentes que son el periodismo sanitario y medioambiental. La generalización a la que se ha llegado es que, la medicina y el medioambiente son prácticas de las ciencias naturales, entonces efectivamente, estas áreas pertenecen al campo de estudio del periodismo científico. (Elías, 2008)

Una confusión que se da con bastante regularidad dentro del campo de la comunicación es que a veces se piensa que la divulgación científica y el periodismo científico persiguen los mismos objetivos, sin embargo, no es así por lo que hay que dejar claro las diferencias entre cada uno. La divulgación, regularmente, la realizan las mismas fuentes, pueden ser los científicos o los institutos a los que pertenecen por lo que la fuente suele resultar beneficiada y los hallazgos son publicados, usualmente, en forma de artículos científicos cuyo objetivo es comunicar los resultados originales de la investigación (Elías, 2008). En sí, consiste en informar sobre conocimientos recién descubiertos, investigaciones o experimentos sin que se profundice o cuestione más allá.

En cambio, el periodismo científico si bien también divulga, busca contextualizar. “Si socialmente merece la pena tal experimento o si es necesario retirar la financiación de un programa de ayuda a desfavorecidos para costear la construcción de un telescopio espacial. Por tanto, el periodista no busca beneficiar a la fuente si no a la sociedad”. (Elías, 2008: 16). Los periodistas deben de analizar otros asuntos, como el uso del presupuesto, el comportamiento ético y la trascendencia.

Al periodismo científico también debe importarle “cuánto ha costado el hallazgo, a quién beneficia, por qué se han decidido hacerlo público, que relaciones tiene con el poder político o económico, cómo y dónde se ha obtenido, y si es susceptible de perjudicar a algo o a alguien” (Elías, 2008: 18).

Elías sostiene que la razón del periodismo es contarle a la gente lo que le sucede a sus iguales y a continuación cita: “la ecología, las ciencias medioambientales, la antropología, la bioquímica y la biomedicina, la genética, las matemáticas... todos ellos son conocimientos muy específicos, pero forman parte de la vida y explican multitud de situaciones, hechos y fenómenos que nos atañen a todos los seres humanos y que nos proporcionan un sentido de la realidad absolutamente necesario”. (Elías, 2008:17).

A pesar de los diferentes intereses que comparten tanto la divulgación de la ciencia como el periodismo científico, la divulgación surgió primeramente en la esfera pública, hasta evolucionar y poder transformarse en periodismo científico. De este modo, de acuerdo con Cortiñas (2007) el proceso histórico referente a la disciplina puede dividirse en cuatro escuelas: italo-renacentista, francesa, alemana y anglosajona:

- a) Escuela Italo-renacentista: es la escuela fundacional y su máximo exponente es Galileo Galilei con su obra, *Diálogo*.
- b) Escuela Francesa: vive sus años gloriosos en el siglo XVIII, con autores como Fontenelle, Diderot y Buffon. En el siglo XIX con Flammarion.
- c) Escuela germano-prusiana: abarca desde mediados del siglo XVIII hasta la II Guerra Mundial. Su máximo representante es Einstein, seguido por Planck, Heisenberg y Schrödinger.
- d) Escuela Anglosajona: brilla en el siglo XIX con Darwin, quien era un científico que escribía como divulgador, y Fraday. Mientras en el siglo XX en Norteamérica: se da la verdadera explosión cámbrica con autores como Gamow, Asimov, Sagan o Gould.

Uno de los géneros más sobresalientes de esta escuela es el New Journalism, de los años 60 y 70 del siglo XX, propuesto por Tom Wolfe, en el que los textos periodísticos se fusionaban con las novelas, creando productos como *In Cold Blood* de Truman Capote. En el periodismo científico, un ejemplo de esta corriente se refleja en el trabajo del periodista español Javier Sampedro en su texto “El genoma de un hombre perfecto”, quien ha trabajado como redactor científico de *El País*, desde el año 1995. Finalmente está el suplemento de The New York Times, llamado, Science Times, puesto en marcha por el periodista John Noble Wilford en 1978. El espacio destinado a la sección de ciencia en los diarios no era suficiente, por lo que la creación de complementos, resultó ser una medida eficaz para la ciencia.

### **1.2.1 Las Fuentes**

Las fuentes son la materia prima de los periodistas y no sólo de los científicos. Se consideran fuentes de información “a las personas, instituciones u organismos que suministran la noticia al periodista cuando éste no ha sido testigo de los hechos. Las fuentes pueden ser tanto declaraciones como documentos”. (Elías, 2008: 33) Normalmente, el periodista científico debe emplear las fuentes más competentes.



Elías (2008) asegura que se puede afirmar que la credibilidad de un medio de comunicación puede medirse por la calidad, cantidad y diversidad de sus fuentes.

A continuación, se presentan, distintas, clasificaciones de fuentes proporcionadas por el mismo autor.

<b>Tipo de Fuente</b>	<b>Definición</b>
a) Fuentes Periodísticas o Interesantes	Las busca el propio medio a través de sus periodistas.
b) Fuentes Interesadas	Ofrecen por iniciativa propia dar información al periodista.
a) Fuentes Exclusivas	No se comparten con otro medio de comunicación y son las más valoradas. Suelen citarse en los textos.
b) Fuentes Compartidas	Son las que se comporten por igual todos los medios.
a) Fuentes Citables	Se mencionan en el medio con su nombre y en calidad de qué se les ha consultado.
b) Fuentes Anónimas	Son personas que proporcionan información, pero sin darse a conocer.

(Elías, 2008)

<b>Mar de Fontcuberta</b>	
<b>Tipo de Fuente</b>	<b>Definición</b>

a) Atribución Directa	El medio identifica a la fuente y cita la información que ha proporcionado.
b) Atribución con Reservas	Se sitúa a la fuente en un contexto y se pueden llegar a citar sus informaciones.
c) Atribución con Reserva Obligada:	El medio no menciona la fuente y cuenta con las informaciones como si fueran propias. ("El gobierno invertirá más en ciencia y tecnología")
d) Atribución con Reserva Total.	La noticia no puede ni atribuirse ni publicarse. Se utiliza para dar al periodista elementos de información en forma que pueda interpretar mejor los acontecimientos.
a) Fuentes Ocasionales	Suelen ser testigos de la noticia.
b) Fuentes Fijas	Dan información a los periodistas de forma habitual.

(Elías, 2008)

<b>Fuentes Científicas</b>	
<b>Tipo de Fuente</b>	<b>Definición</b>
a) Universidades como fuentes científicas	Son investigadores que laboran en las universidades y que normalmente no tienen que responder a un superior jerárquico.
b) Científicos de Organismos públicos de Investigación	Científicos que responden a los órganos gubernamentales.

c) Congresos Científicos	Normalmente, esta fuente se reserva a periodistas muy especializados, la profundización y contextualización suelen ser el objetivo de esta fuente.
d) Instituciones Estadísticas	Ayuda a contextualizar sobre la política científica y medidores de innovación.
e) Conferencias Públicas	Son útiles igualmente, para la profundización y contextualización, sin embargo, el lenguaje es más divulgativo.
f) Revistas Científicas	En este tipo de medios suelen publicarse los resultados de las investigaciones lo que complejiza el lenguaje y suele ser difícil para el periodista su entendimiento. Además de que existen miles y es arduo localizar la información más relevante (sólo para periodistas altamente especializados). Algunas revistas tienen sus propios periodistas que son expertos en los temas y pueden transformar un artículo científico en una historia periodística.
g) Internet	Gracias a este medio, los periodistas pueden acceder con más facilidad a portales de institutos, o agencias, como la NASA (Administración Nacional de la Aeronáutica y del Espacio). Se puede contactar a científicos por internet.

(Elías,2008)

El objetivo del periodismo científico es llegar a la población, por lo que la gente debe ser capaz de comprender lo que está leyendo. Existen dos tipos de periodistas científicos, aquellos que se especializan en las diferentes temáticas o expertos que adquieren habilidades de comunicación. Hay una dificultad inminente, al que se enfrentaría cualquiera de los dos profesionales y es que el lenguaje científico no tiene sinónimos con el lenguaje cotidiano (Elías, 2008).

El lenguaje científico responde a un sistema de signos, sin embargo, en el periodismo científico debe utilizarse un lenguaje más literario, sin que se modifique el término original. El problema que quizás llegue a desarrollarse es que se puede deformar o reducir el contenido de los tecnicismos del lenguaje científico, por lo que se debe ser cuidadoso. “El buen discurso de periodismo científico destaca porque en él se evitan los tecnicismos en la medida de lo posible” (Elías, 2008: 157)

### **1.2.2 Procedimiento Recomendado para redactar una noticia científica:**

Elías (2008, 148) recomienda el siguiente procedimiento para la redacción de una nota periodística científica:

- 1) "Seleccionar la fuente: artículos, congresos científicos, revistas. Conferencias.
- 2) Verificar la idea de la noticia.
  - 2.1) Documentación
  - 2.2) Interrogatorio: entrevistas a científicos.
  - 2.3) Observación: para contextualizar, es recomendable que el periodista asista a los lugares de la noticia (parques, laboratorios, empresas).
  - 2.4) Participación: resulta interesante que el periodista describa toda la experiencia de los procesos científicos.
- 3) Asegurarse de que la información sea interesante para la sociedad y los lectores del medio.
- 4) El periodista debe asegurarse de que conoce y entiende los datos que comunica en la noticia.

- 5) Las noticias deben de contener los beneficios, peligros, e incertidumbres del hallazgo.
- 6) Las noticias deben responder a la pregunta: ¿Por qué esto es importante?”

### **1.2.3 Géneros dentro del Periodismo Científico**

El periodismo científico, admite muchos de los géneros que emplea el periodismo común. Estos son los distintos formatos que se han desarrollado para contar la información, y dependiendo de ésta, se puede aplicar el más pertinente. Para esta investigación, dada la naturaleza del tipo de notas que interesan, sólo se analizarán tres que son los siguientes: reportaje, entrevista y crónica. (Elías, 2008)

#### **1.2.3.1 Reportaje**

Es el género más permisible de todos y porque se puede iniciar de distintas formas. De la forma clásica con el sumario con las preguntas habituales del periodismo (qué, quién, cómo, dónde, cuándo y por qué). Se pueden contar anécdotas, declaraciones, recreaciones, entrevistas. Todo depende de la profesionalización del periodista. (Elías, 2008):

Tipos de reportaje:

- a) Corto o de acontecimiento: sería una noticia larga, con la estructura familiar de la pirámide invertida, pero se le debe de dar más espacio y profundidad.
- b) Reportaje con profundidad: es muy similar al de acontecimiento, sólo que en este caso es necesario acudir a más fuentes y contextualizar más profundamente el asunto a tratar.
- c) Reportaje Interpretativo: los enfoques de los temas que se abordan en los reportajes deben de clarificar, explicar y analizar la situación, del contexto de la noticia, ver el lado positivo o negativo. Son para periodistas muy avanzados.

- d) Reportaje de Investigación: este se realiza si el periodista tiene sospechas fundadas de que existen irregularidades en los procesos. El periodista analizará si se necesita la investigación.
- e) Reportaje de Historia Humana: se centra en la vida de una persona en la que se centra la temática. Por ejemplo, al hablar de las consecuencias negativas que influye la energía atómica, podría entrevistarse a una sobreviviente del desastre nuclear en Chernóbil o Fukushima.
- f) Reportajes Mixtos: Es una conjunción de los reportajes primarios.

### **1.2.3.2 La Entrevista**

Formalmente, es una conversación, pero en este caso se necesita profundizar. “Es el resultado de un contacto con la fuente-el entrevistado-del que el periodista espera obtener información.” (Elías, 2008: 172). Los tipos de entrevista propuestos por Elías (2008) son los siguientes:

- a) Entrevista Informativa o Declarativa: se usa para obtener datos que se introducen en la información en forma de pequeñas de declaraciones. Sólo es para contextualizar o resolver pequeñas dudas.
- b) Entrevista directa o de pregunta-respuesta: tras la semblanza del entrevistado se transcriben las preguntas y respuestas. Las preguntas deben ser cortas e ir en el orden correcto a modo que parezcan una conversación.
- c) Entrevista directa o reportada: se insertan las declaraciones del entrevistado en un texto amplio, puede ser en forma de reportaje, pero sólo se tiene una fuente.

### **1.2.3.3 La Crónica**

Es necesario que el periodista asista al desarrollo temporal del hecho. “Se necesita un espacio físico que describir y, sobre todo, un orden cronológico del relato que, necesariamente, va a marcar la estructura del texto periodístico” (Elías, 2008: 177). El problema principal es que parece imposible encontrar este género dentro de la información científica, pero esto no lo hace inexistente.

#### **1.2.3.4 Periodismo Digital**

El periodismo científico en internet está en pleno auge debido a que es una plataforma de comunicación que crece y se renueva constantemente, pero en periodismo se deben poseer cuatro características básicas en las interfases informativas:

- 1) Actualización Constante
- 2) Multimedialidad: que la información se complete con otros recursos, imágenes, gráficos, sonidos, videos, animaciones.
- 3) Interactividad: Mecanismos de participación del lector para una retroalimentación. Esto se puede dar a través de foros, encuestas a usuarios, blogs.
- 4) Hipertextualidad: permite que el usuario se vincule a otros sitios web, lo que le permitiría profundizar o comprender mejor el tema. (Elías, 2008:203-204)

#### **1.2.4 Ética en el Periodismo Científico**

Manuel Calvo escribía en 1977 sobre la responsabilidad ética que todo periodista tendría que seguir, la cual debe de prevalecer aún en el presente, debido a que es el camino hacia un periodismo científico educativo en la Sociedad de la Información y el conocimiento. A continuación, se revisarán 12 preceptos éticos de Calvo (1977: 44-46):

- 1) “No recoger informaciones científicas que no provengan de fuentes reconocidas, serias y responsables.”

Este punto es muy importante pues se refiere a la veracidad de las fuentes, debido a que en muchas ocasiones parece que la información no es obtenida de fuentes institucionales lo que demerita la calidad de los datos dados.

- 2) “Tratar en lo posible que estas noticias sean resultado de un acontecimiento científico donde hayan participado eminentes especialistas.”

El que las fuentes sean “eminentes especialistas”, le da más veracidad y credibilidad a la información. Con esto, el lector estaría mejor informado y educado.

- 3) “Anunciar el hallazgo en la forma más ajustada a la suministrada por el investigador.”

De este modo se reduce la tergiversación de la información y no se da hincapié a rumores que engañen y deseduquen a la sociedad. Por ejemplo, el Gran Colisionador de Hadrones que se encuentra en el laboratorio de la Organización Europea para la Investigación Nuclear (CERN), siempre ha sido motivo de polémica. En 2008, cuando se puso en marcha el colisionador, no faltaron las teorías conspirativas que aseguraban que el aparato produciría un hoyo negro que engulliría a la Tierra. De ahí la importancia de informar a la sociedad, los fines reales de los experimentos, que en este caso era el descubrimiento de nuevas partículas que darían sustento teórico a la física clásica y el origen del universo.

4) “Tratar de colocar entre comillas sus declaraciones para hacerlo responsable y, al mismo tiempo, para que el lector pueda distinguir el agregado del periodista.”

Esta regla es básica del periodismo, pero, aun así, es importante recalcar que la información dada por el especialista es la que se debe resaltar.

5) “Sobre el material científico entregado, el periodista podrá aclarar los términos de difícil interpretación para que el trabajo sea de más fácil comprensión.”

Esta una de las principales tareas del periodista científico, traducir e interpretar la información para que el lector común lo pueda entender.

6) “No deformar la noticia abultándola con sensacionalismos que tergiversen la realidad y puedan crear falsas esperanzas”.

Muchas veces con la necesidad de vender algún contenido, en los titulares se suelen poner frases abultadoras que despierten curiosidad exacerbada y hasta morbo en el lector, puede ser que el contenido periodístico diste del titular o que la información no corresponde directamente con éste. El problema deviene cuando el lector no consulta la nota completa o no tiene la capacidad de ser crítico y buscar otras fuentes.

7) Tratar de indagar el curriculum vitae del científico que hace el anuncio y descartarlo si no reúne condiciones de seriedad o agregárselo junto con la noticia para que el lector la valorice.

Este precepto recae nuevamente en el sentido de la veracidad de la información. Es probable que, en el tiempo acelerado del periodismo digital, no haya tiempo para corroborar esta información, debido a que es muy importante estar publicando con



periodicidad. Sin embargo, el periodismo científico en su sentido estricto debería de darse el tiempo de investigar e informar al ciudadano de la forma más acertada.

8) Tratar de conocer la calidad del instituto, laboratorio o centro científico desde donde se ha lanzado la información.

No sólo se trata de la calidad de la institución fuente, si no que además recae la importancia en términos de imparcialidad en la información.

9) Detenerse en observar si no existe el evidente propósito de difundir experimentos en gestación para lograr subsidios, donaciones o mayores asignaciones.

Este punto es muy delicado dado que consiste en seguir la línea de imparcialidad informativa y no favorecer algún sector o industria por intereses monetarios del medio.

10) Detenerse en observar si la noticia encierra en realidad un adelanto científico o es algo ya conocido, presentado bajo otra forma.

En ocasiones los contenidos periodísticos versan sobre nuevos conocimientos descubiertos, por ejemplo, cuando se descubrió que la partícula de Higgs, el tema fundamental que resonó en los medios fue su hallazgo. Más allá, de que era necesario dar el contexto sobre la teoría de esa partícula. O en su defecto, igual era necesario hablar sobre el trabajo que se ha desarrollado en el CERN o información más a detalle.

11) No dar nunca nombres de productos, fármacos, drogas, medicamentos con que puede beneficiarse un laboratorio comercial. No publicidad.

En general este punto es fundamental. Si se da esa información se estaría haciendo proselitismo hacia un fin comercial y realmente no se velaría por llevar a la gente a una Sociedad de la Información y el Conocimiento.

12) La objetividad debe ser norma primigenia para este tipo de informaciones más que para cualquier otro.

Los avances científicos y tecnológicos son sumamente importantes, pues van encaminados al beneficio de los seres vivos en general, así como del planeta, por lo tanto, es importante que se le informe a la sociedad sobre éstos y como pueden ser utilizados para su bien. Por eso el periodista debe ser objetivo y concentrar sus esfuerzos indagatorios en el bien social.

El periodista debería tener en claro las responsabilidades que conlleva su profesión al informar a la sociedad sobre los temas de relevancia mundial, pero en especial el periodista científico tiene que ser consciente del nivel de compromiso que debe demostrar en sus publicaciones al transmitir información que puede impactar en un nivel más alto en la vida de las personas. De ahí la importancia de seguir un comportamiento ético y objetivo que dote a los contenidos de un carácter profesional e informativo en la Sociedad de la Información y el Conocimiento.

### **1.2.5 Medios Informativos Seleccionados**

Para obtener una visión global sobre este tipo de contenidos, en primera instancia, se eligieron medios que tuvieran presencia en países desarrollados y en vías desarrollo, dada la división sugerida por la UNESCO (2005). De acuerdo con dicha institución, el tipo de desarrollo económico entre los países determina el grado y cantidad de investigación que realicen, por lo tanto, es indispensable conocer el desenvolvimiento del periodismo científico en dichos territorios.

En segunda instancia, que estos medios hayan tenido un papel relevante en la historia de sus países de origen. No es necesario que hayan iniciado sus actividades mediáticas en la web, pero sí que actualmente tengan una presencia considerable, dado al desarrollo de la internet en la Sociedad de la Información y el Conocimiento.

Al tener un medio longevo social e históricamente, se puede entender mejor su contexto y de este modo el tipo de publicaciones. Es esencial que la información que se publica en ellos sea dirigida para la sociedad en general dentro de la Sociedad del Conocimiento y que haya tenido un trato periodístico, es decir, que no sea dirigida a públicos especializados.

A continuación, se presentan los sitios web elegidos y un poco de la historia y contexto de cada uno:

<b>Medio</b>	<b>País</b>
Excélsior	México
Clarín	Argentina
El País	España
The New York Times	Estados Unidos
BBC	Reino Unido

### 1.3.1 Excélsior

El 18 de marzo de 1917 el periodista Rafael Alducín echó a andar su empresa con el diario *Excélsior* bajo el contexto socio histórico de la Revolución Mexicana. Previo al movimiento social, Porfirio Díaz tenía a la prensa nacional bajo su poderío. Solía dismantelar las instalaciones de los periódicos o bien, si los dueños decidían cooperar con él, los ayudaba a financiarse siempre y cuando éstos escribieran contenidos informativos a favor del gobierno.

Con la llegada de Francisco I. Madero al poder esta forma de funcionamiento termina, retomando la prensa de opinión del siglo XIX. En esta etapa los periodistas gozaban de tanta libertad de expresión, que originó que las consignas contra el gobierno se volvieran excesivamente comunes. Sin embargo, cuando Venustiano Carranza tomó la presidencia, se regresó al estilo de prensa porfirista, aunque no tan radical. Además de que la publicidad se hace común en los diarios, y la información es dirigida a diferentes sectores de la población, por ejemplo, sociedad, internacional, etc.

En latín *Excélsior* significa “lo más alto”, el cual fue inspirado en un periódico francés con el mismo nombre, además del diseño. El diario comenzó exportando la información desde Estados Unidos en forma de telegramas. De acuerdo con el mismo *Excélsior* la etapa de la revolución estaba llegando a su fin por lo que era necesario crear un periódico “que sostuviera el principio de autoridad y que colaborara a fortalecer al Estado y a la sociedad.”

En un principio la editorial del diario fue ser “un periódico con visión empresarial, enfocado a la naciente clase media mexicana cuya obligación inmediata era reconstruir al país luego del supuesto fin de la Revolución.” *Excélsior* pretendía ser un mediador entre la sociedad y los políticos.

Su primer año de tiraje fue complicado, debido a que el presupuesto del diario tan sólo disponía de 4 mil pesos. Fue necesario que Alducín pidiera dinero prestado para que el periódico no desapareciera. Pese a esto, la novedad de información que ofrecía entre sus páginas, la venta de publicidad y el formato a ocho columnas, hicieron que *Excélsior* se volviera uno de los periódicos más trascendentales para el país.

Desde sus inicios *Excélsior* se caracterizó por ser un diario de derecha. Atacaba con bastante frecuencia a los gobiernos revolucionarios, administrados por Álvaro Obregón y Plutarco Elías Calles, y vivía de la nostalgia del Porfiriato. Al morir Emiliano Zapata, la editorial, no dudó en expresar su alegría al catalogarlo como un “sanguinario cabecilla”.

En 1924 muere Alducín, mientras que su diario sigue teniendo problemas con el gobierno. Tras los periodos presidenciales revolucionarios *Excélsior* se reconcilió con el Ejecutivo y con su labor buscaba eliminar lo que consideraba los tres grandes enemigos de la paz en el país, que eran “la inmoralidad, la intransigencia y la fuerza”. Sin embargo, la campaña de moralización no duró el tiempo suficiente y el periódico comenzó a tener problemas económicos, cambiaba constantemente de director, hasta el punto de que los empleados iniciaran una huelga por la reducción de salarios, incluso dejó de publicarse algunos días. Finalmente, en 1932 se declaró en quiebra.

Pese a este panorama el diario logra salir adelante y cinco años más tarde se funda un periódico meridiano llamado *Últimas Noticias*. Posterior a este logro, “*el periódico de la vida nacional*” siguió creciendo, adquirieron nuevas propiedades, especiales de política, se dieron promociones para los suscriptores, y su maquinaria y uso de tecnología fue creciendo paulatinamente con el tiempo. Durante todo este tiempo la editorial de *Excélsior* siguió manteniendo su postura conservadora.

En 1968 Julio Scherer asume el cargo de director del periódico después de desempeñarse como reportero del diario. Sin embargo, Scherer no siguió la línea editorial que hasta ese

momento *Excélsior* mantenía, si no que por el contrario se dedicó a cuestionar a las administraciones de Gustavo Díaz Ordaz y Luis Echeverría Álvarez, hecho que molestó a la nueva cooperativa dueña del periódico y finalmente por mandato presidencial de Echeverría Álvarez entró como nuevo director Regino Díaz Redondo con lo que el diario retomó su ideología a fin. Previo al despido, Scherer deja el cargo.

En el año 2000 acontece un hecho que viene a marcar la historia del país, el Partido Revolucionario Institucional sale del poder con la victoria del ex presidente Vicente Fox Quesada, hecho que de nueva cuenta impacta al diario. De este modo, *Excélsior* vuelve a entrar en crisis, por lo que en 2006 el diario se vende al empresario Olegario Vázquez Raña, dueño de grupo Imagen. Finalmente, el 18 de marzo de 2006 en su aniversario 89 el diario es relanzado con un nuevo diseño, el cual prevalece hasta el día de hoy.

*Excélsior* se ha caracterizado por su rápido avance tecnológico, principalmente en el tema de obtención de la información, con la cual desde un inicio se vio a la vanguardia, debido al uso del telégrafo. Gracias a esto actualmente, además de la versión física del periódico, se cuenta con la digital en donde se puede consultar el suplemento de salud, en el que usualmente publican contenidos relacionados con la nutrición.

### **1.3.2 Clarín**

*Clarín* pertenece a un grupo multimedia, en el que además del periódico, se encuentran en funcionamiento canales de televisión y estaciones de radio. *Clarín* vio la luz por primera vez el martes 28 de agosto de 1945 en la ciudad de Buenos Aires, Argentina, siendo su fundador Roberto Noble. Actualmente el grupo *Clarín* es uno de los principales medios de dicho país, además de que jugó un papel fundamental durante el golpe de estado contra el peronismo.

De acuerdo con la historia oficial de Noble, los fondos para el periódico los obtuvo de la venta de su casa, sin embargo, según el periodista argentino Martín Sivak (2014) la transacción fue cerrada posteriormente a la apertura del periódico, además de que la cantidad de dinero obtenida no era suficiente para abrir un negocio de tal magnitud. Sivak presume en el primer tomo de su serie "*Clarín, el gran diario argentino*". Una historia, que Noble recibió fondos estatales y apoyo del diario nacionalista y católico *Cabildo*.

De acuerdo con la investigación de Sivak (2014) *Clarín* trataba de identificarse como un medio independiente al gobierno, sin embargo, siempre demostró apoyo al primer mandato peronista lo que le redituó con ayuda en la obtención del papel y de clientes para anunciar publicidad, esto le sirvió para el crecimiento del diario. Al llegar el golpe de estado la situación no cambió, se adaptó rápidamente a la autodenominada “Revolución Libertadora”, incluso atacó al gobierno previo, que en su momento llegó a apoyar, llamando al ex presidente Juan Perón “dictador” y “tirano”

Roberto Noble murió en 1969 y con su partida, una crisis económica, un enfrentamiento interno entre los miembros del diario, y un conflicto contra el periodista argentino Rogelio Julio Frigerio, llevó a que la viuda de Noble, Ernestina Herrera de Noble, asumiera el cargo de directora general del periódico, justo tres años antes de que terminara la dictadura.

Grupo *Clarín* (2016) siempre se catalogó por su sección deportiva, hecho que le ayudó a un mejor posicionamiento durante el mundial de fútbol organizado por el país sudamericano en 1978. De este modo se creó el primer y único diario especializado en deportes de la Argentina: *Olé*. Actualmente, *Clarín* también edita el periódico gratuito *La Razón*, y otras tantas revistas de clase mundial, como *ELLE*.

En 1999 comienza a expandir su mercado con la creación de Multicanal, además de la adquisición mayoritaria de la empresa Cablevisión, gracias a lo cual posee uno de los mayores de sistemas de cable a lo largo de América Latina. A su vez, es proveedor de servicios de internet. En línea el grupo *Clarín* ha expandido sus contenidos digitales, sus portales y sus sitios son de los más visitados en la Argentina. (Grupo Clarín, 2016).

Una de las últimas controversias en las que *Clarín* se vio inmiscuido fue con el matrimonio de los ex presidentes Kirchner. A pesar de que, en su momento, el grupo multimedia mantuvo una limpia relación con Néstor Kirchner, y celebró el triunfo de Cristina Fernández de Kirchner la relación se destruyó cuando, de acuerdo con Gustavo Valle de Letras Libres (2010), el diario le negó su apoyo a la pareja, tras el conflicto con productores agrícolas acerca de retenciones fiscales, argumentando que debían asumir una actitud crítica frente a un conflicto que se le había salido de las manos al ejecutivo. La segunda hipótesis es que la ex presidente Cristina, promulgó la Ley de Medios, que obliga a “obliga a la desinversión

de los mayores grupos comunicacionales del país, una mayor democratización en la propiedad de los mismos.”

A pesar los conflictos con los Kirchner el diario logró sobrevivir y sigue siendo de gran influencia para el país del cono sur americano, además que su presencia en internet se viraliza gracias a su perfil en la red social *Facebook*. En su portal de internet la plataforma cuenta con la sección de *Estilo*, la cual contiene *Buena Vida*, en donde se publican contenidos relacionados con el estilo de vida y nutrición.

### 1.3.3 El País

José Ortega Spottorno, hijo del filósofo español José Ortega y Gasset, fundó el diario español *El País*. El primer ejemplar salió a las calles el 4 de mayo de 1976, un año después de la muerte del general Francisco Franco, por lo que España se encontraba en una “transición” política, pese a que la instauración de las cortes franquistas seguía en pie. De este modo. *El País*, era el único periódico hasta ese momento, que no provenía de un largo pasado franquista. (EcuRed, 2016)

El 23 de febrero de 1981, la noche del intento de Golpe de Estado Español, *El País* fue el primer periódico que salió a motivar a la población para que se pronunciara a favor de la democracia. Además, celebró abiertamente el triunfo del Partido Socialista Obrero Español (PSOE), hecho que le hizo consolidarse en la década de los 80 como el diario más grande en España, frente al periódico *ABC* de tendencia derechista. (EcuRed, 2016)

En 1989 la Fundación Príncipe de Asturias (PRISA) hasta entonces la sociedad editora del periódico, se convirtió en sociedad holding y cedió a su filial *Diario El País, S.* A la edición y explotación de éste (2016). Apenas realizada esta operación, en los 90 *El País* se enfrentó ante una crisis política, en la que el presidente Felipe González del (PSOE), fue acusado de corrupción, hecho que polarizó a la política española y a los medios de derecha e izquierda. Este suceso causó que el Partido Popular (PP) y medios afines a éste acusaran al diario de apoyar los intereses del PSOE, sin embargo, durante el gobierno de José Luis Rodríguez Zapatero *El País* se dedicó a escribir artículos críticos sobre su mandato, además de exigir su renuncia, dando entrada al PP

*El País* es un diario con presencia internacional (Fundación Príncipe de Asturias, 2016), principalmente en países de habla hispana. El periódico es impreso a diario en España, Alemania, Holanda y México. Además de que tiene la presencia permanente de corresponsales en México, Moscú, París, Roma, Londres, Bonn, Lisboa, Jerusalén, y Buenos Aires. De este modo el *País*, ha desarrollado una postura hostil contra los procesos de cambio en América Latina, especialmente hacia Cuba y Venezuela.

Este diario fue el primero en España en tener medidas de control de calidad internas, además de que innovó al ser el primer diario en español en crear la sección del *Defensor del Lector*, en donde la gente puede mandar sus cuestionamientos sobre los contenidos publicados por el diario y es seguro que reciban una respuesta ante su demanda. (EcuRed, 2016)

La versión digital de *El País*, surgió el 4 de mayo de 1996, siendo el segundo diario español, en ofrecer esta ventaja. Sin embargo, a partir del 18 de noviembre del 2002 impuso un sistema de pago para poder acceder a sus contenidos, lo que desencadenó en una reducción en sus visitas, en consecuencia, desde el 3 de junio de 2005 y hasta el día de hoy, el sistema volvió a ser gratuito (EcuRed, 2016).

En su versión electrónica, *El País* (2016) cuenta con dos secciones en donde se publican contenidos relacionados con la alimentación. Una de ellas es *Buena Vida*, se tratan temas de Salud y Bienestar por lo que en algunas ocasiones se pueden llegar a encontrar notas relacionadas con la nutrición. *El Comidista* está dedicada especialmente a los alimentos, principalmente a recetas de cocina, y cuenta con una pequeña sección llamada *Consultorio* en donde se suelen hacer interrogantes relacionadas con ciertos alimentos y estas son contestadas por un nutriólogo.

#### **1.3.4 The New York Times**

“*Gray Lady*” como se le conoce a *The New York Times*, es un periódico estadounidense que fue fundado en 1851 por Henry Jarvis Raymond y George Jones. En un inicio, el periódico salía a la venta de lunes a sábado, pero posterior a la Guerra civil estadounidense



comenzó a editarse todos los días. En 1856, el mismo Henry Raymond, creó la agencia de noticias Associated Press (AP).

Hasta el día de hoy *The New York Times* ha sido galardonado con 95 premios Pulitzer, el primero lo ganó en 1918 gracias a su trabajo en artículos y reportajes relacionados con la Primera Guerra Mundial. Siendo un periódico con una vida tan larga, *The New York Times* ha pasado por muchos momentos de la política estadounidense, y ha puesto en la vida pública algunos conflictos que el país norteamericano ha sufrido.

En el periodo presidencial del presidente Richard Nixon, de 1969 a 1974, publicó información relacionada sobre como el gobierno de los Estados Unidos manipuló los datos que ofrecía a los ciudadanos acerca de la Guerra de Vietnam. En 1972 publicó la noticia de que a miles de afroamericanos percientes de sífilis, se les negó tratamiento durante décadas para combatir la enfermedad. En 2004 durante el mandato de George W. Bush, reveló casos de inseguridad laboral que los empleados padecían en varias empresas de los EUA.

*The New York Times* es propiedad de The New York Times Company, que a su vez, es dueña de otras 40 ediciones, entre ellas: *Herald Tribune* y *The Boston Globe*. Actualmente el diario cuenta con su versión digital y sigue siendo el periódico por excelencia de los Estados Unidos. Para encontrar contenidos de nutrición se puede consultar la sección titulada *Food*, en la cual se ubican publicaciones como recetas y notas relacionadas con los alimentos. Además de que, en el área dedicada a salud, también hay información sobre alimentación.

### **1.3.5 British Broadcasting Company (BBC)**

La *BBC*, tal como lo dicen sus siglas en inglés, es una compañía británica de radiodifusión pública. Fue fundada en el año 1922, en un contexto en el que apenas se empezaban a realizar las primeras experimentaciones radiofónicas. Inició operaciones en Londres, tras el cierre de varias estaciones amateur. En un inicio el contenido de la estación se basaba en noticias, música dramática y charlas. John Reith fue el primer director general de la recién fundada radiodifusora.

Debido a su rápido crecimiento la *BBC* se tuvo que trasladar de sede en 1932. Otro hecho que marcó la historia de la radiodifusora, fue que en el mismo año el Rey Jorge V de Inglaterra, siendo el primer monarca en dar un discurso a las masas a través de la radio. En la misma década, pero en 1936, la *BBC* fue la primera difusora en el mundo, en ofrecer el servicio de televisión, en lo que aquel momento se consideraba como alta definición.

En 1940 llegó la Segunda Guerra Mundial, y con este suceso la *BBC*, ofrecía coberturas en vivo desde el lugar de los acontecimientos. En 1946 innovó destinando programación especializada para el público infantil. Dos años después Londres fue el centro de atención de todo el mundo, al ser la ciudad organizadora de los juegos olímpicos, de este modo, se convirtieron en ser los primeros televisados en la historia de la humanidad.

En los 50 la televisión se coronó como el medio de comunicación predilecto, esto llevó varios logros para la *BBC*, debido a la innovación de ese tiempo, se comenzaron a transmitir las sesiones en vivo del parlamento británico, la coronación de la Reina Isabel II fue llevada a todos los hogares, en 1952 se creó la primera grabadora de video, llamada Vision Electronic Recording Apparatus, sin embargo, la remplazaron rápidamente por Ampex VR 1000A de origen estadounidense.

En la década de los 60 apareció la televisión a color y junto con esta la *BBC* abrió su primer centro televisivo, el cual fue el primero a nivel mundial. En 1967 la televisora, inició transmisiones con un nuevo canal, teniendo al aire *BBC 1* y *BBC 2*. Ya hacia la recta final de la década la programación transmitida por *BBC Radio 1*, comenzó a ser en vivo. En 1970 la *BBC* desarrolló junto con la Open British University, un programa educativo, que fue transmitido a través de la televisora. En 1974 la empresa europea, ofreció el primer servicio de teletexto, titulado CEEFAX, actualmente no provee más este servicio, pero algunas televisoras nórdicas aún lo utilizan.

Hacia la recta final del siglo XX la *BBC* iba a pasos vertiginosos. Aparecieron la radio y la televisión digitales, en donde la compañía británica se posicionó rápidamente. En 1997 surgió el canal noticioso de 24 horas, que todavía es visible en varias partes del mundo, es reconocido por los documentales que transmite, debido a la dureza de las historias. "*In the web- bbc.co.uk is launched*" (BBC, 2016) Lord Birt, quien sigue siendo el director general

de la compañía, visualizó el poderío que comenzaba a tomar internet en la escena social, por lo que decidió crear la dirección electrónica de la productora.

Así es como la *BBC* se ha ido introduciendo en la era digital, hecho en el que sigue empujando fuertemente hasta el día de hoy, con la creación de aplicaciones como *BBC iPlayer*, en donde se puede visualizar un sinfín de programación de la compañía, gratis, a través de la red, siempre y cuando se esté dentro del Reino Unido. Se construyó el primer centro de televisión digital en Escocia, se crearon canales destinados exclusivamente para países árabes y persas.

De nueva cuenta la *BBC*, hace su aparición en los olímpicos de Londres 2012 al crear una aplicación en la que se podían consultar todos los resultados, e información relacionada con las competiciones. Surgió la aplicación para *BBC Radio* y el *Red Button*, otra *app* instalada en televisiones inteligentes en las que se puede ingresar gran cantidad de contenidos noticiosos, desde cualquier parte del mundo.

La *BBC* es un medio de servicio público apartidista e independiente del gobierno, la población británica paga una cuota de dinero para acceder a sus hoy más de cuatro canales televisivos, en donde se pueden ver series, documentales, programas de entretenimiento, etc. En la versión online se puede acceder a la sección de *food* en la que se encuentran todos los contenidos relacionados con la nutrición y alimentación.

El conocer brevemente el desarrollo de los medios seleccionados, ayuda a comprender su trascendencia y de este modo el impacto que tienen sus publicaciones. Además, de su importancia el encontrarse en internet, pues esto los vuelve medios globales, que bien tienen dos tipos de repercusiones: alcanzan una mayor cantidad de público, sin embargo, es posible que no todos los sectores de la publicación los conozca, lo cual los dejan fuera de su rango o en su defecto, la gente se mal informe.

Seguidamente, se enuncian los principales preceptos teóricos de Teun Van Dijk y Daniel Prieto Castillo, a partir de éstos se construirá el instrumento de análisis que permitirá comprobar o refutar la hipótesis establecida. Finalmente, se presenta un poco de análisis de la imagen, desde la perspectiva de Vilches, pues bien, el mensaje de los contenidos periodísticos deben ser entendidos como un todo global al momento de su comprensión.

## **1.4 El Discurso**

### **1.4.1 Teun van Dijk**

El análisis del discurso es un campo de estudio nuevo e interdisciplinario, cuyo surgimiento parte de algunas otras disciplinas de las humanidades y de las ciencias sociales como la lingüística, los estudios literarios, la antropología, la semiótica, la sociología y la comunicación oral (van Dijk, 1990). Su origen data de finales de los años sesenta y comienzo de la década de los setenta, el desarrollo se dio a la par de las antes mencionadas áreas de estudio.

La aparición del estructuralismo es otro de los orígenes con el que se liga al análisis del discurso. A su vez, esta corriente surgió de la antropología, la lingüística y los estudios literarios, más tarde todos conjuntados bajo la mano de la Semiótica. Este enfoque nació en Francia en los años sesenta, principalmente apoyado en el formalismo ruso. Una tercera perspectiva coloca al análisis del discurso con la lingüística y la antropología estructural. La cual se ejemplifica en los análisis de mitos o relatos folclóricos de Propp y Lévi-Strauss.

Una importante ola que se dio en el desarrollo del análisis del discurso fue en los sesenta, cuando surgió una orientación más lingüística en la mayoría de los textos escritos. La denominada gramática del texto, en primera instancia se inspiró en las gramáticas transformacionales generativas, desarrolladas por Chomsky.

De acuerdo con Silva (2016) van Dijk diferencia dos tipos de discursos el social y el crítico. El social ocurre en un marco de comprensión, comunicación e interacción que son partes de estructuras y procesos socio culturales más amplios. En cambio, el análisis crítico debe asumir una posición más cuestionadora sobre la realidad social, principalmente en discursos que reproducen el abuso de poder, dominación y desigualdad social.

Principalmente, se afirmaba que propiedades de la sintaxis y semántica, caracterizaban secuencias de cláusulas, proposiciones, textos completos, pronombres, artículos definidos e indefinidos, adjetivos demostrativos, adverbios, conjunciones y otros fenómenos como la presuposición, la coherencia y la actualidad. De acuerdo con van Dik (1990) pronto se tomó

conciencia de que muchas propiedades formales de la oración requieren la aplicación de un punto de vista discursivo.

Van Dijk afirmaba que el principal objetivo del análisis del discurso consiste en:

“Producir descripciones explícitas y sistemáticas de unidades del uso del lenguaje que hemos denominado discurso. Estas descripciones tienen dos dimensiones principales a las que podemos denominar simplemente textual y contextual. Las dimensiones textuales dan cuenta de las estructuras del discurso en diferentes niveles de descripción. Las dimensiones contextuales relacionan estas descripciones estructurales con diferentes propiedades del contexto, como los procesos cognitivos y las presentaciones o factores socioculturales”. (van Dijk, 1990:45)

En *La Noticia como Discurso* (1990) el holandés, explica que las descripciones textuales y contextuales se diferencian en cuanto a sus niveles y dimensiones. Existen descripciones fonológicas, morfológicas, sintácticas y semánticas. Para el objetivo de esta investigación las que más interesan son las pertenecientes al discurso escrito, que son la sintaxis y la semántica. La semántica se ocupa de los significados de las palabras, las oraciones y el discurso.

El autor holandés plantea algunas normas cuyo objetivo es el de realizar un trabajo interdisciplinario objetivo y académico (Silva, 2016). Lo escrito y lo oral en su entorno natural, se refiere a que los estudios del análisis del discurso deben tener como centro un material de trabajo que refleje lo que ocurre en la interacción, tal cual sucede en la realidad. Por otro lado, el contexto de la situación local, global y sociocultural.

Los discursos deben ser entendidos como formas de prácticas sociales en contextos socioculturales. Las concepciones de los integrantes de un grupo social deberán ser respetadas y no se deben imponer las nociones preconcebidas de los investigadores. Mientras que, el discurso se analiza en un sentido lineal y/o secuencial de modo coherente y secuencial.

El discurso debe comprenderse como un todo, en conclusión, debe ser constructivo. El discurso tendrá niveles y dimensiones que se relacionarán entre sí. Todo discurso dispone de un significado, por lo que hay que buscarlo, es necesario responder a las preguntas: ¿Qué significa esto aquí? ¿Cuál es el sentido en este contexto? ¿Por qué se dice aquí?

Las reglas gramaticales, textuales, comunicativas e interaccionales compartidas socialmente son básicas en el estudio del discurso, al igual que las estrategias de la lengua para la producción y comprensión del discurso. Finalmente está la cognición social que son los procesos mentales, representaciones, recuerdos, experiencias y representaciones socioculturales compartidas.

Para inducirse de forma más seria en análisis del discurso, siguiendo la línea del catedrático holandés y fundador de la técnica Teun van Dijk, el primer concepto que debe introducirse es el del “contexto”. De acuerdo con el autor, el contexto es una estructura la que están involucradas todas las propiedades de la situación social que resultan relevantes en la construcción y comprensión del discurso. (Silva, 2016).

En el análisis del discurso debe haber una integración del texto y el contexto social porque “el uso de un discurso en una situación social es al mismo tiempo un acto social” (van Dijk, 1990:52). La interpretación de un texto supone la recuperación y el uso del conocimiento. Un enfoque contextual asume aspectos de la sociedad y la cultura, que ayudan a la interpretación del discurso (Silva, 2016). Entre estos elementos se encuentran: ambiente (tiempo, ubicación, circunstancias), participantes y roles socio comunicativos (locutores, amigos, presidentes) intenciones, metas y propósitos.

En el caso del análisis periodístico van Dijk plantea que deben ser de primer interés las complejas relaciones entre el texto de la noticia y el contexto. El análisis se apremia por los diferentes contextos del discurso que son los procesos cognitivos de la producción, recepción y por las dimensiones socioculturales del uso del lenguaje y la comunicación. Además, de que es de primera necesidad saber por qué la noticia tiene tal estructura específica y qué rol desempeña en la comunicación de masas.

Previo al análisis periodístico hay que tomar en cuenta que la organización temática desempeña un rol crucial, hasta el punto de conformar una jerarquía, además de que es la

naturaleza del periodismo comenzar a contar la información según el grado de importancia. Por lo que se debe iniciar con una aclaración del tema o asunto debido a que es aquello de lo que el discurso está hablando en general.

Entre más largos son los discursos, generalmente, se encontrarán más temas. De acuerdo con van Dijk, esto significa que son discursos que poseen una macroestructura que consiste en varias macroposiciones. Una macroestructura semántica, es el tema del que se está hablando, mientras que una macroposición contiene un significado más pequeño e independiente.

Van Dijk (1990) asegura que el tema equivaldría al asunto, resultado, idea general, o las locuciones más importantes de lo que se dijo en el discurso. Para tener en claro cuál es el tema, hay que comprender las macroposiciones semánticas, es decir, las macroposiciones son proposiciones que dan un sentido global al discurso y no sólo partes que no son entendibles. Por ejemplo, “María rompió una ventana con su pelota” es una macroposición, mientras que “María” o “tirar una pelota” son tan sólo predicados o participantes.

De acuerdo con el autor de origen holandés, los lectores pueden asignar el tema, por medio de la producción de un abstracto del discurso, en el cual se recogen los temas principales a modo de resumen. En palabras más sencillas, van Dijk se refiere a que es necesario resumir la información por párrafo, para poder encontrar en esencia la idea que se quiere transmitir en cada uno y/o parte del discurso. Dado que en este caso se está hablando del discurso periodístico, resulta de cierta forma sencillo, poder llegar a la categorización de la información, debido a que ésta se presenta de acuerdo al nivel de importancia del suceso.

Este resumen, o reducción de información puede llevarse a cabo de tres maneras:

- 1) Supresión: suprimir toda la información no es relevante en el texto, por ejemplo, detalles locales.
- 2) Generalización: se puede tomar una secuencia de proposiciones y remplazarlas por una generalización, ejemplo, en lugar de hablar sobre un gato, perro y canario como seres independientes, se pueden incluir todos bajo el grupo de animales domésticos.
- 3) Construcción: reemplazar una secuencia de proposiciones, por una macroposición que denote el acto como un todo.

Teun van Dijk, asegura que para que la noticia sea efectiva debe contener elementos factuales cuyo objetivo sea persuadir al lector. La noticia no tiene como primera intención promover algún bien o servicio, aunque económicamente es un bien de mercado que debe promocionarse y venderse. “Desde el punto de vista ideológico, la noticia promueve implícitamente las creencias y opiniones dominantes de grupos de élite en la sociedad” (van Dijk, 1990: 124).

Los contenidos periodísticos que se publican pertenecen al acto de habla asertivo, es decir, hay que comunicar a través de afirmaciones, descripciones, informar, el mensaje que se quiere transmitir y no bajo un acto de habla más pragmático, como amenazas, promesas, etc. Para que este hecho sea pertinente el escritor debe expresar proposiciones nuevas y que desea hacer público, con el fin de que estos enunciados se acepten como la verdad o al menos se den a conocer (van Dijk, 1990).

Para que los argumentos puedan incidir en las personas debe haber razones y evidencias porque es difícil descartar creencias construidos a lo largo de años de entendimiento, experiencias y acción, a su vez, resulta complicado hacerse de un conocimiento nuevo. Van Dijk (1990) supone que los argumentos explícitos o implícitos influyen en el trabajo cognitivo, cuando se considera la aceptación de una proposición afirmada por el hablante.

Las características que debe tener el contenido persuasivo son: (van Dijk, 1990 citado en Tuchman, 1972).

A) Subrayar la naturaleza factual de los acontecimientos: descripciones directas de acontecimientos, testigos, fuentes fiables (autoridades, personas respetables, profesores, etc.), precisión y exactitud respecto a cifras, personas, horas, acontecimientos, citas directas de las fuentes.

B) Construir una estructura relacional sólida para los hechos: mencionar acontecimientos previos como condiciones o causas y describir los acontecimientos siguientes como consecuencias, insertar hechos dentro de modelos situacionales ya bien conocidos, que a pesar, de ser nuevos resultan familiares.

C) Proporcionar información que posee dimensiones actitudinales y emocionales: los hechos se representan y memorizan mejor si contienen y/o hacen surgir emociones fuertes.



Por último, el autor holandés sugiere que el contenido periodístico debe contener la descripción directa e informes con testigos oculares, fuentes y citas así como cifras los siguientes elementos para hacerlo más persuasivo.

#### **1.4.2 Daniel Prieto Castillo**

Otro autor que ha trabajado con el análisis del discurso es el argentino Daniel Prieto Castillo. Su orientación es evidentemente estructuralista y basa su modelo en la semiótica, apoyado principalmente en Alcides Greimas y Desiderio Blanco. Prieto declara que el término discurso es utilizado en varios y diferentes contextos y sentidos. Designa al discurso como:

- “Las características de grandes sistemas de mensajes: discurso publicitario, discurso político, discurso educativo.
- Las tendencias de elaboración de ciertos mensajes: discurso de la historieta, de la fotonovela, del dibujo de animación;
- Los mensajes emisores de genéricos: discurso de los empresarios, de los obreros, del Estado;
- Los mensajes de un individuo: el discurso del presidente, el discurso del director de la escuela.” (Prieto, 1994: 163)

Prieto (1994) usa el término discurso para hablar sobre ciertas tendencias de elaboración de mensajes, que a su vez, permiten analizar los mensajes ya existentes. Todo discurso contiene una selección de términos y combinación de éstos, además de una selección de temas. Cada tipo de discurso tiene modos más o menos pre establecidos de seleccionar y combinar los recursos del lenguaje.

El autor argentino argumenta que un análisis discursivo debe resaltar los diferentes usos de éste en la sociedad, más que la definición del concepto. Por lo que hay que entender que existen tres tipos: referencial, apelativo, expresivo, poético y lúdico. A su vez, el referencial se subdivide en tres grupos: indicativo que trata por medio de enunciados de señalar algo; el valorativo cuyo fin es dar una connotación o énfasis por medio del cual se busca atribuir algo sobre el objeto de su discurso; y finalmente el explicativo que da la razón del porqué de algo.

Posterior a estos preceptos generales que buscan introducir al campo del análisis del discurso Prieto propone un análisis de planos que consisten en:

- a) Estructuras básicas
- b) Narrativo
- c) Estilístico
- d) Ideológico

a) Análisis de estructuras básicas.

Este plano se orienta en el conocimiento de los elementos fundamentales del discurso, se requiere comprender la intencionalidad de éste. A continuación, se mencionan y explican brevemente los que son pertinentes para la investigación.

- Sintagma: orden del discurso. Es la coordinación que se da entre las partes del discurso. El orden del discurso no es casual y siempre habrá distintas maneras, de entrar, crear tensión y resolver lo dicho. Sin embargo, en el periodismo ciertos tipos de relato de coordinación de relato son muy rígidos.
- Lo dicho y lo no dicho: especialmente en los discursos institucionales existe una clara distinción entre lo que se dice y lo que no.
- Tipificación: se tipifica a los seres, situaciones, objetos, según como son percibidos, valorados o pensados.

b) Análisis Narrativo.

“Consiste en dar cuenta de un estado o transformación de algo o de alguien” (Prieto, 1994:171). Es el discurso cotidiano y más común, se encuentra en los medios de difusión, en el ámbito escolar, religioso, sindical, estatal.

c) Análisis Estilístico

Prieto (1994) recalca que la eficacia de un mensaje, es decir, la capacidad de atraer, convencer, maravillar, seducir, divertir, recae en los detalles. Para ello hay que pensar en los usos poéticos y lúdicos del lenguaje que se describen a continuación:

La universalización es un juicio que generaliza a todos los integrantes de un mismo grupo ya sea sexo o profesión. Vía del ejemplo, cumple con la misma función solamente, que en

este caso, gira en torno de una sola experiencia, individuo o de una nota de alguien. Por otro lado, la pregunta ayuda a enfatizar y usualmente el fin es plantear dudas.

Por amplificación se entiende la tendencia a enfatizar ciertas características, mientras que la atenuación introduce términos para suavizar afirmaciones. Finalmente, las figuras son un rodeo de palabras que se destinan para dar más realce a lo que se quiere decir, entre ellas destacan: comparación (relaciona dos elementos para dar realce), metáfora (es una comparación sintetizada), la antítesis (es una confrontación que suele tener intenciones morales, o a su vez compara entre lo grotesco y/o ridículo, antonomasia es la utilización de adjetivos para referirse a alguien y finalmente la inferencia inmediata, que encuentra explicaciones de un hecho gracias a un indicio.

d) Análisis Ideológico.

Prieto (1994) fundamenta lo ideológico en:

- 1) Lo que fundamentalmente está predicando un sujeto.
- 2) El modo de vida propuesto como válido.
- 3) Modelos de relaciones y soluciones sociales que los sujetos del mensaje siguen.

Por lo que se retomaron los siguientes elementos que integra en su modelo de análisis:

- a) Uniaccidentalidad significativa: se busca dejar en el receptor sólo una interpretación de determinado tema.
- b) Todo expresado: el mensaje se cierra en sí mismo, para que el lector no tenga que buscar otra información.
- c) Consignas de interpretación: el autor va indicando qué leer, qué interpretar, y/o qué hacer con lo que se percibe.

## **1.5 La Imagen**

Un elemento que suele ser frecuente e incluso fundamental en el periodismo son las imágenes o fotografías que ilustran el tema del que se está hablando, incluso pueden llegar a ser la noticia o referente en sí mismas. No por centrar la investigación exclusivamente en

el periodismo digital, se puede prescindir de estos elementos en el entendimiento discursivo de los elementos del discurso.

Como se mencionó en el primer capítulo, internet es un medio digital, por lo tanto, usualmente se basa en los elementos visuales para captar la atención de los usuarios. Lo que interesa es conocer a groso modo los elementos presentes en las imágenes de los contenidos periodísticos a analizar y poder determinar que tanto estos benefician o perjudican retóricamente el tema del que se discursa.

Para poder realizar este objetivo se analizarán únicamente los siguientes elementos: fuente, punto, línea, color, personajes presentes, ubicación en el cuerpo periodístico, función, y los elementos persuasivos en la imagen que se dividen en elementos de supresión, adjunción, sustitución y conmutación.

Antes de hablar de un análisis de la imagen en el discurso periodístico es necesario conceptualizar tres elementos que son básicos en el estudio de la imagen y que se consideran fundamentales para poder darle un sentido más profundo al análisis periodístico. El primero es el punto, según Dondis (2011) este elemento es la unidad más simple e irreductiblemente mínima de comunicación visual. Funge como referencia o marcador de un espacio particular. Cualquier punto debe tener una fuerza visual grande de atracción, ya sea por naturaleza o porque ha sido colocado por el hombre.

El siguiente elemento que surge a partir de la existencia del punto es la línea. Dondis (2011, 56) remarca que cuando los puntos están sumamente próximos entre sí, llegan a un momento en el que no se pueden reconocer individualmente, se aumenta la sensación de direccionalidad y de este modo nace la línea. A su vez, este elemento puede definirse como un punto en movimiento o como la historia del movimiento de un punto, pues la lógica es que se mueve a lo largo de una trayectoria hasta que queda registrada.

El tercer elemento de Dondis (2011, 64) es uno de los más importantes que es el color, debido a que está cargado de información y *“es una de las experiencias visuales más penetrantes que todos tenemos en común”*. Hay colores que son estímulos comunes (árboles, hierba, cielo, tierra) y los que se asocian con algún significado simbólico. Por

ejemplo: rojo-amor, calidez, vida, emocional, activo, etc. El amarillo se considera próximo a la luz y al calor. El azul es pasivo y suave.

Heller (2004) divide en su libro *Psicología del Color* divide los colores en cálidos y fríos. Los cálidos producen un efecto de expansión y de mayor tamaño, mientras que los fríos absorben la luz y dan la impresión de alejamiento.

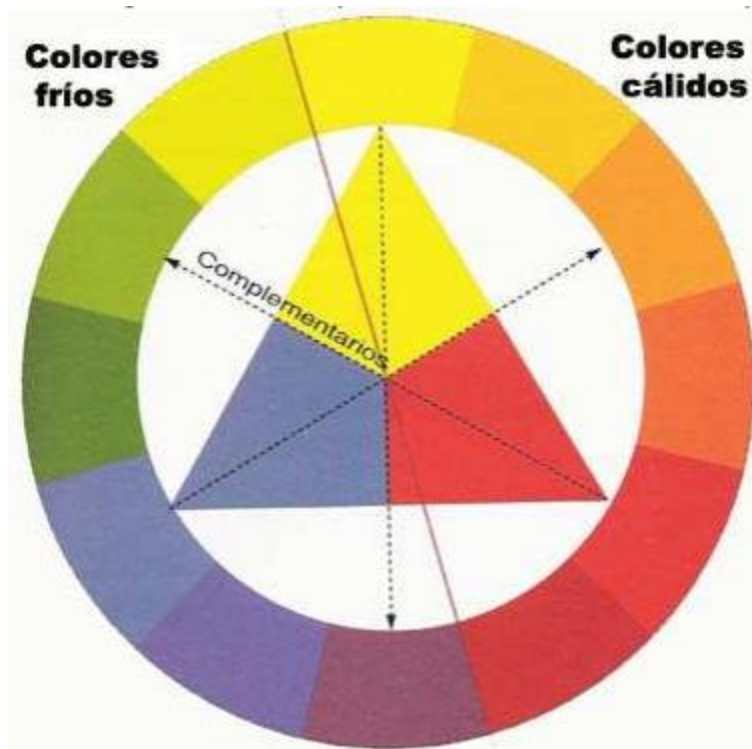


Figura 8. Psicología del color. Heller 2007.

Además de que enuncia las siguientes características culturales en algunos colores:

Color	Significado
Blanco	Pureza, inocencia, optimismo.

Gris	Estabilidad
Amarillo	Luz, inteligencia, tibieza, precaución, innovación.
Naranja	Energía y entusiasmo
Rojo	Alegría, fiesta, sangre, fuego, pasión, fuerza y revolución, violencia, vitalidad, impulsión.
Morado	Melancolía y serenidad
Azul	Lejanía, infinito, limpieza, frescura, verdad, serenidad, armonía, sinceridad y responsabilidad.
Verde	Naturaleza, equilibrio, esperanza
Negro	Elegancia, muerte, tinieblas, silencio, poder.
Marrón	Otoñal, severo, confortante, equilibrio.
Rosa	Feminidad

(Heller, 2007)

La saturación es una dimensión del color sumamente importante. Los colores saturados son simples, casi primitivos, carecen de complicaciones y son muy explícitos. Por otro lado, los colores menos saturados son sutiles y tranquilizadores. Usualmente, lo informativo da lugar a una elección de color saturado o neutralizado.

Vilches (1987) asegura que una foto es narrativa desde el momento en que existe un punto de vista que tiene la intencionalidad de dar a conocer la escena, debido a que llega a desarrollarse en forma paralela a la narración de la noticia, o bien de forma contraria o neutra.

Existen dos tipos de personajes o “actantes”, retomando a Greimas (1982), Vilches define a éstos como los que realizan o los que sufren el acto. Existen cinco tipos de actantes: personas, animales, seres vivos (plantas, animales), objetos móviles y estáticos.

La ubicación es un recurso importante debido a que normalmente la imagen se sitúa en un lugar privilegiado sobre el texto. A pesar de que esta idea se maneja más en los medios impresos, también es importante distinguir que lugar se les asigna en las publicaciones digitales, comprender la pertinencia del tamaño, y observar si hay relación entre el sitio que ocupan y el texto.

Vilches (1987), habla sobre la función de la imagen en los textos periodísticos, las cuales pueden ser: informativas, ilustrativas, de tópico o de contexto. Otro importante criterio de selección es la fuente de la que proceden las fotos. Las hay de agencias, fotógrafos profesionales, free lance o archivo. Aunque siguiendo la línea del autor, lo que más importa de la fotografía son la secuencialidad y la importancia de la información.

La retórica o persuasión es uno de los objetivos fundamentales de las fotografías de prensa, que en este caso Vilches (1987, 111) la define “como la capacidad de servirse de una lengua (o de un medio de lenguaje) para persuadir a un auditorio y obtener el consenso”. En el caso de las fotos de prensa se pueden llegar a encontrar hasta cuatro tipos de elementos retóricos:

a) Manipulaciones sobre el soporte: se refiere al material de la fotografía. Vilches (1987) propone que es el resultado de un proceso mecánico, óptico y químico que se desarrolla a la par. Hay que recalcar que pare ese periodo de tiempo las fotografías digitales no existían, sin embargo, dado que Vilches hacía referencia al material que sostiene la fotografía, es aplicable en este caso al soporte digital.

b) Manipulaciones sobre la forma de foto en la página: es la parte expresiva o sintáctica que permite que se perciba y comprenda una fotografía en referencia a sus planos, personajes y objetos, por su relación con el contexto de la página.

c) Manipulaciones sobre el contenido: es el campo que permite comprender el significado y la lectura de la información visual.

d) Manipulaciones sobre el terreno lógico o referencial: se vincula al contenido en sí del objeto y con el contexto externo, es decir, a la existencia y veracidad del objeto o acontecimiento.

En la práctica retórica Vilches (1987) señala dos tipos de procedimientos para la manipulación que se dividen según la expresión y el contenido. En la siguiente tabla se muestra el desarrollo de cada tipo de manipulación:

Manipulación de la Expresión		Manipulación del Contenido	
Alteraciones del Soporte material: se efectúa sobre la superficie material por parte del fotógrafo, ya sea en el momento de tomar la foto, o en la edición.	1. Supresión: imágenes movidas. Sectores oscuros, sobre impresión.	Distorsiones Semánticas	1. Supresión: se representa parte del objeto fotografiado, de modo que no conlleva relación con la fotografía original.
	2. Adjunción: se añaden índices externos a las fotos con el fin de señalar algo en particular.		2. Adjunción: retomando el concepto de redundancia, puede ser que en algunas ocasiones la misma imagen se muestre varias veces, lo que causa el efecto no deseado en la comprensión del lector.
	3. Sustitución: se logra mediante una supresión y a continuación, una adjunción.		3. Sustitución: Entran en juego figuras retóricas como la metáfora, la cual apoya el discurso en las imágenes, se utiliza para fines publicitarios.
	4. Conmutación: Inversión de los elementos.	Operaciones lógico referenciales	1. Supresión: consiste en afirmar un concepto cuando se niega lo opuesto. La foto de prensa se afirma un hecho a través del punto



			de vista de la escena y hace visible a algo o alguien negando cualquier otra representación.
Rupturas de la sintaxis visual	1. Supresión: Toda imagen tiene su propia coherencia a pesar de que no existan unidades mínimas. Pueden aparecer miembros cortados, eliminación de una persona u objeto completo.		2. Adjunción: las fotos de prensa se han vuelto sensacionalistas. Se aumentan las fotos, el tamaño, las cosas, personas, todo aquello que de intencionalidad al acontecimiento.
	2. Adjunción: se aumenta la importancia de elementos secundarios a través de ediciones como objetivos especiales, filtros de color, etc.		3. Sustitución: se refiere al uso de la foto como eufemismo en relación con el texto.
	3. Sustitución: se presentan casos como: falsa perspectiva y profundidad, además de que se puede añadir otro objeto sobre el espacio que se deja libre con el fin de ocultar el objeto anterior.		4. Conmutación: aparecen mentiras y engaños en las fotografías con un sentido absurdo lógico.
	4. Conmutación: se pueden presentar los siguientes tres casos: a) Separación de dos imágenes para interpolar otra entre estas. b) extraer una imagen de una secuencia de fotos para proyectarla en algún sitio especial.		

	c) Inversión del orden de la secuencia de imágenes.		
--	---	--	--

De este modo es como termina el capítulo, a continuación en el capítulo Hábitos, Biotecnología y Alimentos Transgénicos se enuncia la principal problemática por la que está atravesando actualmente la alimentación, así como algunos hallazgos que se han trabajado desde el ámbito periodístico.

## **Capítulo 2. Alimentación: Hábitos, Biotecnología y Alimentos Transgénicos**

“La naturaleza no hace nada incompleto ni nada en vano”. **Aristóteles**

Primeramente, se debe aclarar que, se podría elegir cualquier tema de análisis dentro del periodismo científico siempre y cuando se encuentre en la agenda política actual mundial, por ejemplo, enfermedades mortales tales como el cáncer, tecnología de guerra en relación con las armas biológicas, descubrimientos astronómicos, sismos etc. Sin embargo, se eligió el tema de la alimentación debido a que es una necesidad básica en todos los seres vivos, es decir, cualquier, médico, militar, astrónomo o geógrafo necesita comer para cumplir con sus obligaciones o simplemente para respirar.

Es imprescindible que los gobiernos tengan poblaciones bien alimentadas debido a que sin una dieta balanceada no se puede gozar de salud, lo que atrae enfermedades en la gente, ya sea por carencia en el consumo de nutrientes como lo es la desnutrición o por el contrario un abuso en la ingesta de alimentos, lo que termina en obesidad y diabetes. Como consecuencia los gobiernos globales necesitan invertir más presupuesto en este tipo de enfermedades.

Como se mencionó en el primer capítulo, el periodismo científico, a diferencia de la divulgación busca contextualizar y analizar asuntos como el uso del presupuesto de una nación, la ética y trascendencia de los hechos (Elías, 2018). Por lo tanto, durante el segundo capítulo se plantea el contexto actual de la alimentación respecto a la forma en la que han cambiado los hábitos de alimentación, consecuencias en el estilo de vida a las que estos cambios han llevado e investigación en tecnología alimentaria (biotecnología y alimentos transgénicos) con la finalidad de justificar las causas de por qué es importante que el periodista científico informe de forma veraz sobre este tema en la internet y de este modo no acrecentar la brecha educativa en la Sociedad de la Información y el Conocimiento.

## **2.1 Hábitos de Alimentación**

En medicina un hábito alimentario es uno de los componentes centrales del estilo de vida de las sociedades. Estos son arraigados y se van fortaleciendo día a día (Rivera, 2016). Sin embargo, el humano es un ser cambiante, que tiende a buscar novedades y probar cosas desconocidas.

Desde este ámbito es como la industria alimentaria ha sabido manejar certeramente, las motivaciones haciendo que la gente adopte, nuevas formas de cocinar los alimentos, o probar platillos y bebidas que hasta hace poco eran desconocidas (Rivera 2016). Se podría decir, que los hábitos alimentarios, no son fijos, son cambiantes a según el lugar en donde se esté, los tiempos en los que se mueva la vida, los intereses personales del momento y del mercado.

Por ejemplo, a mediados del siglo pasado, en México las madres de familia solían cocinar con manteca de cerdo. Posteriormente, la ciencia dijo que las grasas animales y saturadas (OMS,2003) no son recomendables para su consumo, por lo que se empezaron a comercializar grasas vegetales: aceite de olivo, soya, maíz, semilla de girasol, etc.

En el documental *Fed Up* (2004) se muestra que en la década de los 90, en Estados Unidos, se inició una campaña en la que se redujo la cantidad de grasa en la leche de vaca por resultar perjudicial contra la salud y por ende la población empezó a consumir leche descremada. Al tener un exceso de grasa sobrante del suero vacuno, los productores incrementaron su producción de queso. ¿Qué sucedió? El gobierno de Washington apoyó a la industria con publicidad. El queso se hizo famoso, y la población aumentó su consumo de este lácteo, debido a lo delicioso y nutritivo que es. Aquí se pudo percibir un cambio de hábito alimenticio, pese a que se siguió consumiendo la misma cantidad de grasa, la presentación del alimento se transformó lo que llevó a un cambio de consumo en la cultura estadounidense.

Las antiguas prácticas sociales de alimentación están en vías de desaparición, y las dietas occidentales y formas modernas se encuentran reemplazando a las tradicionales. “La adopción de ciertos hábitos y conductas alimentarias, como el exceso de consumo de grasas saturadas, la disminución de la lactancia natural, el concomitante aumento de la alimentación por medio de biberón” (Latham, 2002: 81), han sido los causantes de dos principales problemas nutricionales a nivel mundial: los que se deben al consumo insuficiente de nutrientes y los que originan el consumo excesivo o desequilibrado de alimentos o de constituyentes dietéticos particulares, afectando principalmente en el mundo occidental los segundos, asegura Latham.

Un ejemplo de cómo las dietas occidentales han ido dominando la escena mundial es el caso de India. Culturalmente y religiosamente en este país asiático se solían comer muchas legumbres además de un bajo consumo de carnes. Sin embargo, de acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), estas tendencias han cambiado desde mediados del siglo XX. Actualmente los cereales siguen siendo la principal fuente de energía, mientras que ha descendido el consumo de legumbres como raíces y tubérculos. Incrementó la ingesta de azúcar, grasas, aceites (soya y palma principalmente) y en muy mínima cantidad las hortalizas verdes. La alimentación continúa siendo deficiente a lo que se refiere hortalizas verdes, carne, pescado, leche y demás productos lácteos (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, 2010).

La situación que más se lamenta, es que a través de la publicidad están llegando los “alimentos chatarra” provenientes del mundo occidental y se está empezando a cambiar el gusto y paladar de la población joven. Marcas como KFC, Lays, Coca Cola, Pepsico, Domino's, han invadido la cultura oriental. El problema del cambio de los hábitos alimentarios también radica en que hay toda una revolución de los usos y costumbres de los lugares a los que llega la industria. Mencionando a India como ejemplo, se puede mencionar el hecho de que Nestlé, a través de sus sopas instantáneas, quiere incorporar sabores tradicionales como el curry, garam masala, sólo por mencionar algunos, esto conlleva a un cambio en la cultura, al perder la esencia de los sabores (Cooked, 2016).

Tan sólo en la República mexicana hay más de 380 sucursales de Mc. Donalds esperando por clientes (Mc. Donalds, 2016). Esta es una señal de cómo, incluso en el sector alimentario, un país desarrollado ha venido ganando terreno (Estados Unidos), sobre uno en vías de desarrollo (México). A mediados del siglo XX, los mexicanos equilibraban su alimentación con base en una dieta mesoamericana influenciada por una mediterránea, que trajeron los colonizadores en el siglo XVI (Rivera, 2016).

Esta tradición subsistió hasta hace unos 30 años, mientras que en aquel tiempo la tasa de obesidad en los mexicanos se mantenía aún baja. Por un lado, la dieta mesoamericana aporta alimentos como: maíz, frijol, chile, calabaza y aguacate, e incluso otros elementos que se han ido retomando, como el amaranto y la chía. Por el otro, la mediterránea se compone, principalmente, de trigo, vid y olivo (Rivera, 2016).

Cada cultura tiene un alimento básico en su dieta, por ejemplo, en México está el maíz. El trigo en Medio Oriente y Europa mientras que el arroz sobresale en el Lejano Oriente. La dieta de cada cultura gira, en torno a un alimento básico y posteriormente se va complementando con los alimentos primarios, secundarios y periféricos. La cuestión, es que, aparte de lo cultural, estos son productos de fácil y rápido acceso, por lo cual resulta evidente lo difícil que sería cambiar este hábito alimentario en las personas (Rivera, 2016).

Los alimentos primarios se consumen porque se suele tener alguna afinidad ideológica o culinaria con el alimento básico de cada cultura, por lo que son aquellos que la gente incorpora con más frecuencia en sus costumbres. Los secundarios son muy conocidos e igualmente son empleados, pero no con la misma frecuencia que los primarios y finalmente los periféricos que sólo se consiguen por temporadas, son difícil obtener o sumamente caros, igualmente son de reciente introducción en los hábitos alimentarios de las personas (Rivera, 2016).

Es necesario retroceder en el tiempo, hasta la aparición del hombre para comprender la construcción social de los hábitos alimenticios que perduran en la actualidad. Se cree que los ancestros de los humanos surgieron en la África Subsahariana entre 170 y 50 mil años atrás en el Paleolítico. Una de las teorías del rápido desarrollo del cerebro humano, a diferencia del de otras especies, es que gracias el consumo de carne se pudo incrementar el raciocinio y paulatinamente ir evolucionando. (D'Adamo, 2015).

El periodista y escritor en alimentación estadounidense Michael Pollan, plantea en su libro y documental *Cocinar: una historia natural de la transformación*, que el elemento sustancial, que llevó al hombre a poder diferenciarse de las demás especies, es decir, lo que lo convirtió en humano, sucedió en el momento en el que se descubrió el fuego debido a que los ancestros pudieron comenzar a cocinar los alimentos.

La importancia de cocinar en el proceso evolutivo se vio reflejado en los cambios fisiológicos, por ejemplo, al comer los alimentos cocidos es más fácil masticarlos, lo que reduce el ejercicio de la mandíbula y conlleva a que la digestión sea menos agresiva y por lo tanto se requiera menos energía, y de este modo sea empleada por el cerebro. Además del elemento cultural que se crea alrededor de la acción de cocinar. "Cocinar nos

proporcionó no sólo la comida, sino también la ocasión de poder comer juntos en un determinado lugar y a una determinada hora” (Pollan, 2013:88).

Con el descubrimiento y dominio del fuego fue como los primeros hombres pudieron empezar a cocinar, parece una cuestión simple, sin embargo, es una pieza clave en el desarrollo de la historia de la alimentación y su cultura. En el pasado, el comer carne implicaba muchas dificultades, porque se tenía que cazar al animal y aliñarlo, la proteína era dura y se tenía que hacer un doble esfuerzo al masticar al animal crudo con los cartílagos y huesos. Pollan (2013) remarca que no existían supermercados en donde se pudieran encontrar cortes magros con facilidad como hoy en día.

Para cazar, los hombres se organizaban en grupos y se aventuraban en las odiseas para lograr capturar a la presa, posteriormente se aliñaba, se encendía la leña y finalmente dejaban al animal sobre el fuego durante mucho tiempo. Esta tradición fue perdurando, a pesar de otras innovaciones en la cocina, hasta convertirse en lo que hoy se conoce como parrillada (Pollan, 2013).

Las parrilladas son esos rituales en los que el líder de la familia se encarga de prender el carbón y asar los cortes de carne mientras que las mujeres se dedican a otras funciones, como el preparar la ensalada o las sopas, los cuales quedan en segundo término porque el platillo estrella es la proteína. De acuerdo con Pollan (2013) esta práctica trae las reminiscencias de aquellos ya muy lejanos días, cuando el “parrillero” era visto como una deidad. Se valoraba demasiado todo el esfuerzo que se hacía, por lo que se trataba de aprovechar al máximo al animal entero, no había cabida para el desperdicio.

En algún momento ya cuando los hombres adoraban dioses, esto adquirió un sentido más profundo, era un simbolismo de ritual o tributo. Si bien los hombres eran los que consumían la carne, el humo era aquello que los dioses podían absorber a través del aire que se elevaba hasta el Olimpo (en el caso de los griegos). Ellos disfrutaban de los aromas, como seres espirituales no tenían que alimentar el estómago de la misma forma mundana que los hombres (Pollan, 2013).

Con el paso del tiempo los rebaños se fueron agotando por lo que el hombre se vio obligado a emigrar de su lugar de origen hacia el Norte de África. Ya en el Neolítico el hombre



comenzó a practicar la agricultura y la domesticación de animales. Previo a la caza, los hombres solían comer raíces y frutos que recolectaban a su paso, sin embargo, con la cacería esta práctica fue menos requerida, aunque con la agricultura volvieron a ser un elemento esencial para la evolución (D'Adamo, 2015).

Posterior a la invención del fuego Pollan (2013) retrata la aparición de las ollas o vasijas, o cualquier utensilio hondo que soporte líquidos, como el segundo gran parteaguas en el acto de cocinar. Aquí ya no sólo se trata de asar un animal, si no que se empiezan a mezclar sabores, olores, colores lo que posteriormente, emerge en una práctica cultural, además de que se aprecia la evolución del cerebro al concentrarse en técnicas más difíciles de cocción que sólo el asar.

El mezclar algunos ingredientes como vegetales, especias junto con proteínas animales y ponerlos sobre el fuego durante cierto tiempo para que se fusionen y finalmente creen platillos, no podría llevarse a cabo sin estar sumergidos en un líquido en el que las enzimas de los alimentos se conjuguen; el recipiente donde se lleva a cabo el proceso era y sigue siendo la pieza clave. La agricultura y ganadería fueron factores esenciales que permitieron un mejor desarrollo de esta técnica alimentaria (Pollan, 2013). Todas las semillas, tubérculos, legumbres y frutos secos que antes resultaban imposibles de digerir, ahora podían ablandarse, ser seguros, y por tanto convertirse en propiedad nutricional exclusiva del Homo sapiens.

Los primeros indicios de la cultura en la cocina se manifiestan gracias a esta técnica. Aunque en esencia es poner todo al fuego dentro de un recipiente no es lo mismo un consomé que un mole de olla o ponerle salsa de soya al pollo, que caldo, esto fácilmente lleva a la distinción de culturas, países e ideologías, además de que es fundamental para comprender la historia y desarrollo del mundo, por ejemplo, la alimentación es un factor que se asocia con el promedio de vida de las personas; de acuerdo con el INEGI en México se viven aproximadamente 75 años mientras que en Japón 83 (Expansión, 2016). En la república mexicana la comida suele freírse en una cacerola con mucho aceite, mientras que en Japón suele usarse el mismo recipiente, pero para hervir los alimentos con agua.

Ya para este periodo la dieta del ser humano se había enriquecido de tal forma, con el consumo de carnes al fuego, frutas, verduras, y guisos en la olla que la esperanza de vida

comenzó a incrementarse, debido a que los ancianos pudieron ingerir alimentos más blandos, al igual que los niños pequeños quienes fueron capaces de dejar la leche materna a más temprana de edad y de este modo las mujeres comenzaron a procrear más rápido (Pollan, 2013).

Hasta este momento de la historia los procesos de la cocina seguían manteniendo el mismo patrón, se ponían al fuego a cocinarse y finalmente se comían, fue hasta el consumo de cereales, que surgió la primera técnica de procesamiento de alimentos, aunque en sus inicios esos alimentos eran frescos, sin químicos, ni conservadores a diferencia de lo que se conoce actualmente como cereal (Cooked, 2016).

Con la agricultura el proceso de siembra se fue perfeccionando, los hombres escogían las mejores semillas, las recogían y finalmente araban la tierra para poder sembrarlas. La evolución también afectó a las semillas, debido a que algunas se hicieron más grandes con el objeto de alimentar a sus propios descendientes. En este contexto, resultaba difícil poder digerir los nutrientes de las semillas sin un procesamiento previo. (Cooked, 2016).

Los humanos se vieron obligados a sumergir las semillas en agua. A su vez, las podían hervir, tostar, acidificar, alcalinizar o se combinar los procesos, normalmente, el resultado final de esto era una pasta. Posteriormente se extendían en piedras para cocinarlas y como resultado se obtenía una especie de pan plano sin fermentar. Esto originó un cambio evolutivo en la genética del aparato digestivo que dotó con la habilidad de digerir mejor los almidones (Cooked, 2016).

Pollan (2016) narra que el cambio de esta especie de tortillas de trigo, hasta lo que hoy se conoce como pan, ocurrió quizás seis mil años atrás en el antiguo Egipto. Una hipótesis es que una de estas pastas se pudo haber olvidado en un recipiente durante días, hasta que un egipcio se dio cuenta que la mezcla parecía tener vida, veía las burbujas que crecían, además de que el tamaño se había duplicado. Acto seguido, no se sabe de qué forma, la llevó a la cocción y duplicó su tamaño, a pesar de ser aire sabía muy bien, de esta forma nació el pan. La forma estandarizada para procesar las semillas fue molerlas en un molino de piedra, en el presente esta práctica está casi extinta.

Actualmente el pan es un elemento básico en la dieta de las personas. Tradicionalmente las hogazas solían hacerse en casa, especialmente en los países árabes en donde la tradición del pan casero actualmente lucha por sobrevivir. Tan sólo en Marruecos, está prohibido partir el pan con un cuchillo porque se considera como un acto de violencia, por consiguiente, sólo es permitido partirlo con la mano (Cooked, 2016).

En el punto anterior es en donde emergen las características culturales que giran en torno a la alimentación, además de los distintos significados que éstas pueden adquirir por región, pueden conllevar a enfermedades, cambios genéticos y evolutivos, incluso hasta crisis sociales; por ejemplo, la primavera árabe cuya una de sus causas, consistió en una escasez de trigo que provocó saqueos, o la revolución francesa, que inició por un abrupto aumento en el precio del pan. (Cooked, 2016).

Si bien el asar carne, cocinar muchos ingredientes sumergidos en agua dentro de una olla y hornear pan, tenían como punto en común el uso del fuego, hay una técnica alimenticia que es un proceso natural, los seres humanos sólo tuvieron que descubrirla y quizás por accidente, según Pollan (2013). La existencia y vida de microorganismos dentro de los alimentos es el elemento de desarrollo principal dentro de este mecanismo, que es la fermentación.

Quizás la fermentación es el proceso más antiguo de transformar los alimentos y es que sucede, sin buscarse. El ser humano ha perseguido durante mucho tiempo el alcohol, no se sabe cómo pudo haber sido creado o descubierto por vez primera, lo más seguro es que haya sido al probar una fruta podrida. Para que la fermentación ocurra se necesita azúcar, que es de lo que se alimentan las bacterias. Tras alimentarse las bacterias desechan la glucosa en forma de ácido láctico que es la que origina la fermentación, posteriormente mueren o bien al consumirlas el ácido estomacal se deshace de ellas. En resumen, la fermentación es un proceso de putrefacción controlada. (Cooked, 2016).

La fermentación no sólo se da en el alcohol, se desenvuelve en muchos otros alimentos que se consumen: chocolate, lácteos (yogurt, quesos, crema), vegetales (kimchi, chucrut), pescados (hákarl), carnes frías (jamón y salami). Hay alimentos que se consumen alrededor del mundo con bastante frecuencia como el chocolate y los lácteos, sin embargo, otros son característicos de ciertas regiones, hablan de su cultura y connotan como es que se han

tenido que adaptar al medio que habitan para sobrevivir, o como una fruta de temporada puede curtirse y de este modo tenerla al alcance de la mano incluso cuando ya no es su temporada de producción natural, esto ayuda a entender la forma en que ciertas sociedades se adaptaron y como sobrevivieron bajo condiciones extremas, etc. (Cooked, 2016).

Escandinavia, se localiza al norte de Europa y está conformada estrictamente por Dinamarca, Noruega, y Suecia. Estos tres países, dada su localización, se enfrentan la mayor parte del año a un clima gélido, como resultado la agricultura es una práctica que padece de muchas dificultades. Actualmente por la tecnología y globalización les es más accesible importar alimentos, pero no en la antigüedad por lo que requerían usar procesos de fermentación para sus cosechas. (Chef's Table: Magnus Nilsson, 2015)

Magnus Nilsson hizo lo imposible. Es un chef sueco cuyo mayor logro es manejar un restaurante llamado Fäviken en Järpen, Suecia, en donde literalmente durante seis meses no crece nada. El elemento que hace a Nilsson un chef fuera de lo habitual es que se despojó de los parámetros actuales de cocina y retrocedió 150 mil años atrás aproximadamente. La característica básica de su servicio es usar ingredientes fermentados, de la forma clásica y antigua de las tierras de Suecia. (Chef's Table: Magnus Nilsson, 2015)

Magnus utiliza diferentes técnicas de fermentación para que durante el invierno pueda tener vegetales y frutas. La fermentación en salmuera es la más usada, el chef cura todo tipo de vegetales: papas, champiñones, zanahorias, cebollas; deposita los frascos en un sótano especial y los deja durante varios meses, la cuestión más importante aquí es la complejidad en el sabor que los alimentos adquieren, no sabe igual una zanahoria cruda que una curada. Ese es el toque de Magnus, servir ingredientes preservados. Es curioso como en la actualidad, estas técnicas antiguas parecen tan sorprendentes, cuando fueron parte de la evolución y gracias a éstas el ser humano continua con vida en el planeta. (Chef's Table: Magnus Nilsson, 2015)

De acuerdo con Pollan la tendencia mundial es decreciente en cuanto a cocinar se refiere. El tiempo que se emplea en esta actividad se ha reducido a la mitad desde los años sesenta. Actualmente en Estados Unidos se dedica un promedio de 27 minutos por 24 horas para preparar la comida principal del día, que es la cena, mientras que en 1965 se invertía una hora en la tarea. La causa principal de esta problemática se debe a que, en los modelos de

familia nucleares, mayormente, todos los miembros que conforman la casa trabajan y parece más útil regalarle tiempo extra al trabajo que a la misma alimentación (Cooked, 2016).

Pollan atribuye al movimiento feminista como la principal causa de la reducción de horas dedicadas al cocinar. Hasta la década de los 50 del siglo XX había una muy clara división del trabajo en los hogares, el hombre se iba a trabajar, mientras que la mujer se quedaba en casa invirtiendo el tiempo en la cocina. Con el feminismo, las mujeres salieron a trabajar, de este modo la división del trabajo cambió, se necesita una reestructuración, de modo que cocinar sea una labor retomada como un elemento primordial en la vida de las personas y no una cuestión de género. (Cooked, 2016).

Aunado a este nuevo fenómeno, surgió otro cuyo objetivo principal, alimentar a los soldados en la segunda guerra mundial, se transformó con la de terminación de hacer dinero, pero que finalmente siguió repercutiendo hasta el día de hoy: la industria alimentaria. Cuando la guerra llegó había que alimentar a los soldados de forma fácil, rápida y barata por lo que la industria alimentaria de Estados Unidos comenzó a crear una serie de productos que facilitara esta tarea: comida enlatada, alimentos congelados, puré de papa instantáneo (papas deshidratadas), jugo de naranja y café en polvo. Es aquí cuando la industria de lo procesado se apodera de la vida humana (Cooked, 2016).

Al terminar la guerra, la industria no estaba dispuesta a desaparecer o a seguir desarrollando sus productos sólo para casos estratégicos si no que su propósito era el de posicionarse en los millones de hogares estadounidenses y para lograrlo, caminaron bajo la bandera de “practicidad” y “variedad”. Por ejemplo, una lata de sopa, pero que no sólo sea sopa, si no que sirva para usarse con un guisado o como aderezo. Coctel de frutas en almíbar, se puede comer directo de la lata, usarse en una ensalada, verterse sobre carne al horno y usarse guarnición o se congela con crema y entonces actúa como postre. Por último, está la jamonada (SPAM), una especie de carne de puerco condimentada, que se podía comer en bollos o como carne horneada (Cooked, 2016).



Figura 3. Andy Warhol colorea una edición de las sopas Campbell. Warhol, 2012.



Figura 4. Lata de Spam. Spam, 2016.

La publicidad ayudó a que la industria alimentaria se posicionara en el mercado. Se dieron dos momentos: el primero en el que se satanizaba el quehacer doméstico. Se retrataba a las madres de casa como presas del pánico constante tratando de mantener la casa en orden, disfrutar de los hijos, y complacer al esposo, el que ellas dejaran de cocinar, les quitaba un peso de encima, además para que esforzarse si la comida procesada sabía

mejor y tenía la misma calidad, o incluso mejor, de lo que podían preparar por sí mismas. Ya para este momento no sólo se contaba con alimentos procesados, si no que se habían desarrollado los alimentos hiperprocesados o ultraprocesados, es decir, los alimentos que ya están listos para comer, sólo es necesario calentarlos y servirlos. (Cooked, 2016).

El segundo gran periodo de la revolución de la industria alimentaria a través de la publicidad, llegó entre 1960 y 1970 cuando, debido al movimiento feminista, más mujeres salieron a trabajar y la tarea de cocinar simplemente quedó renegada. No hubo un cambio de papeles, ni una nueva división del trabajo hogareño, por lo que la industria alimentaria de forma agresiva se impuso bajo el mensaje: “dejen de discutir, nosotros cocinaremos, nosotros los alimentaremos”. (Cooked, 2016).

La empresa estadounidense de pollo frito “*Kentucky Fried Chicken*” fue una de las que mejor supo imponerse bajo esta política. Crearon una campaña publicitaria en la que “*trataban de alinear sus intereses con las aspiraciones femeninas y la presión sobre los hombres para resolver este problema*” (Cooked, 2016). La población norteamericana terminó por convencerse de que esa era la solución y eso dio lugar al problema con el que se vive actualmente, creer que cocinar es difícil y quita tiempo, así fue como aconteció el principal cambio de hábitos alimenticios en las sociedades occidentales, de los alimentos cocinados simplemente en casa a la adopción de los alimentos hiperprocesados como primera fuente de alimentación.

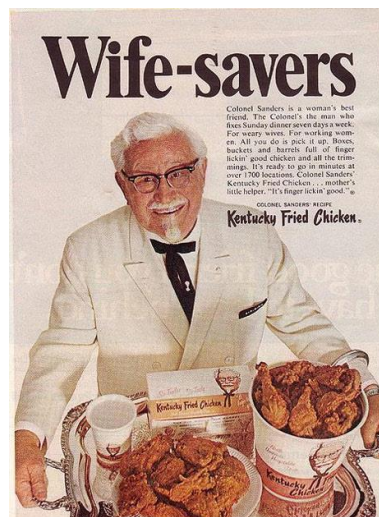


Figura 5. KFC Wife Savers. 1968.

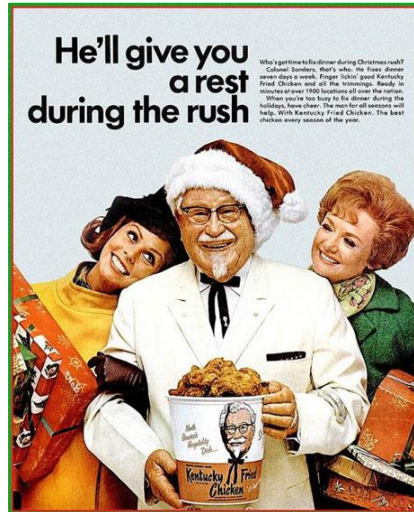


Figura 6. KFC He'll give you a rest during the rush.1968.



Figura 7. KFC Make Tonight Mother's Day. 1968.

Pollan advierte que el problema de que una corporación cocine para la gente radica en que siempre buscarán las materias primas más baratas sin que importe su calidad, además de que usarán ingredientes que no existen de manera natural en la cocina de las familias: monoglicéridos, diglicéridos, jarabe de maíz de alta fructuosa (de maíz modificado genéticamente), sólo por mencionar algunos. La clave consiste en convertir estos recursos en productos más atractivos, y para alcanzar este objetivo usan excesivamente sal, azúcar y grasa en los alimentos ultraprocesados. Debido a estas sustancias, en el cerebro se activan los receptores de dopamina y los antojos. El caso de los carbohidratos también es remarcable, porque cuando una persona siente el alza de energía que el azúcar da en la



sangre, necesita más y de esta forma se crea un ciclo adictivo. Así es como la industria alimentaria engancha a los consumidores, buscan generar dichos antojos. (Cooked, 2016).

Actualmente, los países occidentales se encuentran lidiando con los problemas de salud pública provocados por estos alimentos. Tal y como sucede con el sistema neoliberal, surge un problema, se trata de resolverlo, pero lejos de ayudar, se crea otro y en lugar de tratar de resolver el conflicto de raíz, solamente se resana durante un tiempo hasta que el mismo sistema no puede contenerlo más y termina explotando. Por ejemplo, surgen voces buscando productos orgánicos, alertando sobre las consecuencias del consumo excesivo de productos chatarra, etc. Entonces es cuando la industria alimentaria llega e invade a los países en vías de desarrollo, con consecuencias desastrosas, como enfermedades degenerativas: diabetes, hipertensión u obesidad (Cooked, 2016).

Para ejemplificar un poco más este contexto del cambio de los hábitos alimentarios, se hablará de la situación de México, debido a que es el país con el que más contacto se tiene y que más puede ayudar para entender el contexto cultural y social de los hábitos alimentarios.

### **2.1.1 Obesidad y Sobrepeso**

Un factor que se ha apoderado de la vida del hombre durante los últimos años es el aumento de peso, hasta el punto en el que se ha convertido un riesgo para la salud, causando complicaciones como: la enfermedad arteriosclerótica coronaria, ciertos tipos de cáncer, accidentes cerebro vasculares, caries dentales, diabetes y principalmente el sobrepeso y la obesidad (Latham, 2002). Primero, es necesario establecer las diferencias entre estos dos.

Ambos conceptos se refieren a una acumulación, anormal o excesiva de grasa dura o visceral, es decir, es aquella que se localiza en el abdomen y que puede perjudicar la salud, porque está relacionada directamente con patologías cardiovasculares o de metabolismo. La Organización Mundial de la Salud (OMS), establece al índice de Masa Corporal (IMC) como un indicador de la relación entre el peso y la talla. Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros. Por lo que define a estos padecimientos de la siguiente manera:

- “Un IMC igual o superior a 25 determina sobrepeso.
- Un IMC igual o superior a 30 determina obesidad.”

(Organización Mundial de la Salud 2014)

Asia, Latinoamérica y en general, todos aquellos países que se encuentren en vías de desarrollo, según el modelo neoliberal, tienen prisa en la modernización y occidentalización. Todos quieren el título de “país primermundista”, sin embargo, al no contar con una economía estable y otros aspectos sociales, como una educación adecuada y estabilidad en el sector salud, corren varios peligros, entre ellos está el desproteger la nutrición de los habitantes. (Latham, 2002)

No todo es malo con la modernización, no obstante, el producir alimentos menos perecederos y de más fácil acceso, atrae otros problemas, entre ellos está: el uso excesivo de conservadores, endulzantes derivados del maíz transgénico (jarabe de alta fructosa, maltodextrina y dextrosa), saborizantes y colorantes artificiales. De acuerdo con la OMS (2016) en México, el gobierno debe invertir al menos 150 mil millones de pesos para atender enfermedades como la obesidad, dicha cifra se tiene proyectada hasta el 2020.

La OMS asegura que alrededor del mundo hay más de mil millones de adultos con sobrepeso y que más de 300 millones tienen obesidad. De acuerdo con la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) en México la obesidad se ha incrementado entre un 2% y 3% en los últimos 5 años, en comparación con otros miembros de la misma organización como Italia, Corea, Inglaterra e incluso Estados Unidos en donde se ha mantenido estable. (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico, 2014).

De acuerdo con la misma OCDE, la obesidad es un problema de desigualdad que afecta más fuertemente a las mujeres. La crisis económica por la que se está atravesando ha hecho que las familias gasten menos dinero en comida con calidad por lo que tienen que comprar alimentos chatarra de poco valor nutricional y alto contenido calórico. (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico, 2014).

### **2.1.1.1 Políticas establecidas por el gobierno federal en el sexenio 2012-2018 para contrarrestar el sobrepeso y obesidad**

Las siguientes medidas para luchar contra la obesidad en México, propuestas por el presidente Enrique Peña Nieto, no son más que normas ejecutadas previamente por la OCDE y que al parecer dieron resultados en países como Finlandia, Dinamarca, Francia y Hungría:

- “El impuesto sobre el refresco y la comida chatarra.
- Los componentes del etiquetado nutricional de la estrategia mexicana van de acuerdo con las experiencias de otros países, añadiendo algunas características innovadoras, tales como la información calórica obligatoria, no sólo por porción, sino también por producto, en la parte frontal del etiquetado.
- Restringir la publicidad de comida chatarra dirigida a los niños de acuerdo con el horario destinado para éstos, en los medios masivos.”

(Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico, 2014).

La OCDE afirma que estas propuestas fueron muy positivas en los lugares antes mencionados, sin embargo, México es uno de los primeros países consumidores de bebidas gaseosas. El gobierno de Peña Nieto estableció un impuesto sobre el valor agregado a los refrescos, pero la medida no funcionó, por lo que se redujo un 50% el impuesto a pesar de esto, las refresqueras no bajaron sus precios, por lo que el costo sigue siendo el mismo.

Además de estas medidas, el gobierno federal cuenta con algunas políticas públicas para luchar contra las enfermedades. Una de éstas es “Chécate, Mídete, Muévete” en la que se le aconseja a la población el visitar frecuentemente su clínica, para detectar problemas de sobrepeso u obesidad. Durante algún tiempo hubo anuncios de esta política en los medios de comunicación, como tele y radio, actualmente ya no cuenta con esta difusión. Este programa es aplicado tanto en el Instituto del Seguro Social (IMSS), como en el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE). Sin embargo, es evidente que no toda la gente tiene acceso a estos servicios médicos. (IMSS, 2016).

La “Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes” del gobierno de Peña Nieto, cuenta con un “Plan de Promoción a la Salud” que tiene dos objetivos clave. Promoción de la alimentación correcta y promoción de la actividad física a nivel individual y colectivo (familia, escuela, sitios de trabajo y comunidad). Para lograr esto, se apoyan de la comunicación educativa, mediante la cual, supuestamente han estado realizando desde 2003 las siguientes medidas: (Secretaría de Salud, 2013):

- “Llevar a cabo una campaña masiva en contra de la obesidad mediante mensajes positivos.
- Diseñar e incorporar al currículo de educación de nivel básico una materia dirigida a la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.
- Generar manuales de procedimientos, materiales educativos, cursos en línea para profesionales de la salud, distribución de las guías internacionales y la norma nacional en unidades de primer contacto y hospitales de segundo nivel.
- Establecer un grupo asesor de expertos en nutrición, promoción de la salud y salud pública para apoyar las campañas de comunicación educativa y los contenidos de salud y nutrición en los Libros de Texto gratuitos.
- Establecer el uso de la mercadotecnia social para el desarrollo de campañas orientadas al manejo de determinantes del sobrepeso y la obesidad.
- Formar consumidores informados capaces de interpretar las características nutricionales de los productos que adquieren.”

(Secretaria de Salud, 2013: 63-64)

La Secretaria de Agricultura, Ganadería y Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (SAGARPA) junto con El Servicio Nacional de Sanidad, Inocuidad y Calidad Agroalimentaria, implementaron un programa llamado “Guardianes de la Alimentación”, en el que se les da folletos a niños de entre 5 y 11 años, con información sobre cómo construir “el plato del buen comer” y recomendaciones sobre activación física (Navarro, 2015).

Desgraciadamente, el problema de la obesidad no se resuelve con sólo educar a los niños, claro, que es un punto clave en la lucha contra la enfermedad, pero un gran sector de la población queda fuera, debido a que hoy por hoy estos trastornos del nuevo siglo van más allá de, clase social, sexo y edad. A su vez, no se cuestiona a la calidad de los alimentos que se encuentran en el mercado. Siempre se culpa al ciudadano promedio por sus

problemas de salud, pero al cambiar el método de producción y procesamiento de los alimentos, la naturaleza química de dicha comida cambia.

En México la marca Bimbo es una de las principales fábricas productoras de pan de caja. Es ordinario ver los productos de esta compañía en las casas de las familias, sin embargo, el proceso que la empresa desarrolla para la elaboración de sus panes dista mucho de la original. Cuando Pollan habla sobre la intervención del aire como elemento en la cocina en el documental *Cooked* (2016), basado en su libro *Cocinar: una historia natural de la transformación* (2013), le dedica el capítulo entero a la producción de pan. En esta parte explica que cuando las semillas se refinan hasta obtener harina blanca, la mayoría de los nutrientes y propiedades se pierden, sin embargo, a las empresas les conviene más trabajar con este tipo de materia prima debido a que se convierte en un alimento no perecedero.

Al disipar los nutrientes, los productores tratan de contrarrestar este faltante añadiendo aditivos especiales al pan, como vitaminas, minerales, y un sinfín de productos químicos. El problema es que la elaboración del pan ha cambiado dado este modo de producción. Actualmente se culpa al gluten de ser causante de alergias y problemas gastrointestinales, pero ¿por qué no se culpa el método de elaboración del pan? ¿por qué el gobierno no regula los ingredientes y la calidad de alimentos que se emplea en la comida que consumimos?

De nueva cuenta en la historia del pan, los medios de comunicación fueron los encargados de construirle prestigio a la harina blanca. A través de comerciales televisivos se anunciaba todos los nuevos nutrientes que se le adicionaban, lo que permitía que las empresas vendieran el pan como algo “más sano y novedoso” (*Cooked*, 2016).

## 2.2 Biotecnología y Alimentos Transgénicos

Otro problema que se suscitó debido a la urgencia de la industria alimentaria de abaratar los costos de producción, fue con el desarrollo de la biotecnología y con ésta de la ingeniería genética precisamente en la industria alimentaria, es aquello que se conoce como alimentos transgénicos u organismos genéticamente modificados, tan comunes al presente en la sociedad occidental y más particularmente en Estados Unidos y en aquellos países en vías de desarrollo que consumen todas sus importaciones alimentarias.

De acuerdo con la OMS los organismos genéticamente modificados (OGM) pueden definirse como organismos (plantas, animales o microorganismos) en los cuales el material genético (ADN) ha sido alterado en una forma que no ocurre naturalmente por apareamiento y/o recombinación natural. Usualmente, se seleccionan genes individuales para ser transferidos de un organismo a otro, incluso entre especies diferentes (World Health Organization, 2014).

Los alimentos transgénicos son desarrollados y vendidos, tras años de investigación, debido a las ventajas percibidas en la producción y consumo de éstos. Esto quiere decir que se producen bajo un menor costo y con un mayor beneficio (en términos de durabilidad y de valor nutricional) o ambos. Inicialmente, los productores de las semillas genéticamente modificadas querían que los granjeros aceptaran sus productos y que trajeran beneficios directamente a los mismos (y a la industria alimentaria en general). El objetivo principal de la biotecnología es mejorar la protección de los cultivos. Actualmente los organismos genéticamente modificados disponibles para cultivar en el mercado protegen a las plantas de enfermedades causadas por insectos, virus y pueden incrementar la resistencia hacia algunos herbicidas. (World Health Organization, 2014).

Los cultivos alcanzan resistencia contra los insectos cuando producen una toxina gracias a la incorporación en las plantas del gen de la bacteria *Bacillus Thuringiensis* (Bt) que igualmente es usada como insecticida, de acuerdo con la OMS, sin tener consecuencias negativas para el ser humano. Supuestamente se ha demostrado que las plantas que producen esta toxina necesitan menos cantidad de insecticida (World Health Organization, 2014).

En cuanto a la resistencia a los virus, los OGM funcionan de la misma manera que con la implantación del BT, se les incorpora a los cultivos un gen de cierto virus que causa la muerte de las plantas y de este modo pueden luchar contra los factores externos sin ser aniquiladas, es similar a la función de las vacunas en los seres humanos (World Health Organization, 2014).

El glifosato o como se le conoce comercialmente "Roundup" es un herbicida que fue desarrollado por la empresa estadounidense, que fue la misma en comercializar las primeras semillas transgénicas: Monsanto. El Roundup tiene la función de fungir como herbicida en los OGM a los que se les insertó un gen que causa resistencia a este químico, este es el tercer grupo de OGM, pese a que la planta pueda ser plagada por hierbas parásito, resiste al tratamiento con Roundup debido a que es inmune a éste tal y como la soya "Roundup Ready". Tan sólo en Estados Unidos, el 91% de la soya que se produce es transgénica, no por algo en los 90 surgió la moda de esta semilla, se recomendaba consumir este alimento como alternativa a la carne por sus grandes cantidades de proteína y poca cantidad de grasa y colesterol. (GMO OMG, 2013).

La OMS (2014) afirma que los OGM son seguros debido a que pasan por una etapa de pruebas por la que los alimentos convencionales no son evaluados, es decir, estos últimos se consideran saludables porque durante la historia han establecido un récord de consumo en el que han sido benéficos. Dado que los OGM no se dan de forma natural necesitan ser estudiados previamente al consumo, para de este modo, poder garantizar su seguridad y calidad. La evaluación de seguridad se enfoca en:

Salud Humana:

- a) Efectos directos a la salud (toxicidad)
- b) Capacidad de provocar reacciones alérgicas.
- c) Componentes específicos que pueden tener propiedades tóxicas o nutricionales.
- d) La estabilidad del gen insertado (que todos los procesos que suceden en el gen de desarrollen de forma normal).
- e) Efectos nutricionales asociado con la modificación genética.
- f) Cualquier efecto inintencionado que puede resultar de la inserción del gen.

Medio Ambiente:

- a) Evaluación de las características de los OGM y su efecto y estabilidad en el medio ambiente, combinados con las características ecológicas del medio ambiente en el cual la introducción tendrá lugar.

Pese a que las autoridades sanitarias mundiales (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura- FAO y OMS) aseguran que los OGM no tienen ningún efecto negativo ni en la salud humana ni en el ambiente, han surgido varias preocupaciones respecto a éstos.

Salud humana:

1. Reacciones alérgicas: la transferencia de genes de organismos comúnmente alérgicos para los organismos no alérgicos no se recomienda, por lo que no es posible que se puedan insertar genes de este tipo en los OGM. Supuestamente la FAO (por sus siglas en inglés) y la OMS han evaluado los procesos bajo los cuales se someten los OGM para determinar el grado alérgico de éstos y no ha sido encontrado ningún efecto negativo en este rubro.
2. Transferencia del Gen: la transferencia de genes de los OGM a las células del cuerpo, o a las bacterias del tracto gastrointestinal causarían preocupación, si el material genético transferido causa efectos adversos en la salud humana. Particularmente si esto causa resistencia en el uso de antibióticos. A pesar de que esto es posible, el desarrollo de genes transferidos tecnológicamente que no envuelven resistencia a los antibióticos ha sido logrado.
3. Exogamia: la polinización de cultivos convencionales por plantas genéticamente modificadas, quizás pueda tener un efecto indirecto en la seguridad de los alimentos. Han sido reportados algunos casos en donde los cultivos de los OGM aprobados para alimentar animales o para uso industrial han sido detectados en bajos niveles en productos destinados al consumo humano. Muchas naciones han adoptado estrategias para reducir la mezcla, incluyendo la separación física de los campos de cultivos convencionales y de los cultivos de OGM.

Medio Ambiente:

1. La capacidad de los OGM de escapar y potencialmente de introducir los genes modificados en poblaciones salvajes.



2. La persistencia del gen posteriormente el OGM ha sido recolectado.
3. La susceptibilidad de organismos que no son blanco (insectos que no son plagas).
4. La estabilidad del gen.
5. La reducción del espectro de otras plantas incluyendo la pérdida de biodiversidad.
6. El incremento de uso de químicos en la agricultura.

La pregunta en cuestión es si los OGM son seguros y sobre todo de qué forma han alterado los hábitos alimentarios. La OMS (2014) afirma que lo son, porque todos aquellos que se encuentran en el mercado actualmente han sido correctamente evaluados y no presentan riesgos para la salud humana, además de que no se han encontrado efectos negativos en la salud humana en los países que los han aprobado. El uso de OGM relativamente es nuevo, no han pasado ni 20 años desde que se introdujeron en el mercado bajo un uso comercial común, las primeras generaciones de humanos que los han consumido desde temprana edad, aún son demasiado jóvenes para ver los efectos a largo plazo. Como tal no hay pruebas, pero respecto al medio ambiente no se puede decir lo mismo, incluso la FAO (2001) ha aceptado que se ha demostrado que cuando el alimento de las mariposas monarcas está contaminado por polen de maíz BT, mueren con más facilidad.

En el caso de México, ha ocurrido un caso similar, afectando a la fauna y medio ambiente. En mayo de 2012 durante la administración del expresidente Felipe Calderón Hinojosa, se otorgó a través de la Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (SAGARPA) y está mediante el Servicio Nacional de Sanidad, Inocuidad y Calidad Agroalimentaria (Senasica), un permiso a la empresa estadounidense Monsanto para que se sembrara soya Roundup Ready en territorio nacional (Aranda, 2015).

En noviembre de 2015 la Segunda Sala de la Suprema Corte de Justicia de la Nación, con el proyecto encabezado por el ministro Eduardo Medina Mora, anuló el permiso concedido a Monsanto para sembrar soya en los estados de Campeche, Chiapas y Yucatán debido a que una serie de productores de miel encabezados por Angélica María Ek Canché, promovieron amparos contra Monsanto y la Senasica al asegurar que la plantación de la soya transgénica estaba afectando su producción de miel (Aranda, 2015).

Cuando las abejas consumen polen contaminado por la soya transgénica, la miel se ve directamente afectada. El 90% de la miel que se produce en esa zona del país era

exportada a Europa, en 2011 la Unión Europea le cerró las puertas a la miel mexicana, porque se encontraron trazos de soya genéticamente modificada, hecho que afectó directamente a los productores nacionales (Calderón, 2015).

De este modo, es como desde 2011 los apicultores han luchado por librarse del yugo de Monsanto. El ministro Medina Mora asegura que es necesario escuchar a las comunidades, la Constitución Mexicana y los tratados internacionales suscritos por México, establecen que cuando un proyecto productivo pueda afectar directamente a las poblaciones indígenas, este no debe llevarse a cabo. Monsanto lamentó la decisión, pero dicen respetarla, sin embargo, están esperando que al final del proceso el resultado salga a su favor (Aranda, 2015).

Otro problema ambiental que se ha suscitado desde la aparición de los OGM, es la resistencia que las plagas han desarrollado al glifosato. Tanto insectos como distintos tipos de maleza se han vuelto resistentes al pesticida. Tan sólo en Estados Unidos, entre 9 y 12 tipos de maleza se han fortalecido, entre ellas está la Ambrosía gigante, que afecta más de 9 estados. La solución a esto es usar más cantidad de Roundup, sin embargo, los alimentos se contaminan más y más, además de que las principales empresas desarrolladoras de OGM, son las únicas beneficiadas al tener que vender mayor cantidad de pesticida, éstas son: Du Pont, Syngenta y el ya tan mencionado Monsanto. La misma situación ocurre con los insectos, la diabrótica ahora es resistente al glifosato. El algodón también ha sufrido las consecuencias, el gusano de algodón, se alimenta de la toxina BT que es la misma, que debería de destruirlo. (OGM OMG, 2013).

Un fenómeno más es la polinización no deseada. Al tener un campo lleno de maíz BT, es común que los insectos y aire lleven el polen hacia otros campos que pueden ser de maíz convencional. Evidentemente estos cultivos se contaminan del polen con BT y por ende se comienzan a cosechar OGM, al cosechar OGM sin haber pagado por las semillas se cae en un delito, porque se está usando la semilla sin haber pagado la patente. Monsanto ha denunciado a cientos de granjeros en Estados Unidos, o bien ha “negociado” con ellos, pueden evitar el proceso penal siempre y cuando acepten comprar semillas a la misma empresa (OGM OMG, 2013).

En la Unión Europea es necesario que los fabricantes adviertan en sus etiquetas si se han usado OGM en la elaboración de sus productos, mientras que en Estados Unidos se ha exigido que se realice el etiquetado de OGM en los alimentos que los contienen. Sin embargo, esto no sería útil para la industria y por ende el camino no ha sido fácil, el estado de Vermont en Estados Unidos, fue el primero en tratar de legislar el etiquetado de los OGM, pero Monsanto amenazó con demandar si se aprobaba la ley. El argumento es simple, si la gente comienza a leer en los contenidos de los productos, que están consumiendo OGM, quizás elijan aquellos productos que no los contienen, evidentemente, esto implicaría el fin para Monsanto (OGM OMG,2013).

Hoy por hoy, México no tiene alguna legislación respecto a los OGM. Entran libremente al territorio, y muchas compañías alimenticias los usan debido a su bajo costo. Además de que la soya Roundup Ready y el maíz BT son usados para alimentar a vacas, pollos y puercos. En la actualidad es casi imposible no consumir transgénicos, se tiene que ser muy cuidadoso para evitarlos, más en un país en vías de desarrollo como lo es todo Latinoamérica. Lo curioso es que, en países de primer mundo como Noruega (OGM OMG, 2013) su consumo está prohibido.

Si bien, al parecer estas situaciones no afectan a la población en primer grado, como se mostró anteriormente si hay un impacto tanto en el medio ambiente como en la salud humana. Tal parece que esos días en los que la comida y sus hábitos eran respetados, quedaron atrás para entrar en una era de alimentos chatarra. Por eso es importante que los periodistas, informen a la sociedad de esta situación y los conduzcan adecuadamente.

En el siguiente capítulo se muestra la metodología del instrumento de análisis tanto como del discurso, como de la imagen.

### **Capítulo 3. Metodología**

“Primero fue necesario civilizar al hombre en su relación con el hombre. Ahora es necesario civilizar al hombre en su relación con la naturaleza y los animales”. **Víctor Hugo**

### **3.1 Investigación Cualitativa vs Investigación Cuantitativa**

De acuerdo con Quecedo y Castaño (2003), en el mundo de la investigación existen dos corrientes de comprensión de la realidad: la cuantitativa y la cualitativa. La primera responde a la corriente positivista de Comte y Durkheim desarrollada entre el siglo XIX e inicios del siglo XX. El objetivo de los cuantitativos es entender la realidad desde una perspectiva en la que los fenómenos sociales, entendidos como cosas, ejercen influencia externa sobre las personas.

Por otro lado, la investigación cualitativa pertenece a la fenomenología, la cual cobró protagonismo durante la década de los sesenta. El principal objetivo de esta corriente es comprender los fenómenos sociales desde la percepción del propio actor, por lo tanto, las técnicas empleadas son la observación, entrevista en profundidad, etc, las cuales generan datos descriptivos, a diferencia de la cuantitativa que genera información estadística.

Quecedo y Castaño (2003) definen a la investigación cualitativa como “la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable”. Cabe recalcar las siguientes características de la investigación: es inductiva por lo que sigue un diseño de investigación flexible. Es holística, por lo que es importante entender el contexto desde el pasado, hasta el presente. Finalmente, no buscan la verdad absoluta, si no que, en su defecto, una comprensión detallada de las perspectivas de otras personas.

Para la realización del trabajo se necesitaba encontrar una técnica de investigación que permitiera analizar los contenidos a detalle, es decir, comprender el contexto histórico de cada medio, los elementos por los que están compuestos los contenidos, así como la ideología de los mensajes dados, por lo que era necesario la utilización de una técnica fenomenológica.

En primera instancia se pensó en utilizar el análisis de contenido debido a que es una técnica cuyo objetivo principal es la interpretación de textos (Abela, 2000). Sin embargo, para comprobar la hipótesis de la investigación era necesario interpretar la información desde un enfoque más crítico por lo que se optó por elegir al análisis del discurso como

técnica de investigación, debido a que permite conocer las estructuras del discurso y propiedades del contexto. (Van Dijk, 1990).

### 3.2 Selección de contenidos para realizar análisis

Las publicaciones periodísticas que fueron seleccionados para el análisis debieron haber sido publicadas en los portales de internet mencionados en el capítulo 1 (*Excélsior, El País, Clarín, The New York Times* y la *British Broadcasting Company*) así como abordar cualquier tipo de contenido sobre alimentación.

Se seleccionaron tres publicaciones por cada medio de comunicación con el objetivo de visualizar de forma amplia el tipo de contenidos que contiene cada uno. En la siguiente tabla que pueden encontrar los contenidos periodísticos analizados dentro de la investigación. La ficha se divide en el título del contenido, el medio al que pertenece, la fecha en la que fue publicada, su fuente que se entiende como el autor del contenido, el país, idioma y finalmente se le asignó un número de clave de análisis con el que se identificará en adelante.

Ficha de Contenidos Periodísticos Analizados:

Título	Medio	Fecha de Publicación	Fuente	País	Idioma	Clave de Análisis en Anexos
¿Se puede perder peso comiendo pizza? Anexo 1	El País	11 septiembre 2016	Ángeles Gómez López	España	Español	1
¿Cuántos huevos puedo comer a la semana? Anexo 2	El País	23 abril 2016	Cristina Bisbal Delgado	España	Español	2
Tres Ingredientes que no debería añadir al café Anexo 3	El País	22 enero 2016	Eva Carnero Chamón	España	Español	3

Al comer tortilla evitas el papiloma y el cáncer cervicouterino Anexo 4	Excélsior	06 julio 2016	Quadratín	México	Español	4
La moda "gluten free": ni adelgaza, ni es más saludable Anexo 5	Excélsior	16 septiembre 2016	Europa Press	México	Español	5
Estos son los beneficios de consumir leche Anexo 6	Excélsior	06 septiembre 2016	Notimex	México	Español	6
Tres placeres: así el postre perfecto Anexo 7	Clarín	18 agosto 2016	Sin Fuente	Argentina	Español	7
Oxitocina: ¿nueva arma contra la obesidad? Anexo 8	Clarín	10 octubre 2016	Mónica Katz	Argentina	Español	8
Qué aportan los condimentos además de sabor Anexo 9	Clarín	18 julio 2016	Sin Fuente	Argentina	Español	9
Is Roasting a Healthy Way to Cook Vegetables? Anexo 10	The New York Times	26 agosto 2016	Roni Caryn Rabin	Estados Unidos	Inglés	10
Why Your Granola Is Really a Dessert Anexo 11	The New York Times	30 agosto 2016	Anahad O'Connor	Estados Unidos	Inglés	11
Is Sushi "Healthy"? What about Granola? Where Americans and Nutritionists disagree Anexo 12	The New York Times	05 julio 2016	Kevin Quealy y Margot Sanger-Kate	Estados Unidos	Inglés	12

Could artificial sweeteners make people more hungry? Anexo 13	BBC	13 julio 2016	Sin Fuente	Reino Unido	Inglés	13
Glasgow University scientists' warning over sugar focus Anexo 14	BBC	13 julio 2016	Sin Fuente	Reino Unido	Inglés	14
Most kids' lunchboxes are still unhealthy, research suggests Anexo 15	BBC	6 septiembre 2016	Sin Fuente	Reino Unido	Inglés	15

### 3.4. Análisis del Discurso

A continuación, se muestra la construcción del instrumento de análisis del discurso, mediante el establecimiento de los objetivos a alcanzar en la investigación, los conceptos que ayudarían a obtener la información, así como la finalidad de los primeros.

Objetivos	Concepto	Finalidad.
Identificar el tema del contenido periodístico.	Tema: Titular, entrada y Fuentes Macroestructura y macro posiciones	Al identificar el tema, conoceremos sobre que corriente alimentaria versa el discurso, por ejemplo, si es sobre obesidad, transgénicos, dietas, etc. Esto ayuda a detectar si el periodista está preocupado por informar al lector de temas actuales. Al conocer el titular,



		<p>entrada, así como la macroestructura y macroposiciones será factible reconocer si hay concordancia en el discurso.</p>
<p>Identificar el género periodístico de la publicación.</p>	<p>Género Periodístico</p>	<p>Identificar el género ayuda a conocer las tendencias periodísticas actuales. Así como distinguir en forma en la que se recaba información (entrevistas, información documental, conferencias) las fuentes consultadas y tendencias. Esto permite reconocer si los contenidos son objetivos.</p>
<p>Identificar los elementos periodísticos que contiene la publicación.</p>	<p>Titular, Entrada y Fuentes.</p>	<p>Más allá del género periodístico es imprescindible que los contenidos cuenten con los elementos necesarios para que sean considerados periodismo científico, por lo tanto, de suma importancia identificar si los contenidos cuentan con sus</p>

		<p>elementos compositivos completos. Las fuentes permiten dictaminar si la información es confiable, objetiva y no tendenciosa.</p>
<p>Analizar la ideología del contenido.</p>	<p>Estructuras Básicas, Análisis Estilístico e Ideológico.</p>	<p>El analizar la ideología ayudará a identificar la tendencia periodística de los contenidos, así como la postura del autor respecto al tema que está describiendo. Esto es un indicador para detectar si la publicación es imparcial y objetiva, para orientar a los lectores en la Sociedad de la Información y el Conocimiento. Se puede encontrar en cualquier parte del contenido, ya sea la entrada o el titular.</p>

A partir de la tabla de especificaciones anterior, en la que se establecieron los objetivos del análisis, se construyó el instrumento de registro. El instrumento se compone de un espacio de para la clave de las notas analizadas que concuerda con el registro otorgado en Ficha de Contenidos Periodísticos Analizados. Posteriormente se numeran los siguientes

elementos: Titular, Entrada, Género Periodístico, Macroestructura y Macroposiciones, Fuentes, Estructuras Básicas, Análisis Estilístico y Análisis Ideológico.

Por lo tanto, en el recuadro de clave solo se registró el número de la nota analizada. Mientras que en Titular y Entrada se copiaron estos elementos para su posterior análisis. En los campos de Macroestructura y Macroposiciones se resumió la información de los contenidos de forma que se permitiera reconocer el tema general de la publicación, así como un análisis más profundo de cada párrafo que posteriormente diera cabida a la comprensión de la ideología expresada en los contenidos a partir de las Estructuras Básicas, Análisis Estilístico e Ideológico.

Tanto en Estructuras Básicas, Análisis Estilístico e Ideológico se registraron todos los componentes detectados de cada uno de estos conceptos:

Estructuras Básicas: sintagma, Lo dicho y lo no dicho, Tipificación.

Análisis Estilístico: Universalización, Vía del Ejemplo, La Pregunta, Amplificación, Atenuación, Figuras (Comparación, Metáfora, Antítesis, Antonomasia, Inferencia Inmediata).

Análisis Ideológico: Uniacentualidad, Todo expresado, Consignas de Interpretación.

En el espacio de Fuentes, se catalogaron cada una de las referencias a partir de Elías (2007), que fueron encontradas. Finalmente, el género se dictaminó tras el análisis completo de los contenidos periodísticos. A continuación, se muestra el instrumento:

**3.3.1 Instrumento de Registro:**

Clave	Titular	Entrada	Género Periodístico	(Macroestructura)	Macroposiciones	Tipo de Fuentes mencionadas  (en caso de aparecer) y anotaciones	Estructuras básicas	Análisis estilístico	Análisis Ideológico	Imagen  (En caso de haber imagen véase tabla II))

### 3.4 Análisis de la Imagen

A continuación, se muestra la construcción del instrumento de análisis de la imagen, mediante el establecimiento de los objetivos a alcanzar en la investigación, los conceptos que ayudarían a obtener la información, así como la finalidad de los primeros.

Objetivo	Concepto	Finalidad
Identificar los elementos que contiene la imagen.	Fuente, Punto, Línea, Color, Personajes, Ubicación.	El identificar los elementos que contiene la imagen permitirá saber si hay una relación entre las imágenes que ilustran las publicaciones y el contenido de éstas.
Analizar la ideología del contenido.	Manipulación de la Expresión y del Contenido.	Analizar la ideología de la imagen será útil para detectar si la publicación es objetiva o tiene cierta tendencia.
Inferir su propósito en el texto.	Función.	Ayudará a comprender de una forma más global la utilidad y tendencia de la publicación.

A partir de la tabla de especificaciones anterior, se construyó la tabla de registro en la que se asignaron campos de análisis para la clave de la imagen, fuentes, punto, línea, color, personajes, ubicación dentro del texto, así como los elementos de persuasión y finalmente un campo para la interpretación de la funcionalidad de la imagen en la publicación.

El conocer la fuente de la imagen es de suma utilidad debido a que permite conocer si la imagen fue creada en específico para la publicación o en su defecto fue tomada de otro recurso, lo cual indica la importancia y utilidad de este elemento en el texto.

En el campo asignado para el punto se registró, cuál es el elemento que más sobresale en la imagen lo cual ayuda a determinar si la imagen es utilizada como un medio de atracción. La línea, se registró con una descripción de su construcción gráfica debido a que permite reconocer la estructuración de la imagen lo que orienta en la identificación de los elementos con más o menos importancia, mientras que el color con base en las interpretaciones de Dondis (2011) auxilia en la comprensión del propósito y tendencia de ésta.

Los personajes son un elemento imprescindible en el análisis debido a que se relaciona directamente con el contenido de la publicación, esto ayudaría a identificar estereotipos o bien si hay relación entre ambos elementos y por lo tanto conocer si verdaderamente la imagen es empleada en función del texto, por lo que en este campo se registraron todos los personajes que aparecieran en las imágenes.


La ubicación dentro del texto orienta en conocer si la imagen está siendo utilizada como método de atracción de lectores, por ejemplo, al estar al inicio. O bien, puede ser que tenga otra función como ilustrar o explicar el contenido.

Finalmente se asignaron campos de registro para los elementos de persuasión de la imagen estipulados por Vilches(1987) : Manipulación de la expresión, la cual está conformada por las alteraciones al soporte material y las rupturas de la sintaxis visual, así como la Manipulación del Contenido constituida por las distorsiones semánticas y las operaciones lógico referenciales. Con estos elementos se puede identificar la tendencia de la imagen, así como su manipulación, analizar estos elementos y describirlos resulta esencial para la comprensión de la función de la imagen en el texto.



**3.4.1 Tabla de Registro**




Clave	Fuente	Punto	Línea	Color	Personajes	Ubicación	Elementos de Persuasión				Función
							Manipulación de la expresión		Manipulación del Contenido		
							Alteraciones del soporte material	Rupturas de la sintaxis visual	Distorsiones semánticas	Operaciones lógico-referenciales	




### 3.4.2 Claves de Análisis de Imágenes

Clave	Clave en publicación en instrumento de análisis	Medio	Imagen
1	1	El País	
2	2		



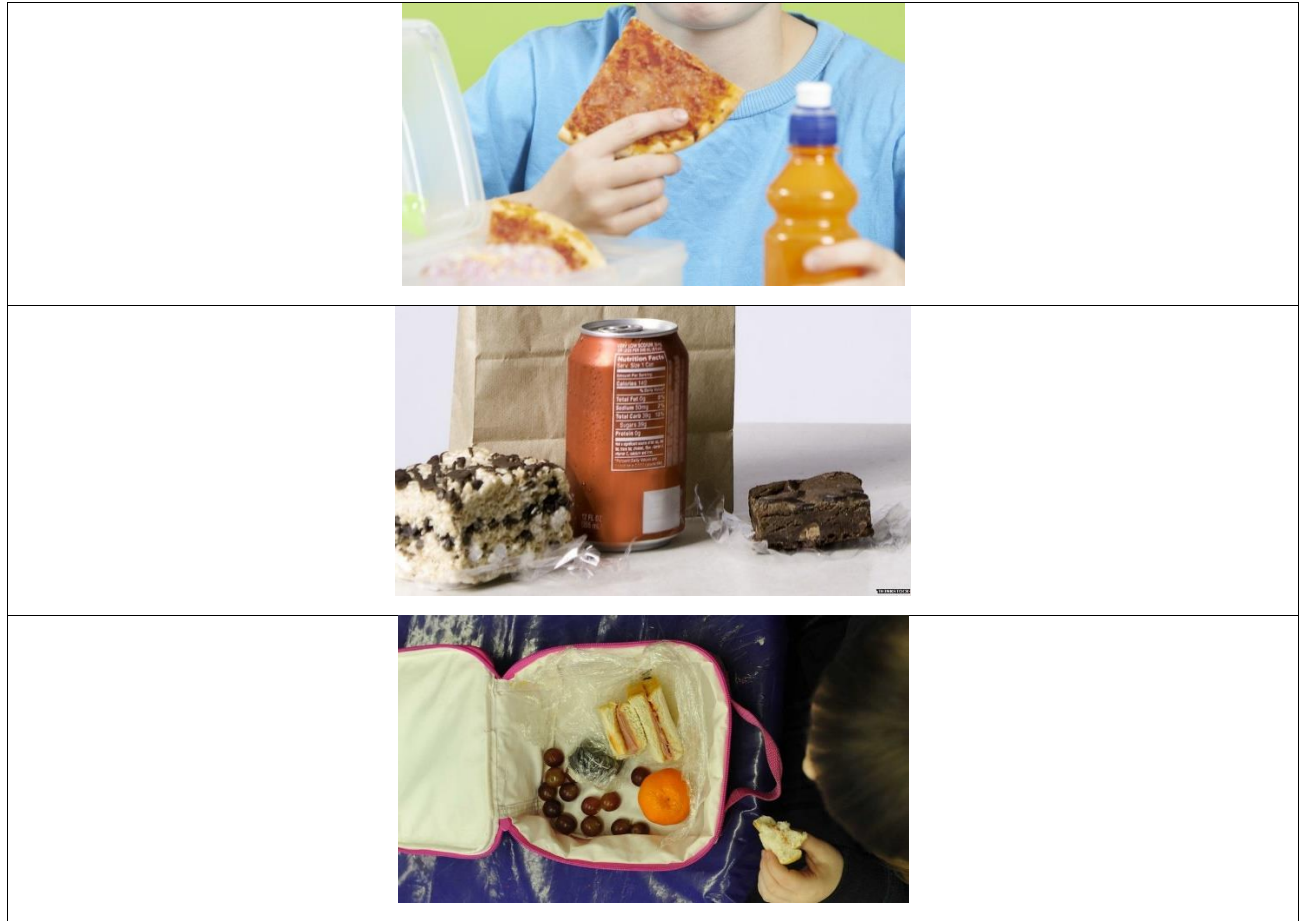
3	3		
4	4	Excelsior	
5	5		

6	6		
7	7	Clarín	
8	8		

9	9				
10	10	The New York Times			
11	11				

12	13	BBC			
13	13				
14	14				
15	14				

16	15
17	15
18	15



19



## **Capítulo 4. Análisis, Interpretación y Conclusiones**

“Que el alimento sea tu mejor medicina y tu mejor medicina sea tu alimento.” **Hipócrates**

En este capítulo se presenta el análisis e interpretación de los discursos de las publicaciones seleccionadas.

#### **4.1 Análisis e Interpretación de publicaciones (véase anexo 15)**

Para la aplicación de la técnica, se leyeron y analizaron las publicaciones seleccionadas, con la finalidad de buscar los elementos que prevalecen en éstas y clasificarlos con los elementos propuestos en las tablas de análisis, esto con la ayuda del instrumento construido a partir de los elementos del análisis discursivo, sugeridos por Daniel Prieto Castillo y Teun van Dijk.

##### **4.1.1 Titular**

Según van Dijk, (1990) la organización temática desempeña un rol crucial en el discurso periodístico, pues normalmente la información aparece en orden jerárquico, por lo que, en primera instancia, habría que comprender cuál es el tema de la publicación, el cual debería aparecer en el titular.

##### **4.1.1.1 Pregunta**

En seis de las 15 publicaciones analizadas apareció la pregunta, por lo que fue uno de los elementos que más se encontró en los titulares. Prieto Castillo (1994) la cataloga, dentro del análisis estilístico del discurso, como un recurso que seduce y/o divierte, además de que ayuda a sembrar la duda.

Aparece en el reportaje número 1 y 2 de *El País*, en este caso la misma pregunta se vuelve el tema de los reportajes, pues su contenido trata de responder a estas interrogantes. Por ejemplo, en estos mismos reportajes, se siembra la incertidumbre, sobre si los alimentos chatarra ayudan a perder peso, o si el huevo no es tan malo como se ha creído por generaciones. Prácticamente se está perturbando epistemológicamente al sujeto (van Dijk 1990), debido a que es sabido que comer este tipo de comida en exceso tiene



consecuencias negativas para salud, tanto en el caso del huevo como da la comida chatarra. El que se toque este punto medular de una persona es sumamente interesante, pues el conocimiento para Tubella (2005) es un proceso humano y dinámico que consiste en justificar una creencia personal hacia la certeza, por lo que prácticamente se está poniendo en tela de juicio, ese conocimiento del que todos están tan seguros de creer que saben.

El elemento de la pregunta vuelve a aparecer en el reportaje número 8 de *Clarín*. Igualmente, en los medios de habla inglesa se usa la pregunta, pues en los contenidos 10 y 12 también se hace uso de este recurso. En el 12 incluso se juega con dos preguntas. Finalmente, el reportaje 13 de la *BBC*, también es pregunta, pero no aporta nada nuevo a lo antes mencionado.

Dado que la pregunta es un elemento persuasivo del discurso se entiende porque es tan recurrentemente utilizada, además de que ayuda a redactar mejor el contenido de los reportajes, pues al tratar de responder a la pregunta, resulta más fácil poder abordar contenidos tan complejos. (Prieto Castillo, 1994)

#### **4.1.1.2 Universalización**

La universalización aparece en siete de los 15 reportajes, que si bien es el recurso que aparece una mayor cantidad de veces, no es el más atractivo. Prieto Castillo (1994), clasifica a la universalización como un elemento estilístico del discurso, pero solamente es una generalización que se hace sobre determinado tema.

Los casos en los que se utiliza, es en los reportajes número dos de *El País*, cuatro, cinco y seis de *Excélsior*, siete y nueve de *Clarín* y el 15 de la *BBC*. Con estos resultados, rápidamente se puede observar, que la universalización es uno de los elementos más utilizados en el periodismo de alimentación.

Los tres reportajes de *Excélsior*, junto con su contundencia, se mueven al plano de violación a la ética periodística. Desde una visión filosófica, la ética es “la ciencia de los principios de la moral” (Didier, 1983: 98). Para Calvo (1977) la noticia no debe ser deformada abultándola

con sensacionalismos que tergiversen la realidad; caso que no pasa con el reportaje cuatro cuyo titular es: *Al comer tortilla evitas el papiloma y el cáncer cervicouterino*. Claro, que esto no quiere decir, que al comer tortilla la población pueda prescindir de los preservativos.

Los reportajes siete y nueve dan generalizaciones en torno a ciertos temas, como un postre perfecto y el uso de condimentos. En estos ambos titulares también entran en juego, los factores y cogniciones socioculturales de van Dijk (1990), claramente el titular del reportaje siete muestra como puede ser un problema de salud pública en Argentina, la relación entre consumo de postres y bienestar y de ahí la necesidad de crear "*el postre perfecto*". Finalmente, la *BBC* reporta otro elemento de universalización en el reportaje 15, al decir que la mayoría de los desayunos escolares en Reino Unido no son sanos.

#### **4.1.1.3 Inferencia Inmediata**

Un último elemento de análisis estilístico del discurso que se encontró en las entradas de los reportajes fue el de la inferencia inmediata, con la que gracias a un indicio se encuentran explicaciones y/o causas a un hecho (Prieto Castillo, 1994).

En el reportaje número 11 se presenta este caso pues, se da información con la cual se quiere hacer entender rápidamente al lector, las causas por las cuales la granola es un postre y no precisamente un alimento saludable.

Como se puede observar, todos los titulares mencionan el tema del que se va a hablar en los reportajes, y mayormente el contenido se respeta. A excepción, del reportaje siete de *Excélsior*, se trata de usar elementos estilísticos que resulten más atractivos para el lector, aunado las imágenes.

#### **4.1.2 Entrada**

Las entradas, en el periodismo tradicional, forman parte de la redacción de notas, sin embargo, en el periodismo científico no sucede así, pues para Elías (2008) la nota informativa no es un género existente en esta rama, por lo que el reportaje es el género

más recurrente, siendo precisamente el Corto o de Acontecimiento, cuya estructura se asemeja más al de una nota, el que tiene mayor presencia. Tras leer los contenidos periodísticos pertenecientes a la investigación, se pudo constatar que todos son reportajes (en cada sección se profundizará más el motivo de la clasificación), en los que extrañamente tras el titular, suele aparecer información a semejanza de una entrada de nota informativa.

Para Marín (2006) la entrada es el punto en donde se da a conocer lo más sobresaliente del hecho. En el reportaje uno, también se muestra una pregunta en la entrada, además de que parece ser que es aquí en donde se explica más claramente el tema del reportaje, pues es hasta este momento en donde se menciona al *índice glucémico*. Por otro lado, en este caso, se responde a la pregunta del titular asegurando que no se puede perder peso comiendo pizza y otros alimentos chatarra. Rápidamente se observa esa necesidad de hablar de una alimentación saludable, en la que se debe saber diferenciar entre carbohidratos malos y buenos, dada la situación de obesidad en occidente.

La entrada del reportaje dos, parece ser una continuación del titular. No se responde a la pregunta y se afirma que siempre se ha creído que consumir huevos en exceso es malo para la salud, pero hay que saber qué es lo que opina la ciencia. En este reportaje, se está accediendo a información nueva a través de la internet, por lo que la Sociedad de la Información y el Conocimiento estaría cumpliendo son su objetivo, según la UNESCO (2005). Lo importante, es que la información proporcionada en el reportaje sea lo más objetiva posible para que el lector se pueda formar una opinión propia y fundamentada.

El reportaje tres, presenta una combinación de elementos en la entrada: universalizaciones y una pregunta. Estos elementos ayudan, como ya se ha mencionado, a establecer un diálogo más directo con el lector, pues es un elemento persuasivo del discurso (van Dijk, 1990). Hay presencia de tres adjetivos calificativos e igualmente se le quiere educar al lector sobre la información nutrimental de los alimentos, con el objetivo de mantener una línea de alimentación saludable.

En los reportajes cuatro, cinco y seis, las entradas tratan de complementar o explicar más los titulares. Por ejemplo, en el reportaje cuatro se está usando una universalización sobre la tortilla al mencionar varias de las propiedades que tiene. Retomando el factor

sociocultural de van Dijk (Silva, 2016) es interesante, ver como el medio mexicano es aquel que habla de las tortillas, siendo éstas un elemento de la canasta básica. Sin embargo, el lenguaje utilizado en la entrada del reportaje cuatro es un poco elevado para el grueso de la población, aunque la línea de la salud sigue vigente, pero enfocada en otras cuestiones y no en la obesidad.

*Excélsior* en su reportaje cinco nuevamente se adentra en el plano de los factores socioculturales, pues critica las creencias que se tienen actualmente sobre el gluten, argumentando que se está ante un error y que el objetivo del reportaje es desmitificar esta información. En *Cooked* (2016) el periodista Michael Pollan, alerta sobre los cambios en los modos de preparación de los alimentos y como quizás éstos, están generando nuevas intolerancias en los seres humanos. Por lo que el contexto constituyente de la situación local, global y sociocultural (Silva, 2016) es sumamente importante en esta entrada, industria alimentaria → cambios → enfermedades → crisis del alimento.

Se puede percibir el factor de interés periodístico de prominencia en la entrada del reportaje seis, pues dice “investigadores mexicanos revelaron”. En general es una entrada amplificadora, en la que se describen aspectos positivos del consumo de leche. De nueva cuenta, se hace presente el argumento de Calvo (1977) sobre que tanto se deben adornar las declaraciones, es evidente que desde el principio se quiere dejar una postura clara sobre el consumo de leche, en la que se habla de los beneficios que tiene para la salud.

En *Clarín*, las entradas sirven de apoyo para comprender mejor el tema del reportaje, aunque son planas. En la siete, se está hablando sobre el postre perfecto en el titular y la entrada da respuesta a los elementos de éste. De nuevo se tiene un reportaje que versa sobre la salud de los alimentos, aunque en este caso sí va encaminado al área del peso.

En el ocho la entrada es especulativa, sin embargo, simplemente se está transmitiendo información, a modo general sobre la oxitocina, pero es claro que el reportaje tratará sobre el control del apetito, lo cual se refiere a la salud nutrimental. En el nueve, tan sólo se universaliza sobre las propiedades de algunos condimentos, con la aclaración de que pueden utilizarse como sustitutos de sal y por ende se evita la hipertensión, enfermedad ligada a la obesidad. No hay muchos elementos persuasivos que ayuden en las entradas del diario argentino, sólo se da la información de forma pasiva.

En el reportaje 10 *The New York Times*, usa elementos que hasta el momento no se han visto en las demás entradas de la investigación. Para iniciar, se habla en primera persona al usar “we”, la función de este elemento como se refiere van Dijk (Silva, 2016) es para hacer hincapié en funciones del discurso cuyo fin sea acercar más al lector, o visto de otro modo, hacerlo sentir parte del problema que atañe el contenido. La publicación, de nueva cuenta, toca un tema relacionado con la salud, pero no directamente con el peso, si no más en la función de los nutrientes de los alimentos.

No hay presencia de entrada en el reportaje 11, siendo este el único contenido periodístico analizado en la investigación que no cuenta con dicho elemento. La entrada del reportaje 12, igual que la del 10, contiene la palabra “we”, por lo que en general, se puede ver la preocupación del *The New York Times*, por establecer cercanía con los lectores. Esta entrada es una explicación sobre cómo es que el cuerpo del reportaje aborda el contenido que se plantea en el titular, dejando en claro que se trata sobre un estudio propio del diario, lo cual es muy interesante, pues ha sido el único medio que genera sus propias publicaciones y no las retoma de otras fuentes lo cual resulta novedoso.

Las entradas de los reportajes 13, 14 y 15, de la *BBC*, están escritas prácticamente de la misma manera. Tratan de explicar más ampliamente el titular de los reportajes e igualmente se basan en la prominencia de la fuente o de la investigación. Por ejemplo, en el 13 se menciona “científicos”, en el 14, “científicos de la Universidad de Glasgow” y respectivamente “nueva investigación sugiere” en el número 15. Estos hechos dejan entrever poca creatividad, o interés de un discurso persuasivo que se basa en elementos estilísticos del discurso. Más bien, se está ante un medio que se defiende con fuentes y datos.

#### **4.1.3 Género Periodístico**

Entrevista, reportaje y nota son formatos que surgen a partir del periodismo común, sin embargo, Elías (2008) asegura, que son adaptables para el periodismo científico, aunque observa que el reportaje es el más permisible. Puede contener el sumario, con las preguntas

(qué, quién, cómo, dónde, cuándo y por qué), igualmente, contar anécdotas, declaraciones, recreaciones y entrevistas.

En general, durante toda la investigación, tan sólo se encontraron tres tipos de reportajes:

#### **4.1.3.1 Reportajes Interpretativos**

Los interpretativos, permiten que los lectores formen su propio juicio debido a que de acuerdo con Elías (2008) los enfoques se deben clarificar, explicar, analizar y ver el lado positivo y negativo. Pues bien, para que esto suceda se debe contar con una gran cantidad de información, recursos, fuentes, contrastes, etc. En total se hallaron seis reportajes interpretativos.

El primer reportaje interpretativo es el número uno de *El País* pues este contenido aborda desde varias situaciones el tema del índice glucémico. Comienza dando una definición de este, de qué forma puede controlar el peso, para qué sector de la población es útil, entre otros. Presenta una gran cantidad de fuentes, de distintas instituciones, lo cual aporta una visión más objetiva de la situación. Incluso se mencionan a personas famosas como elemento de validación de los datos que se han proporcionado, lo cual invita al lector a comprobar por sí mismo lo que está leyendo. Este hecho repercute, en que los medios, efectivamente toman los modelos de belleza actuales como el referente de un cuerpo en forma y saludable.

Cómo se puede apreciar, el reportaje tiene diversidad de datos y fuentes, con esto logra que la información sea discutida y llevada a un nivel de entendimiento más apto para los lectores que supera la ideología del periodista, el cual es asiduo fan de la dieta del índice glucémico, pues no muestra contrastes, punto débil del reportaje, pero eso no interfiere para que deje de ser interpretativo.

El objetivo del reportaje número dos es demostrar que el consumo de huevo no es perjudicial para la salud, cuestión bastante difícil pues durante muchos años se ha sabido que el huevo incrementa los niveles de colesterol. Para cumplir con dicha tarea, el autor se vale del reportaje interpretativo, en el que habla de diversas situaciones que logran clarificar esta nueva información. Para eso hace uso de muchas fuentes, aunque pierde su objetividad

debido a que se basa en institutos que formalmente se dedican a estudiar propiedades del huevo, por lo tanto, no resulta raro que se quiera cambiar esta visión negativa del alimento. Sin embargo, el reportaje es fácil de seguir y de validar con la información dada, por lo tanto, se mantiene dentro de la línea de los interpretativos, a pesar de la falta de contrastes.

El reportaje 10, a pesar de ser corto, clarifica, explica, analiza y ve el lado positivo y negativo de asar vegetales y cuál opción es la más recomendada para su consumo. Se presentan fuentes confiables, como investigadores y universidades. Tal parece que el objetivo es concientizar a las personas sobre el consumo de verduras y que ellos decidan qué método de cocción es más saludable. Por lo tanto, se le guía, explica y ayuda a interpretar al lector sobre cómo cocinar estos alimentos.

Uno de los más interesantes es el 11 debido a que la información que presenta es atractiva por su índole histórica. Este reportaje es interpretativo, debido a que, la información, ayuda a que el lector entienda e interprete con base en los sucesos, el por qué la granola se ha vuelto un postre. A su vez se muestran opciones alternas que la gente puede utilizar para hacer de este alimento una versión más saludable. Tiene fuentes confiables.

El reportaje 12 de *The New York Times* describe los resultados obtenidos tras la aplicación de una encuesta, con la que se buscaba conocer ¿Qué alimentos son saludables? La técnica de investigación fue aplicada tanto al estadounidense común, como a los expertos en el tema, los cuales eran nutricionistas. Posteriormente se presentan gráficas y una infografía muy extensa en donde se muestra el resumen de toda la información recolectada.

Hay presencia de fuentes científicas confiables, este reportaje se dedica a profundizar en los resultados obtenidos, pero al final parece que el objetivo es claro: el cual es dejar en evidencia que ni si quiera los expertos parecen estar de acuerdo en qué alimentos son saludables y cuáles no, por lo que resulta aún más difícil para el ciudadano promedio determinar esto. Sin embargo, invita a que el lector ponga más atención en su alimentación, por lo tanto, es un reportaje interpretativo.

Finalmente, el reportaje número 15 de la *BBC* también es catalogado como interpretativo, si bien, profundiza sobre los resultados que se obtuvieron en un estudio en el que se analizaron los desayunos escolares de niños de educación básica en Reino Unido, recae

en la misma presentación de los resultados el querer crear conciencia sobre una alimentación adecuada para los infantes. De acuerdo con van Dijk (1990 citado en Tuchman, 1972) los elementos de persuasión del discurso recaen en fuentes confiables y citas directas de las mismas. Durante todo el reportaje se encuentran con frecuencia las opiniones de autoridades que critican los desayunos escolares y mencionan cuales son los requerimientos óptimos, esto puede influenciar en el lector (van Dijk, 1990), y así se le estaría guiando.

#### **4.1.3.2 Reportajes cortos o de acontecimiento**

Los reportajes cortos o de acontecimiento son una noticia larga, con la estructura de pirámide invertida, pero se le debe dar más espacio y profundidad (Elías, 2008). Sin embargo, se queda en un nivel muy básico si se le compara con otros tipos de reportajes, pese a eso se encontraron tres dentro de esta categoría.

Los tres reportajes, (cuatro, cinco y seis) del diario *Excélsior* son cortos o de acontecimiento. El número cuatro, a pesar de tener fuentes de confiabilidad, como la UNAM y otros científicos, es uno de los reportajes más deficientes que se encontró en la investigación. El titular es tendencioso, y el cuerpo del reportaje no concuerda con lo que se lee, pues la información encontrada habla sobre el virus del papiloma humano y sus estadísticas en la población mexicana, pero con leer el titular parecería que se va a hablar de cómo al comer tortillas se evita el cáncer cervicouterino. Con la brecha de conocimiento (UNESCO, 2005) esto puede ser sumamente peligroso para el lector mexicano.

La información dada en el reportaje es muy corta y no se profundiza por lo que se queda en un nivel muy plano. Además, de que siguiendo el orden de la pirámide invertida, la información referente al consumo de tortillas queda hasta el final, hecho que le resta importancia y concordancia al titular respecto al cuerpo. Aunado a esto, primero se tiene que hablar de una alimentación balanceada y la importancia de ésta para prevenir el cáncer, y posteriormente, se puede introducir el tema de la tortilla como un alimento altamente nutritivo.



El reportaje cinco parece tener más objetividad si se compara con el primero, pues también presenta fuentes confiables y profundiza más en la información. Se quiere dejar en claro cómo la moda de no comer gluten no es más que algo pasajero y que, en cambio, esta información se debe enfocar en las personas que verdaderamente son sensibles a la enzima. Para ello, se advierte en la importancia de su consumo dentro de la dieta diaria, pero no menciona en qué es beneficioso, esto ayudaría a concientizar mejor a los lectores.

En cambio, habla explícitamente de enfermedades que se obtienen a consecuencia de la intolerancia al gluten, información que resulta un poco confusa pues se dan nombres de trastornos y enfermedades, que el lector podría relacionar con algunos síntomas que experimentan pero que no necesariamente signifique son intolerantes al gluten.

Finalmente se siguen nombrando terribles trastornos que se obtienen por la alergia al gluten, pero nunca se menciona de qué manera surgió la moda de indicarlo como un alimento peligroso, o mucho menos se menciona la culpa que podría recaer en la industria alimentaria al procesarlo de manera distinta (Poll, 2016). Por lo tanto, este reportaje tan sólo se queda en el nivel de uno corto, pues transmite información, pero no invita a la reflexión.

El reportaje seis, es el más manipulado que se encontró en la investigación, sobrepasando los límites de la ética periodística. Verdaderamente no se está proporcionando información nueva, simplemente, se está transmitiendo algo ya conocido, Calvo (1977) advierte que no se debería de hacer esto, pero ante la mala fama que el consumo de leche ha obtenido durante los últimos años, es necesario reivindicarla.

El mismo autor invita a que el periodista observe si con su publicación no se le está favoreciendo a cierto sector, o si se está obteniendo publicidad, pero es evidente que este reportaje busca beneficiar a la industria lechera. El reportaje, surge a partir de un acontecimiento, que es el simposio “Leche y productos lácteos: evidencias y recomendaciones en la salud y enfermedad”, evento auspiciado por el gobierno, y que cuenta con la presencia de una la investigadora Pilar Milke García, quien además de contribuir con el Instituto Nacional de Nutrición y Ciencias Médicas “Salvador Zubiran”, ha laborado para la Cámara Nacional de Industria Lechera (CANILEC). El reportaje no tiene reflexiones, ni es crítico, tan sólo esparce información y busca que el lector la tome sin procesarla y analizarla.

#### 4.1.3.3 Reportajes de Profundidad

Los reportajes de profundidad también ocupan gran protagonismo, pues en esta investigación fueron los más encontrados, pese a que es muy similar al de acontecimiento, es necesario acudir a más fuentes y contextualizar más profundamente el tema que se está tratando. (Elías, 2008). En total, se contabilizaron seis publicaciones pertenecientes a esta clasificación.

El reportaje número tres de *El País* tiene varias fuentes que le dan sustento a la información y en sí, parece ser un contenido objetivo pues no se descalifica ni tampoco se exageran virtudes sobre el café. Tan sólo se hace hincapié sobre cuál es la forma más saludable para beberlo. Entre éstas está no agregar azúcar en exceso, verterle leche baja en grasa y no añadirle alcohol. El reportaje es de profundidad porque ahonda sobre estos ingredientes, en cuanto a sus consecuencias negativas y positivas de consumo. Sin embargo, no invita a la reflexión del lector.

El reportaje número siete de *Clarín* tiene una estructura bastante similar a la del tres, en este caso se guía al lector sobre cómo debe de constituir al postre perfecto, con la finalidad de mantener la salud y que éste sea agradable. Así que a continuación el reportaje se divide en los tres elementos: chocolate, frutos rojos y semillas. Se ahonda en cada uno de estos alimentos argumentado por qué son buenos, hablando de sus cualidades. Hay presencia de fuentes científicas confiables. Con estos componentes el reportaje es considerado de profundidad, pues se argumenta las causas de elección de estos elementos, pero no es reflexivo.

*Clarín* suele mantener el mismo estilo en sus reportajes, pues el ocho también es de profundidad. Este contenido versa en torno a la Oxitocina, la cual es una hormona que genera el propio ser humano y así, poco a poco comienza a adentrarse más en las funciones de este componente y un experimento en el cuál se encontró que podría ser útil su utilización para luchar contra la obesidad. Si bien, el reportaje no es de acontecimiento, porque lleva la información a un segundo nivel, tampoco es interpretativo pues se queda en el plano en el que la autora, sólo quiere proporcionar datos y que su opinión sea la verdad absoluta. Pese a exhorta a cambiar los hábitos alimentarios, no deja que el lector piense por sí mismo, por lo que al sólo ahondar en la Oxitocina y sus funciones se queda como

reportaje de profundidad. Otra cuestión, que no está a favor de este contenido, es que la única fuente es la misma autora.

El reportaje nueve mantiene una estructura similar al del siete. En este caso se habla sobre los beneficios que aportan al consumo humano los condimentos además del sabor. Posteriormente, se hace una lista de los condimentos y en este caso aparecen dos fuentes. Sin embargo, esto no le da demasiada fortaleza al contenido pues tan sólo se da información que abarca las propiedades de los alimentos, no hay casos en los que algún enfermo haya mejorado por su consumo o información semejante, que vuelva el reportaje más sólido. Al ahondar en los contenidos de los condimentos se está hablando de un reportaje con profundidad, pero sin reflexión.

El reportaje 13 de la *BBC* habla sobre un hallazgo en una investigación, el cual dice que quizás los edulcorantes generan una reacción que provoca hambre en la gente. Lo que en ese punto parecería ser una crítica hacia estas sustancias se convierte en todo lo contrario, pues lo que tratan de hacer es desmitificar esta información. El reportaje no simplemente da a conocer el hecho, por lo cual no puede ser de acontecimiento, sino que lo sustenta en la prominencia de sus fuentes y en la profundización que se da a los resultados obtenidos en la investigación. Esto lo vuelve un reportaje con profundidad, se queda en este plano, tratando de dejar el lector tranquilo y convencido de que debe consumir dichas sustancias sin zozobra, en cambio no orienta sobre posibles efectos negativos y positivos en la salud humana.

El reportaje 14 es muy similar al 13, se presentan los hallazgos obtenidos en una investigación de la Universidad de Glasgow en la que se advierte sobre centrar demasiada atención en el azúcar en la lucha contra la obesidad y sobrepeso y exhortan a que las personas presten atención a su consumo de grasa. De nueva cuenta, la información se centra en el proceso de la investigación y en los resultados obtenidos, lo cual lo haría un reportaje de acontecimiento, dado el descubrimiento. Sin embargo, la profundización es extensa, pero de nueva cuenta no hay una preocupación por crear reflexión en el lector.

#### **4.1.4 Tema/Macroestructura**

Es sumamente importante reconocer los temas de los reportajes, porque de este modo se comprende cuál es el contexto actual del periodismo alimentario digital. Es decir, si toca alguno de los problemas previamente planteados, como la obesidad y sobrepeso, la imagen estética ligada a la alimentación, organismos genéticamente modificados, industria alimentaria o algún otro tema nuevo y de este modo comprender si el periodista cumple con sus deberes éticos (Calvo, 1977 44-46) como: recoger informaciones científicas que no provengan de fuentes reconocidas, serias y responsables, tratar en lo posible que estas noticias sean resultado de un acontecimiento científico donde hayan participado eminentes especialistas.

Gracias al elemento de supresión, Van Dijk (1990) permite que se elimine toda la información que no es relevante en el texto, lo cual simplifica la comprensión de éste. En la siguiente tabla se resaltan las proposiciones que permiten visualizar la macroestructura general de los reportajes y que dejan vislumbrar a que categoría del conocimiento en general pertenece la información con el fin de conocer las tendencias del periodismo científico, previamente mencionadas.

<b>Reportaje</b>	<b>Tema</b>	<b>Categoría</b>
1	<b>Guía alimentaria</b> basada en el índice <b>glucémico</b> de <b>alimentos</b> que contienen <b>carbohidratos</b>	Salud: sobrepeso y obesidad.
2	Consumo de <b>huevo</b> y su <b>incidencia</b> en los niveles de <b>colesterol</b>	Salud: enfermedades degenerativas como hipercolesterolemia.
3	<b>Beneficios</b> de tomar <b>café</b> de manera saludable	Salud: bienestar
4	<b>Prevención</b> de <b>infecciones</b> causadas por el <b>Virus</b> del <b>Papiloma Humano</b> gracias a una sana <b>alimentación</b> , principalmente <b>tortillas</b>	Salud: bienestar, prevención y enfermedades venéreas.
5	<b>Mitos</b> de <b>enfermedades</b> causadas por intolerancia al gluten	Salud: bienestar y prevención.
6	<b>Beneficios</b> de consumir <b>leche</b>	Salud: bienestar

7	Conformación del <b>postre ideal</b>	Salud: obesidad y bienestar
8	Hormona <b>Oxitocina</b> contra la <b>obesidad</b>	Salud: obesidad
9	<b>Propiedades</b> de <b>condimentos</b>	Salud: bienestar
10	<b>Ventajas y desventajas</b> de <b>asar vegetales</b> como método de cocción	Salud: obesidad y bienestar
11	La <b>granola</b> es un alimento <b>demasiado azucarado</b>	Salud: obesidad
12	<b>Percepción</b> de <b>nutriólogos</b> y <b>sociedad estadounidense</b> sobre los <b>alimentos</b>	Salud: bienestar y obesidad
13	<b>Edulcorantes</b> provocan <b>hambre</b> en las personas	Salud: obesidad y sobrepeso
14	Para <b>perder peso</b> se debe <b>reducir</b> el consumo de <b>grasa</b> y <b>azúcar</b>	Salud: obesidad y sobrepeso
15	<b>Desayunos escolares</b> no son <b>nutritivos</b>	Salud: obesidad y sobrepeso

De los 15 reportajes analizados se encontró que todos pertenecen al área de la salud. Nueve de éstos, están directamente relacionados con el sobrepeso y la obesidad, por lo cual se puede percibir el interés del periodismo hacia esta área. Siete son concernientes al área de bienestar. Dos tocan el tema de la prevención.

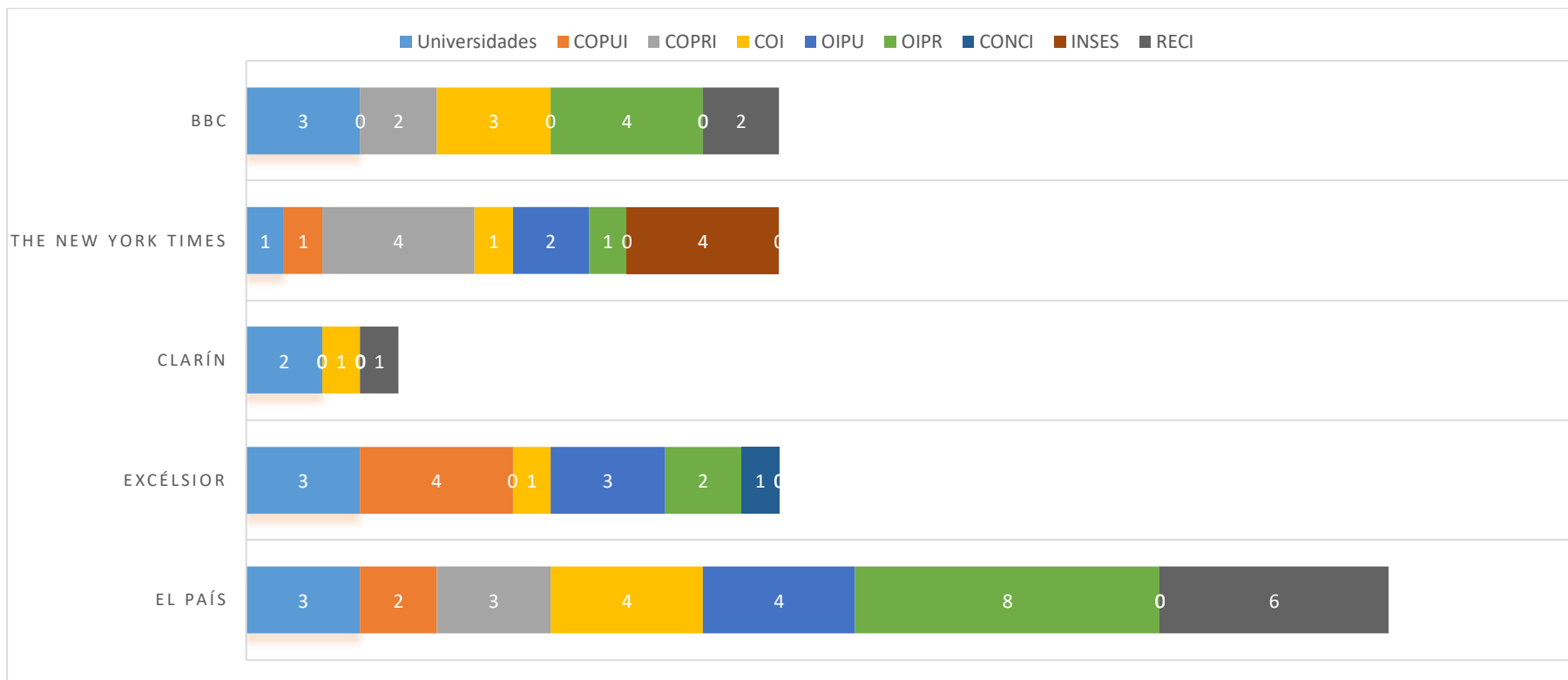
Finalmente, hay dos que hablan de otras enfermedades como el hipercolesterolemia, que va ligado de alguna manera a la obesidad y sobrepeso y el reportaje número cuatro, corresponde a un tema diferente, aunque relacionado a la alimentación, como manera preventiva de contrarrestar algunos males, que en este caso son las enfermedades venéreas.

Se constató que la mayoría sigue las tendencias actuales de enfermedades causadas por la industria alimentaria y tan sólo uno es innovador al tratar otro tema, aunque no se nombre directamente. Sin embargo, no hay críticas o referencias para otros problemas con los alimentos.

#### 4.1.5 Tipos de Fuentes

En la siguiente tabla se muestran los resultados que se encontraron durante el análisis respecto a los tipos de fuentes utilizados en los contenidos seleccionados. La tabla está dividida por el Medio, el número o clave del reportaje, así como las Fuentes Científicas propuestas por Elías (2007).

Medio	Reportaje	Fuentes Científicas										
		Universidades	Científicos de Organismos de Investigación			Organismos de Investigación		Congresos Científicos	Instituciones Estadísticas	Conferencias Publicas	Revistas Científicas	Internet
			Públicos	Privados	Sin Aclarar	Públicos	Privados					
El País	1	1	1	1	3	2	2				1	
	2	1	1	2		2	3				4	
	3	1			1		3				1	
Excélsior	4	2			1	1	1					
	5	1	1				1					
	6		3			2		1				
Clarín	7	1			1							
	8											
	9	1									1	
The New York Times	10		1	1		2	1					
	11			3					3			
	12	1			1				1			
BBC	13	1		1	1		1				1	
	14	1			2		2				1	
	15	1		1			1					



En la tabla se visualiza que *El País*, es el medio que más fuentes científicas utiliza, con una mención de 32 fuentes distintas en tan sólo cinco reportajes. Mientras que le siguen *Excélsior*, *The New York Times* y la *BBC* en segundo lugar, con la utilización de 14 fuentes respectivamente. Finalmente aparece *Clarín* con tan sólo cuatro referencias.

En el caso de *El País* hay un total de ocho fuentes referidas a Organismos de Investigación Privados, en segundo lugar, aparecen las revistas científicas con seis menciones, mientras que los organismos de investigación públicos y los científicos de organismos de investigación en los que no se aclara su origen tienen 4 respectivamente. Posteriormente aparecen las universidades y los científicos de organismos privados de investigación con 3 citas y por último los científicos de organismos públicos de investigación.

Por su lado, *Excélsior*, hace mayor referencia a los científicos de organismos de investigación públicos con cuatro menciones, posteriormente, muestra la misma preferencia con tres referencias tanto a universidades como a organismos públicos de investigación. Finalmente, hay sólo dos menciones a los organismos de investigación privados y una un científico de algún organismo de investigación en la que se no se aclara su origen.

*The New York Times*, tiene cuatro menciones para los científicos de organismos privados de investigación al igual que para las instituciones estadísticas. En segundo lugar, muestra dos referencias para los organismos de investigación públicos y tan sólo una respecto a las universidades, los científicos de organismos de investigación públicos, los organismos de investigación privados y los científicos de organismos de investigación sin aclarar.

Respecto a la *BBC* se hallaron cuatro menciones para los organismos de investigación privados, y tres para las universidades y los científicos de organismos de investigación sin aclarar, respectivamente. Hubo dos menciones para revistas científicas e igualmente para los científicos de organismos de investigación privados.

*Clarín*, tan sólo presentó cuatro fuentes, la mayor referencia fueron las universidades con dos menciones, posteriormente las revistas científicas con una mención, al igual que los científicos de organismos de investigación.

De estos resultados se puede concluir que los científicos e institutos de investigación son la fuente predilecta de los medios debido a que fueron los que más veces se encontraron, mientras que, la presencia de universidades ocupa prácticamente el mismo puesto. La cuarta fuente más solicitada, son las revistas científicas, posteriormente aparecen las instituciones estadísticas, utilizadas en dos reportajes y finalmente los congresos científicos, habiendo sólo uno. Las conferencias públicas e internet no fueron encontrados.

Como se puede observar, los medios seleccionados para la investigación utilizan fuentes aceptables dentro de los parámetros de Elías (2008) pues gozan de credibilidad, y hay diversidad de éstas. Sin embargo, no sucede en *Clarín* pues dos de los reportajes han sido escritos por una nutrióloga a modo de ensayo, sin embargo, queda la duda sobre la diversidad de fuentes, que exhortan a que el discurso sea más persuasivo (Van Dijk, 1990).



De acuerdo con van Dijk (1990) el periodismo busca hacer pública información con el objetivo de incidir en las personas. Para que esto suceda, se necesita dar evidencias y datos contundentes, debido a que en algunas ocasiones es muy difícil que las personas cambien o re aprendan conocimientos establecidos a lo largo de sus vidas. Bajo este argumento, el autor holandés introduce a lo que él llama los elementos persuasivos del discurso, en donde las fuentes desempeñan un papel fundamental.

Elías (2008) clasifica siete tipos de fuentes científicas que se dividen en: universidades, organismos de investigación, congresos científicos, instituciones estadísticas, conferencias públicas, revistas científicas, y científicos de organismos de investigación. Al realizar el análisis, se encontró que hace falta una clasificación más exacta de éstas, debido a que no es lo mismo que la fuente sea un organismo gubernamental o privado, sucede lo mismo respecto a qué instituto pertenecen los científicos, por lo que se agregó esta división al análisis.

Calvo (1977) asegura que la objetividad debe ser norma primigenia para este tipo de informaciones, por lo que el saber a qué tipo de institutos pertenecen las fuentes, se genera un nivel más amplio del trasfondo de la nota. Así mismo, para Elías (2008) la credibilidad de un medio de comunicación puede medirse por la calidad, cantidad y diversidad de sus fuentes.

#### **4.1.6 Análisis de Estructuras Básicas**

Daniel Prieto Castillo (1994) recurre al análisis de las estructuras básicas del discurso para comprender la intencionalidad de éste. Las estructuras las divide en tres elementos:

- a) Sintagma.
- b) Lo dicho y lo no dicho: distingue entre lo que se dice y lo que no.
- c) Tipificación: se tipifica a los seres humanos, situaciones, objetos, según como son percibidos, valorados o pensados.

##### **4.1.6.1 Sintagma**

Es el orden del discurso y trata de descubrir la causa de coordinación de las partes del relato. Prieto Castillo (1994) afirma que en algunos tipos de relato periodístico, hay formas ya muy mecanizadas del discurso y esto parece comprobarse en la investigación. Los 15 reportajes siguen el mismo patrón: titular, imagen, entrada, desarrollo. El remate, no suele aparecer en todos los contenidos, tan sólo se hace presente en dos reportajes. Otro patrón que comúnmente se repite, pues aparece en ocho publicaciones, es la de dividir la información por subtemas, se presenta en los reportajes uno, tres, cinco, ocho, nueve, trece, catorce y quince. Sin embargo, dependiendo de cada reportaje se presentan distintos niveles de importancia de la información que se quiere dar a conocer, o del mensaje que se intenta persuadir.

En el reportaje número uno, a modo de sintagma, se puede apreciar que el contenido está dividido en subtemas. Primero se mencionan elementos que pueden ser de interés para el lector, y de este modo poder atraparlos, como la relación con la pizza, esto no quiere decir que sean objetivos, si no al contrario, altamente sensacionalistas (Calvo, 1977). Se explica que es el índice glucémico, macroestructura del reportaje. Se dan puntos positivos y negativos de esta dieta, y finalmente no se muestra un párrafo o conclusión.

El sintagma en el reportaje número dos es más dinámico que el primero, pues se muestra información negativa sobre el consumo del huevo referente a la salud, como el aumento de colesterol, etc. Posteriormente se retracta y habla de los aspectos positivos de alimentarse con ese alimento, mostrando información provista por las fuentes. Por ejemplo, los resultados de estudios realizados en pacientes con diabetes cuya condición no se vio afectada tras comer huevo por determinado tiempo, esto le da fortaleza al mensaje (van Dik, 1972). Concluye con un remate que alienta sobre el consumo de huevos.

El reportaje tres es un tanto más simple y tradicional (Prieto Castillo, 1994) pues comienza con una introducción de las propiedades del café y posteriormente se divide en los tres elementos que no se deben añadir al café. El orden es plano, aunque resulta útil para el tipo de información que se está dando a conocer.

La estructuración del reportaje número cuatro es una de los más desproporcionadas de toda la investigación. El titular dice: *“Al comer tortillas evitas el papiloma y el cáncer cervicouterino”* pero al leerlo, no hay concordancia. El primer párrafo comienza con datos estadísticos alarmantes sobre el cáncer cervicouterino. Posteriormente se habla sobre las enfermedades que se pueden desarrollar al contraer el virus del papiloma humano, a continuación, se dan consejos sobre como prevenir y evitar la enfermedad y finalmente en el último párrafo se mencionan las tortillas como súper alimento que lucha contra la enfermedad. Tanto la coordinación de las partes del discurso (Prieto Castillo, 1994) como el final sobre la tortilla, se sienten forzados.

El reportaje número cinco, vuelve al orden de discurso estandarizado: titular, entrada, desarrollo. En primer lugar, se evidencian aquellas personas que perciben como negativo el consumo del gluten, en segundo lugar, se presentan los síntomas de individuos que realmente tienen intolerancia al gluten, por último, se explican las enfermedades por este alimento. El yuxtaponer estos tres puntos de vista, ayuda a construir un mensaje más fuerte persuasivamente hablando. (van Dijk, 1972)

En el reportaje número seis se presenta la información divulgada en un simposio sobre la leche. Este es el único reportaje que trata sobre los resultados presentados en un congreso de investigación, evento que funge como fuente (Elías, 2008). Esta publicación aparece presentada en subtemas y prácticamente gira en torno a limpiar la mala fama que la leche ha venido contrayendo durante los últimos años.

Previo a introducir directamente los resultados divulgados durante el evento, se proporcionan datos sobre las propiedades de la leche, se habla sobre los dos expertos que guiaron el simposio y se detallan los beneficios del consumo de este líquido. A su vez, se menciona la intolerancia a la lactosa, enfermedades que la leche ayuda a prevenir, y la importancia de la leche materna. Todos estos elementos hacen de este un reportaje con fortaleza para persuadir a los lectores (van Dijk, 1972). No hay párrafo de conclusión.

El sintagma en el reportaje siete es muy sencillo en su orden: titular, introducción y desarrollo, además de que está dividido en subtemas. Es un reportaje que habla sobre el postre perfecto, por lo que tras una pequeña crítica a los postres comunes, se van introduciendo uno a uno cada elemento que conforma dicho platillo. Cabe recalcar, que el supuesto postre perfecto, es un postre balanceado, con requerimientos nutricionales y no sólo comida chatarra, por lo que el autor menciona en primera instancia a las frutas, posteriormente frutos secos y por último chocolate oscuro. Retrocediendo al contexto dado en el capítulo II, se puede ver como el reportaje busca poner en orden de interés el alimento menos procesado.

El reportaje ocho, carece de fuentes, a pesar de esto la estructura es muy fiel, pues presenta titular, entrada, desarrollo y reportaje. La falta de fuentes se debe a que el reportaje fue escrito por una nutrióloga, hecho que quizás la hizo prescindir de la información, sin embargo, un periodista siempre debe de mostrar el origen de su información (Calvo, 1977). La publicación habla sobre la oxitocina, por lo cual, en primera instancia se da una definición de esta hormona. En segunda, habla sobre cómo las grandes porciones de comida repercuten en problemas de obesidad. Posteriormente, cada párrafo inicia con la idea central de cada uno y a continuación se da una explicación más profunda.

El reportaje nueve sigue prácticamente los mismos parámetros que el ocho, es escrito por la misma nutrióloga, pero en este caso sí hay presencia de fuentes. Está dividido en titular, entrada y desarrollo. El discurso trata sobre aquellos beneficios que aportan los condimentos, además de sabor, por lo que la información aparece en subtemas según el condimento del que se está hablando. Realmente no hay algún elemento que resulte llamativo o novedoso en la estructuración del orden de este reportaje.

El reportaje 10 de *The New York Times*, sigue el mismo orden que los medios en español: titular, entrada, y desarrollo. Es interesante encontrar estas similitudes entre medios de diferentes idiomas. El reportaje habla sobre si cocinar vegetales asándolos es lo más idóneo o es mejor comerlos en crudo. Primero comienza advirtiendo sobre los puntos negativos de cocinarlos, como el perder nutrimentos. Posteriormente, sugiere sobre qué método es más óptimo al momento de la cocción y que no pierdan sus beneficios nutrimentales. En general, se siente como un reportaje muy redondo, en su orden y sí da la sensación de término.

El reportaje 11 es muy largo en cuanto a extensión, esto se debe a que toca muchos puntos clave para explicar porque la granola es un postre: cómo surgió la granola, su historia, la cantidad excesiva de azúcar añadida, ventas de granola en EUA, sugerencias de expertos y por último versiones más saludables del alimento. Esto no es un impedimento para que

sea de los pocos reportajes que muestran remate, reafirmando la idea de que la granola es un alimento no saludable. Igualmente, el reportaje se siente como un todo.

El último reportaje de *The New York Times* es muy visual, hay una infografía al inicio, lo cual lo hace más dinámico e igualmente hay muchas tablas, lo que facilita la presentación de la información. Es una publicación que muestra los resultados de una encuesta en la que se le preguntó a la población y nutricionistas de Estados Unidos que alimentos consideran saludables y cuáles no. Normalmente presenta, contrastes entre lo que piensa la población y los expertos, es una comparación interesante (Prieto Castillo, 1994).

Todos los reportajes de la *BBC* coinciden en algo en particular y es la forma en la que los párrafos están acomodados, pues su máxima extensión es de cuatro renglones, esto quizás provenga del origen del medio, del que se habló con anterioridad, pues a pesar de ser un medio influyente para su país y tener actualmente una presencia importante en los medios digitales, no inició como un diario a diferencia de los reportajes anteriores.

El reportaje número 13 parece está dividido en subtemas, las cuatro primeras ideas funcionan como introducción, posteriormente se presenta el estudio realizado y la opinión de los expertos, más adelante en párrafos un poco más grandes se describe la metodología, para finalizar se presenta la contraparte del estudio. Presenta un remate que agrega nueva información al reportaje y que probablemente pueda ser determinante para la persuasión del discurso, con la que se trata de responder, si los edulcorantes son malos para las personas.

En el reportaje 14 se puede apreciar cierta repetición durante el discurso. A pesar de que se da una pequeña explicación de cómo se llevó a cabo el estudio no aparece la metodología completa, lo cual puede repercutir en la persuasión del mensaje (van Dijk, 1990) e incluso confiabilidad (Calvo, 1977). Posteriormente, se muestran los resultados y recomendaciones para exterminar el problema del azúcar.

Este último reportaje se muestran los resultados obtenidos de una investigación que se llevó a cabo en Reino Unido para verificar si los desayunos escolares cumplen con los requerimientos necesarios. Normalmente debería iniciar una explicación de la metodología del estudio, pero menciona directamente los resultados con sus respectivas fuentes, esto quizás con la finalidad de ocasionar un mayor impacto (van Dijk, 1990). A pesar de esta observación el reportaje es completo, pues muestra contraste de opiniones.

#### **4.1.7 Análisis Estilístico**

Las categorías propuestas por Daniel Prieto del Castillo (1994) van ligadas con el discurso persuasivo de van Dijk, pues estos elementos ayudan a comprender mejor el análisis y que tan eficaz puede llegar a ser, pues para el autor argentino la eficacia de un mensaje, es decir, la capacidad de atraer, convencer, maravillar, seducir, divertir, recae en los detalles. Para ello hay que pensar en los usos poéticos y lúdicos del lenguaje.

#### 4.1.7.1 La Pregunta

Es uno de los recursos más utilizados en los reportajes analizados, de acuerdo con Prieto Castillo (1994) sirve para enfatizar y comúnmente se usa para plantear una duda. En los reportajes uno y dos de *El País*, se utiliza en el titular y esto ayuda para la presentación de la información. Sin embargo, se observa que no siempre son respondidas directamente las preguntas si no que a base de la información y del propio juicio el lector debe de llegar a las respuestas.

*The New York Times* presenta otra pregunta en el reportaje número 12 además de la que pertenece al titular, aparece otra que es la misma que dio las categorías a la encuesta de la que trata la publicación. La pregunta se realizó en el buscador de google y dice: Is\_\_\_\_\_healthy? What American Internet users searched for the most often.

En la *BBC* también aparece una interrogante en el titular con un uso similar al que se le da en *El País* y en *The New York Times*. Dadas estas características se puede apreciar que en general los medios, usan este mismo recurso con un fin bastante similar.

#### 4.1.7.2 Amplificación

Prieto del Castillo (1994) la define como la tendencia a enfatizar ciertas características del discurso. Este elemento aparece en dos de los reportajes del diario español, *El País*. En el número uno se aplican dos ejemplos, el primero es para recalcar que el azúcar se ha convertido en un demonio para la dieta, y cómo el índice glucémico es un régimen alimentario que ayuda a preservar un buen estado de salud. Por otro lado, en el tercero, se enfatizan los efectos negativos del alcohol llevándolo a un punto de exageración.

Respecto al diario mexicano *Excélsior*, se identificó en sus tres reportajes el elemento de amplificación. Los tres ejemplos de este medio llegan a ser muy enfáticos, incluso hasta podrían perder objetividad y ser muy tendenciosos (Calvo, 1977). Por ejemplo, en el ejemplo número cuatro las cualidades de la tortilla son exageradas pues la importancia del discurso ni si quiera parece versar alrededor de este alimento, más bien se percibe como un ejemplo obligado en donde se colocaron las tortillas.

El reportaje cinco es uno de los más moderados, se recalca sobre la importancia del consumo de trigo, a menos que un experto considere necesario el que se deje de consumir. Sin embargo, parece que el discurso tiene por objetivo que la gente entienda que el gluten no es malo. Con el reportaje seis pasa algo muy similar al cuatro y la tortilla, aunque en este caso es la leche. Es de esperarse, pues el reportaje gira en torno a los resultados divulgados en un simposio de índole gubernamental sobre investigaciones de la leche, hecho que presentaría una violación a la ética periodística (Calvo, 1977).

De los medios en ingles la *BBC* también utiliza como elemento persuasivo a la amplificación. En el reportaje 13 se usa el adjetivo “questionable” en referencia al estudio que dio pie a la publicación, pues bien, en este caso se está enfatizando directamente la veracidad de la

información en sí y lo que parecería ser una crítica al uso de edulcorantes más bien termina comunicando lo opuesto: una oda a su consumo. Falta más objetividad en este reportaje, pues se debe guiar al lector a su propia interpretación. (Calvo. 1977).

En el reportaje número 14 el elemento se presenta en el titular enfatizando acerca de la exageración en el consumo de azúcar como causante de la obesidad y se plantea la duda si esta es la opción adecuada o si se recomienda concentrarse, igualmente, en la grasa. (Prieto Castillo, 1994).

#### **4.1.7.3 Universalización**

Este es otro de los elementos que aparecen repetidamente en los reportajes. Para Prieto Castillo (1994), es un juicio que generaliza a todos los integrantes de un grupo, sexo, profesión en un solo atributo o característica. En el reportaje número tres de *El País* aparece el ejemplo más sencillo: “*A los españoles nos va el café*”, siguiendo la referencia de Prieto del Castillo, se podría decir que todos los españoles consumen regularmente café, de un modo placido, lo que lo vuelve en un tema de interés general.

En *The New York Times* aparece otro ejemplo de universalización. En el reportaje número 11 se caracteriza a los miembros pertenecientes a la iglesia adventista como una población que tiende a buscar un estilo de vida saludable. En el mismo reportaje se cataloga a los ciudadanos estadounidenses como una sociedad cuyo fin es reducir su consumo de azúcar. Estas universalizaciones dan lugar a estereotipos, aunque en este caso debido a que es una opinión positiva y/o neutra, no generaría mayor conflicto en este sector de la población.

En la *BBC* se universalizan a todas las personas son sobrepeso u obesidad como pacientes que consumen más calorías de las que gastan en su vida diaria y toda la situación se reduce a esa característica, por lo que muchos otros problemas se sacan de contexto, por ejemplo, enfermedades. Esto debería ser tratado con más cuidado por lo delicada que puede llegar a ser la información para los lectores.

#### **4.1.7.4 La Vía del Ejemplo**

Se utiliza para generalizar algo a través de una sola experiencia (Prieto Castillo, 1994).

En el reportaje número uno de *El País* se presenta varias veces este elemento: dietas que se han derivado a partir del índice glucémico, además de un listado en el que se menciona a las famosas que han llevado una alimentación similar. Esta información ayuda a construir un discurso persuasivo más sólido (van Dijk, 1990).

*Clarín*, ejemplifica en el reportaje número siete un ejemplo que traslada la lectura a una situación. Se da una descripción de cuando una persona va a comer a un restaurante y le

ofrecen un postre, ese modo de relatar la escena y poder llevar al lector al tiempo y espacio señalado, resulta un elemento muy creativo para el reportaje.

En el reportaje número 10 de *The New York Times*, el cual habla sobre qué tan adecuado es asar o no los vegetales, se da un ejemplo precisamente de algunos platillos que se cocinan a partir de vegetales asados. Es un caso bastante ilustrativo para el lector.

En el caso de la *BBC* la propuesta dada por Prieto del Catillo, resulta altamente comprobable, pues bien, se ejemplifica a partir de los resultados obtenidos en un solo estudio como es que los edulcorantes pueden provocar más hambre.

#### 4.1.7.4 Las Figuras

Son de los elementos más enriquecedores y que más opciones creativas presentan. Conforme vayan apareciendo, se irá dando la definición de cada una.

La primera figura literaria, aparece en el reportaje número uno de *El País*, en forma de antítesis, que de acuerdo con Prieto Castillo (1994), este elemento es una confrontación que suele tener intenciones morales. Refiriéndose a características de la dieta basada en el índice glucémico de los alimentos primero se recalca que una dieta a base de carbohidratos saludables promete mantenernos delgados y sanos, que además según la Universidad de Harvard, ayuda a alejarse de un sinfín de males como diabetes, cardiopatías y cáncer. Sin embargo, párrafos más adelante dice que una institución clínica no ha demostrado el control de peso a largo plazo. Claramente, se observa como en el mismo reportaje se da esta contradicción entre la información presentada, si bien, ayuda a que los lectores puedan formarse un mejor juicio, al mismo tiempo resulta confuso.

Posteriormente, en el reportaje 11 del medio estadounidense *The New York Times*, aparece otra figura a modo de comparación. Prieto Castillo (1994) dice que la comparación relaciona dos elementos para darles mayor realce. Pues bien, en esta publicación se comparan las marcas de granola con distintos postres, para comprobar como la granola ha perdido toda su riqueza y se ha convertido en comida chatarra. Esto ayuda mucho a que los lectores procesen mejor la información, es un gran ejemplo de un elemento persuasivo.

Marca de Granola	Postre
Nature Valley Oat's Honey Protein Granola 24 gramos de azúcar por taza.	Rebanada de pastel de chocolate con betún 26 gramos de azúcar.
Nature Valley Peanut Butter'n Dark Chocolate Protein Granola 30 gramos de azúcar por taza	Una taza de helado 28 gramos de azúcar
Naked Honey Almond Granola	Dona glaseada Krispy Kreme

20 gramos de azúcar por taza	10 gramos de azúcar.
---------------------------------	----------------------

En el reportaje 13 la *BBC* vuelve a usar de nuevo este elemento. Quiere dejar bien establecida la idea de que los edulcorantes no son contraproducentes para el consumo humano pese a los resultados obtenidos en estudios en roedores, por lo que hace una comparación entre la dieta de los animales y de los humanos en donde asegura que las dietas de los primeros son bastante simples a diferencia de la de los humanos que es altamente compleja.

La *BBC* reutiliza la comparación en el reportaje 14 en un caso bastante similar. Quiere implantar la idea de que, al tratar de bajar de peso, el centrarse sólo en la cantidad de azúcar consumida es una exageración y que el verdadero problema está en la cantidad de grasa que se ingiere, por lo que realiza una comparación en donde se asegura que las personas con sobrepeso y obesidad consumen muy poca azúcar a comparación de la cantidad de grasa que comen en su dieta diaria.

La atenuación es otro elemento que aparece en menor cantidad en la investigación. Prieto Castillo (1994) dice que se introducen términos para suavizar afirmaciones. El caso se vuelve a presentar en el reportaje número uno, que es el que habla del índice glucémico, una sección dice que es una dieta a base de carbohidratos, mientras que más adelante aclara: *“no es una dieta estrictamente hablando”*. En este contexto se quiere suavizar el que se le haya llamado a esta tendencia alimentaria, “dieta”. Pues bien, quizás esto puede repercutir en la salud de los pacientes.

#### **4.1.8 Análisis Ideológico**

Daniel Prieto Catillo (1994) fundamenta el análisis ideológico en tres ideas:

- 1) Lo que fundamenta el sujeto. 2) El modo de vida propuesto como válido y 3) los modelos de relaciones y soluciones sociales que los sujetos del mensaje siguen.

Para poder realizar esta triangulación se eligieron los siguientes tres elementos, propuestos por el mismo autor argentino:

- a) Uniaccidentalidad significativa: se busca dejar en el lector sólo una interpretación de determinado tema.
- b) Todo expresado: el mensaje se cierra en sí mismo, para que el lector no tenga que buscar otra información.
- c) Consignas de interpretación: el autor va indicando qué leer, qué interpretar, y/o qué hacer con lo que se percibe.

##### **4.1.8.1 El País**

1. En el primer reportaje se pudo observar, gracias al análisis, que hay, presencia de fuentes científicas, varios puntos de vista; igualmente se comprobó que hay



menciones de famosas. También se utilizan varios elementos persuasivos y es uno de los reportajes que más invita a la reflexión del lector. Sin embargo, hay contradicciones que también son sustentadas científicamente por lo que puede resultar confuso. A pesar de esto último, se percibió que la actitud del autor es positiva hacia la dieta del índice glucémico.

Lo que se puede descubrir es que no hay en todo el reportaje validez científica en la que se declare que la dieta del índice glucémico funciona. Se pueden observar definiciones de expertos y después de todo se deja el campo abierto al lector para tomar su propia decisión sobre la efectividad de este régimen alimentario. Sin embargo, se puede sentir que la percepción del autor es positiva, dado que a pesar del ejemplo de antítesis continúa bajo el mismo discurso de los beneficios que implican sumarse a este tipo de práctica.

2. En este caso, se está hablando de un reportaje que es plano en cuanto a su estructura, pero el peso de la publicación recae en las fuentes usadas, las cuales son científicas, pues hay presencia de universidades y de muchos científicos. Sin embargo, hay que recalcar que una de ellas es el Instituto del Huevo, por lo cual la información resulta tendenciosa. Es evidente que el mismo instituto tiene que hablar bien de su producto para que sea más consumido y de este modo beneficiarse a ellos mismos. Hecho que recae en falta de ética periodística (Calvo, 1977).

El mensaje es un todo expresado, que se cierra en sí mismo y es uniaxial, pues se busca dejar en el lector sólo una interpretación, que en este caso es el consumo de huevo como un alimento seguro. No hay una segunda interpretación de la lectura. Retomando a Calvo (1977) tal parecería que este reportaje busca difundir experimentos en gestación para lograr subsidios, donaciones o mayores asignaciones, y quizás no es porque el autor no se haya dado cuenta de esto, si no que puede ser arreglado.

3. Este reportaje muestra una visión positiva sobre el consumo del café en general. Igualmente hay presencia de fuentes científicas, aunque pasa algo similar al reportaje número dos, pues una de estas instituciones es la Federación Española del Café. Hay presencia de elementos persuasivos, aunque hay más peso en las fuentes y en la rigidez del autor. Hay consignas de interpretación muy claras, sobre que no agregar al café y cómo debe beberse.

#### **4.1.8.2 Excelsior**

4. Este reportaje fue uno de los más deficientes que se halló durante la investigación. Hay fuentes científicas como universidades, científicos e institutos de investigación lo cual le da puntos positivos, pero más allá de eso, parece ser que no hay ni relación, ni
5. coherencia. Para Calvo (1977) el titular no debe ser exagerado ni encerrar conceptos que no trae la información además de que, la noticia no debe de ser

deformada abultándola con sensacionalismos que tergiversen la realidad y puedan crear falsas esperanzas.

El titular claramente dice “*Al comer tortilla evita el papiloma y el cáncer cervicouterino*”, pero tras la lectura y análisis del reportaje se pudo comprobar que las microposiciones giran en torno a otra información, es decir, si se habla del cáncer cervicouterino y del virus del papiloma humano, pero es en esos temas en los que recae la macroestructura del contenido y no precisamente en la tortilla. Solamente al final se menciona brevemente como es que los aportes nutricionales pueden ser útiles, pero esto no quiere decir que las personas puedan prescindir de los preservativos y entonces comer tortillas.

Esto muestra otro problema que se da en la Sociedad de la Información y el Conocimiento de Peter Drucker, que es la necesidad de los *likes* y *clicks* de los medios digitales, con la finalidad de medir su éxito y vender sus contenidos (Crovi, 2004).

6. En este reportaje la consigna de interpretación consiste en desmitificar que el gluten es un mal alimento y educar al lector sobre esta proteína, sus enfermedades, síntomas y lo necesaria que es para la nutrición de las personas no alérgicas. Hay pocas fuentes por lo cual deja esa sensación de inconsistencia. Durante todo el reportaje el autor va diciendo que entender y no deja espacio para la reflexión propia. No hay mucha presencia de elementos persuasivos estilísticos por lo que la publicación resulta bastante plana.
7. Es un discurso uniacental, porque es evidente que el objetivo es que el lector piense que la leche es un alimento esencial y saludable en su dieta diaria, para esto hay varias fuentes científicas, aunque cabe mencionar que sus nombres tienen errores de redacción. El problema recae en que al buscar información de la científica Pilar MILKE, no corresponde en nada con el perfil descrito en el reportaje. Exitosamente se encontró el nombre correcto de esta investigadora, que es MIKE, sin la letra L, y se descubrió que ha trabajado para la Cámara Nacional de Industriales de la Leche (CANILEC). Lo curioso es que ella misma ha investigado en colaboración con Instituto Nacional de Nutrición y Ciencias Médicas Salvador Zubiran, por lo cual está entre dicho que sus trabajos no tengan intereses económicos con la CANILEC.

Además, este reportaje surge a partir del simposio sobre la leche y es de origen gubernamental, por lo que hay doble interés. No hay reflexión, ni puntos de vista opuestos.

#### **4.1.8.3 Clarín**

8. El primer reportaje analizado del diario argentino es uniacental pero al mismo tiempo no es tendencioso, pues se trata de educar a los lectores sobre un posible

postre que podría resultar menos dañino para la salud. En este caso, particularmente, no parece haber algún sector que resulte beneficiado, aunque quizás el del azúcar resulte un poco perjudicado.

9. Este reportaje es el único de toda la investigación que no presenta ninguna fuente científica. La publicación habla sobre la oxitocina, hormona que supuestamente ayudaría en tratamiento contra la obesidad. La autora podría cumplir con el papel de fuente pues es nutrióloga, pero aun así la resta credibilidad a la información que provee. Habla de un estudio, de una universidad, pero nunca aclara que universidad, ni que estudio, y mucho menos su metodología. Aunque el reportaje es muy plano pues tan sólo da a conocer información sin tratar de hacer reflexionar al autor, resulta peligroso el esparcir información de este tipo sin antecedentes.
10. En este caso sucede algo parecido al reportaje número ocho, pues la autora es la misma persona, sólo que en este caso si hay mención de al menos dos fuentes científicas. Igualmente, el discurso es parco, no hay presencia de elementos persuasivos. A su vez, entre la información esparcida, algunas veces queda la duda sobre las propiedades de los elementos por la falta de fuentes científicas. Parece ser que esta autora tiene la intención de querer dar a conocer información útil y novedosa, pero a veces la veracidad de la información queda al aire por su nulo uso de fuentes.

#### **4.1.8.4 The New York Times**

11. La consigna de interpretación de este reportaje es educar al lector sobre el consumo de vegetales. Al parecer no hay intereses secundarios en el reportaje. Hay presencia de fuentes científicas, hay peso y contrapeso en el discurso sobre la forma más idónea de cocinar vegetales, por lo que se invita a la reflexión y que al final el autor sea el que decide de qué manera consume los vegetales.
12. El mensaje de este reportaje se cierra en sí mismo, aunque esto no quiere decir que sea malo. Precisamente, contiene muchas fuentes científicos y datos que soportan la tesis del autor, por lo que el lector no tendría que buscar de más fuentes para quedar convencido. Igualmente, el discurso es uniacental pues su objetivo es dejarle claro al lector que todas las versiones a la venta de granola contienen mucha azúcar por lo cual no es saludable consumirla.

Se percibe, aunque de modo oculto, que hay una crítica a la industria alimentaria. El reportaje narra el desarrollo de la granola en la sociedad, desde que apareció hasta nuestros días. En el pasado se concebía como un alimento óptimo y saludable pero actualmente es comparado con un postre por la gran cantidad de azúcar que contiene, incluso se habla de marcas. De aquí deviene la conclusión sobre la crítica a la industria alimentaria. En general fue uno de los reportajes mejor documentados y entretenido.

13. Parece que la consigna de interpretación de este discurso es hacer recapacitar al lector sobre cuánto conoce acerca de lo que come. De ser una respuesta negativa, el objetivo es que lo corrija e inicie hábitos de alimentación más saludables. No hay presencia de elementos discursivos en el texto, pero hay presencia de fuentes de científicas, lo cual le da objetividad al mensaje.

#### **4.1.8.5 BBC**

14. En este reportaje de la prensa británica tiene muchas fuentes científicas, varios elementos estilísticos del mensaje, todo esto lo guía hacia un discurso persuasivo por excelencia, sin embargo, es un poco decepcionante el final del mensaje. Si bien es un reportaje de profundidad, al tratar de responder la pregunta que plantea el titular sobre si los edulcorantes pueden ocasionar más hambre, se critica fuertemente al estudio que dio origen a esta información. resulta sardónico que la ciencia critique sus propios métodos en casos como este, cuando parece no convenirle económicamente. No hay una reflexión ni contrapeso para el lector.

15. El reportaje tiene gran cantidad de fuentes científicas y de elementos estilísticos del discurso. Advierte sobre esa máxima atención que recibe el azúcar en cuestiones de sobrepeso y obesidad, es necesario visualizar la grasa como problema también. Parece que no busca perjudicar o ayudar a ninguno de los dos elementos. Pese a todos los elementos de apoyo el reportaje es plano e incluso tedioso.

16. Es evidente que el autor busca perpetuar la idea de que los niños están siendo mal alimentados. Hay varias fuentes científicas, además de que se explica detalladamente la metodología de la investigación llevada a cabo. Culpa directamente a los padres por la mala alimentación de los niños. La crítica que podría tener es que las políticas auspiciadas por el gobierno para la mejora nutricional reciben comentarios positivos, quizás se pudo haber prescindido de este elemento para mantener un mayor grado de objetividad.

## **4.2 Análisis e Interpretación de imágenes (véase anexo 16)**

Para realizar la lectura de las imágenes que acompañan las publicaciones alimentarias seleccionadas para esta investigación, se utilizaron los elementos de análisis propuestos por Vilches (1987). De este modo se podrá comprender si las imágenes tienen alguna función en el discurso o si solamente cumplen con ilustrar el contenido o llenar espacios.

### **4.2.1 Manipulación de la Expresión**

#### **4.2.1.1 Alteraciones del Soporte Material**

Vilches (1987) ubica este elemento como las alteraciones realizadas sobre la superficie material por parte del fotógrafo, ya sea en el momento de tomar la foto, o en la edición. Sobre este elemento se encontraron dos ejemplos de supresión, uno en la fotografía cuatro y el otro en la seis. La supresión se refiere a imágenes movidas o sectores oscuros sobre la impresión.

En la imagen número cuatro aparecen varios sectores oscuros en la imagen, de modo que la atención recae solamente en las tortillas. Prácticamente es imposible no verlas dado que no aparece otro elemento reconocible. Se puede percibir la alteración del soporte material al momento de tomar la fotografía, pues los elementos parecen planeados para que sólo recalque este elemento.

Por otro lado, en la imagen seis se puede percibir que el único elemento bien focalizado son las botellas de leche, resulta imposible mirar el fondo de la imagen, el cual aparece mal focalizado. En ambos casos se observa que se resaltaron los elementos principales, que son la macroestructura de los reportajes.

#### **4.2.1.2 Rupturas de la Sintaxis Visual**

En la adjunción Vilches (1987) explica se aumenta la importancia de elementos secundarios a través de ediciones como objetivos especiales, filtros de color, etc. En la imagen número uno se puede encontrar que se aumentó de tamaño la rebanada de pizza que sostiene la mujer, que además, en este caso funge como punto (Dondis, 2011) principal de la imagen. Por lo que retomando el concepto de persuasión de la imagen periodística de Vilches (1987), la cual define “como la capacidad de servirse de una lengua (o de un medio de lenguaje) para persuadir a un auditorio y obtener el consenso” se puede asegurar que el objetivo de esta imagen es recalcar sobre el consumo de carbohidratos en la dieta, siendo uno de los más apetecibles el de la pizza. Así mismo, este alimento aparece mencionado en el titular, haciendo aún más fuerte el elemento de la persuasión.

El segundo elemento de ruptura de sintaxis visual que se encontró fue el de supresión, el cual, apareció en las imágenes en ocho imágenes: 5, 8, 9, 10, 11, 15, 16 y 18. En la supresión toda imagen tiene su propia coherencia a pesar de que no existan unidades mínimas. Pueden aparecer miembros cortados, eliminación de una persona u objeto completo, sin embargo, esto no repercute de forma negativa en el lector pues se produce la figura retórica de la elipsis, que consiste en mutilar parte de la imagen con la finalidad de la economía del espacio. La función del lector es reconstruir la escena bajo su propia competencia. (Vilches, 1987).

En la imagen cinco no aparece ninguno de los elementos que la conforman en su totalidad: pan, cuchillo, o mantequilla, gracias a la economía del espacio (Vilches, 1987) esto permite un juego de la elipsis. No parece que esto repercuta de forma directa en el contenido del reportaje pues se habla del gluten y aparece un pan, lo cual resulta muy ilustrativo y dinámico para el lector.

La imagen número ocho pertenece al reportaje cuyo titular es: *Oxitocina: ¿nueva arma contra la obesidad?* Culturalmente las hamburguesas se relacionan con la comida chatarra, por lo que esta imagen resulta muy adecuada para el tipo de reportaje que habla sobre una medida para contrarrestar esta enfermedad. Gracias a la supresión y a su economía del espacio (Vilches, 1987) tan sólo basta con presentar el alimento y unas manos humanas que lo sostienen, esto permite que el lector complete la elipsis y visualice al humano que la está comiendo: hay un sinfín de posibilidades, por ejemplo, una persona obesa.

La imagen nueve corresponde a un reportaje cuya macroestructura son los condimentos alimenticios y en la misma, lo que se puede observar son precisamente especias, aceites, sal, etc. Los elementos aparecen incompletos, se muestra de nueva cuenta una elipsis en la que el lector puede recrear por sí mismo el resto de los objetos que componen la imagen. (Vilches, 1987)

La imagen 10 acompaña a un reportaje que habla sobre la cocción adecuada para las verduras, y precisamente son este elemento el que resalta en la ilustración. La imagen se entiende, a pesar de la economía del espacio (Vilches, 1987), pues el recipiente que contiene los vegetales aparece casi en su totalidad, dejando tan sólo un pequeño espacio para que el lector reconstruya la imagen.

En la imagen 11 se aprecian tres barras de granola, pero tan sólo la de en medio aparece completa. Se puede observar que las tres parecieran ser iguales, a pesar, de que las de la orilla no salen completas, pero al aplicar el concepto de la elipsis (Vilches, 1987) es fácil distinguir la composición de los elementos y por ende completar las barras como la de en medio.

La imagen 15 pertenece al reportaje de la *BBC* que advierte sobre no sólo enfocar el problema de la obesidad en el consumo de azúcar, si no también hacerlo en la grasa. Para esto, se muestra el estómago, de una persona con tanto sobrepeso que le cuesta mucho abrocharse el pantalón. Gracias a las manos y estómago, se puede aplicar la elipsis, completar la figura (Vilches, 1987) y determinar que efectivamente se está ante una persona.

Las imágenes 16 y 18 pertenecen al mismo reportaje sobre una investigación que se realizó a los desayunos escolares en Reino Unido para analizar su nivel nutrimental. En ambas, sucede un caso similar: los infantes aparecen cortados por el efecto de la economía del espacio (Vilches, 1987) y para resaltar lo que están comiendo debido a que es el objeto de estudio.

## **4.2.2 Manipulación del Contenido**

### **4.2.2.1 Distorsiones Semánticas**

#### 4.2.2.1.2 Sustitución

Vilches (1987) comenta que en los procedimientos de sustitución se dan dos figuras retóricas que son la metáfora y metonimia. Si un discurso lleva a otro por semejanza se obtiene la metáfora y si lo es por contigüidad entonces aparece la metonimia. En el caso de la metáfora, se usa una palabra en lugar de otra para hablar de un referente con un significado diverso, por ejemplo: “Cabellos de oro” en lugar de “cabellos dorados como el oro”. Comúnmente es utilizado para publicidad.

En la figura dos se puede apreciar la imagen de la película *La Leyenda del Indomable*. Este reportaje discursa sobre el consumo del huevo y sus beneficios para la salud; por lo que justamente se utiliza la imagen de una película, que con este título, hace pensar que Paul Newman, quién está rodeado de huevos en demasía, y con cara de indigestión, es indomable al comerse tantos huevos.

Por si el lector no conoce el contexto del film, además de que en el ángulo inferior derecho de la fotografía se encuentra el nombre de ésta, en el último párrafo se explica el propósito de recurrir a este recurso; conjuntamente se aclara que el personaje de Paul Newman se ve desahuciado, no por haber comido huevo, si no por el hecho de que comió demasiado, no importa el alimento, si no la cantidad.

La presencia de Paul Newman, actor estadounidense del siglo XX., quien es “un modelo de belleza aristocrática” (Eco, 2004), ayuda a corroborar la referencia que se les hace a personajes famoso del mundo artístico en publicaciones alimentarias.

De este modo se puede observar como las imágenes utilizadas en los reportajes digitales sobre temas alimentarios, son muy estéticamente cuidadas y ayudan mucho como ilustración a los reportajes. Como tal, son fotografías específicas para estos contenidos, en su defecto la mayoría de ellas se adquieren de otras fuentes, pese a esto parecen cumplir su función.

### 4.3 Conclusiones

Lo que esta tesis se propuso en un inicio fue analizar algunas muestras de reportajes en alimentación para poder determinar qué es lo que precisamente está haciendo la Comunicación en un campo tan fundamental en la vida de cualquier ser humano como lo es la alimentación.

Como se mencionó en el segundo, actualmente la comida está pasando por un proceso difícil. Resulta muy curioso que en estos tiempos la sociedad mundial se divida en tres grupos: aquellos que se están muriendo por comer en exceso con sobrepeso y obesidad, aquellos que se están muriendo de desnutrición, y ese otro grupo que trata de comer de forma balanceada, manteniéndose alejado de la industria alimentaria, que ha hecho de la comida más que un bien nutricional, un producto del mercado.

Cambios en las formas de producción de alimentos como lo son los transgénicos, edulcorantes, pesticidas, sin lugar a duda, han hecho más tenso el camino de la alimentación, que si bien, dicen no dañar al ser humano, al menos sí lo están haciendo al medio ambiente. Todos estos cambios se han dado a la par de otro desarrollo capitalista que es la Sociedad de la Información y el Conocimiento, la internet. El problema es que la brecha económica y de conocimiento hace que no todos los lectores mundiales estén preparados para poder mostrar pensamiento crítico ante la información que esta red les proporciona.

Mientras tanto, día a día, surgen publicaciones periodísticas en internet relacionadas con la alimentación y finalmente es lo que esta investigación se proponía, analizar es si dichos contenidos cumplen con los mínimos lineamientos del periodismo científico y de la ética profesional que el comunicólogo debe tener consigo y para la sociedad.

De los cinco medios elegidos: *Excélsior*, *Clarín*, *The New York Times*, *El País* y la *British Broadcasting Company*, se llegó a la conclusión de que *El País*, y *The New York Times*, son los que cumplen con más apego a los lineamientos del periodismo científico. Pues tienen más fuentes científicas, proporcionan más información, guían al lector hacia la reflexión y en el caso del periódico estadounidense, al menos se preocupa por construir sus propias imágenes.

Esto no quiere decir que su forma de hacer periodismo sea perfecta, hay muchas fuentes institucionales, lo que llevaría a un cuestionamiento ético sobre si la información es transmitida con el afán de enseñar al lector o con el propósito de ayudar a cierto sector comercial.

En los cinco medios, se encontró de forma recurrente, la crítica al consumo de azúcar respecto al favorecimiento de obesidad y sobrepeso, además de otras enfermedades. Pero pocas veces se atrevió a criticar directamente a la industria alimentaria. No hay que olvidar que detrás de la industria están las grandes marcas transnacionales, esas que no dudarían en imponer una denuncia al medio cuestionador, y por lo tanto hasta una multa millonaria, cifras por las cuales ningún medio de comunicación se arriesgaría.



Por otro lado, pocas veces se cuestionaba o se proporcionaba mayor cantidad de información sobre el contexto actual y los problemas que atañen a la alimentación. Por ejemplo, no se encontró contenidos de transgénicos, ni de otras situaciones, que no fueran dar a conocer información.

Igualmente, se halló información que hacía referencia al método de alimentación de personajes famosos, lo cual alienta al lector a seguir determinada dieta con tal de obtener determinado físico. Aunque no se aclare que la mayoría de esos personajes son millonarios y se someten a muchos otros tratamientos.

Respecto al medio nacional que es *Excélsior*, se concluyó, que prácticamente le falta por recorrer un gran camino en cuanto a publicaciones científicas se refieren. Su información es tendenciosa y se tergiversa mucho, el problema es que más allá de ser beneficiosa para los lectores, podría llegar a confundirlos.

El análisis de imágenes se realizó en función de entender cómo estas se han integrado a la red. Los resultados fueron que las imágenes periodísticas no tienen la misma importancia que solían tener en el periodismo tradicional hace algunos años. En la mayoría de los reportajes ni si quiera se incluye la fuente y además muchas tan sólo son bajas de otras páginas masivas de internet.

La hipótesis inicial de esta investigación fue que las publicaciones sobre alimentación en los portales noticiosos nacionales e internacionales no contienen suficientes referencias que los hagan verídicos y confiables por lo que resultan peligrosos para la población. Tras la aplicación del análisis de discurso se pudo comprobar, pues bien, en algunos reportajes ni si quiera hubo fuentes, mientras que, en otros, como ya se mencionó, son tendenciosos o beneficiosos para ciertos sectores. Además de que falta el pensamiento crítico que debería de ser el objetivo principal del periodismo científico.

Para terminar, es importante replantearse el papel del periodista científico en la Sociedad de la Información y el Conocimiento. ¿Realmente existe? ¿Qué están haciendo las universidades para formarlos? ¿Es consciente el profesional de la comunicación de las repercusiones que sus contenidos pueden gestar en la población? ¿De qué forma los gobiernos están abordando el problema de la brecha de conocimiento?

Aunado a esto cabe mencionar que más allá del aspecto ético, la Ley de Ciencia y Tecnología de la Constitución Mexicana establece en la fracción XII del capítulo III que, se deberá de promover la divulgación de la ciencia y la tecnología con el propósito de ampliar y fortalecer la cultura científica y tecnológica en la sociedad, por lo que la responsabilidad del periodista de informar objetivamente es aún mayor.

De este modo, esta tesis recalca su objetivo principal, que fue plantear el problema, de una crisis en el periodismo científico alimentario a través de un contexto digital, globalizado y neoliberal, en la que el comunicólogo debe abordar la realidad desde una perspectiva más

crítica y con el fin de transmitirle información al lector según su contexto socioeconómico. Pero, ante todo, con deber ético y tratando de buscar un balance entre sistema, naturaleza y hombre.

## Referencias

### Libros

Blanco, E. y F. Esteve., (Ed), (2009) *Tendencias del Periodismo Especializado*. Málaga, Universidad de Málaga.

Calvo, H., (1977) *Periodismo Científico*. Madrid, Paraninfo.

Crovi, D. y J. Gandarilla., (2004) *Sociedad de la Información y el Conocimiento "Entre lo falaz y lo posible"*. Buenos Aires, La Crujía.

Diccionario de la Lengua Española, (2004) *Diccionario Porrúa de la Lengua Española*. México, Porrúa.

Didier, J., (1983) *Diccionario de Filosofía*. México. Editorial Diana.

Dondis, A., (2011) *La sintaxis de la imagen*. España, Gustavo Gili.

Eco, U., (2004) *Historia de la Belleza*. Impreso en China, Italia, Debolsillo.

Elías, C., (2008) *Fundamentos de Periodismo Científico y Divulgación Mediática*. Madrid, Alianza.

Heller, E., (2007) *Psicología del Color*. Barcelona, GG

Marín, C., (2006) *Manual de Periodismo*. México, Debolsillo.

Pollan, M., (2013) *Cocinar: Una historia Natural de la Transformación*. Estados Unidos, DEBATE. [Electrónico]

Prieto, D., (1994) *La Fiesta del Lenguaje*. México, Ediciones Coyoacán.

Tubella, I. et al., (2005) *Sociedad del Conocimiento*. Barcelona, Alfagrama Ediciones.

UNESCO., (2005) *Hacia las Sociedades del Conocimiento*. Francia, Ediciones UNESCO.

Van Dijk, T., (1990) *La Noticia como Discurso*. Primera Edición. España, Paidós.

Vilches, L., (1987) *Teoría de la Imagen Periodística*. México, Paidós.

### Internet

Agency for Healthcare Research and Quality., (1999). "Assessing the Quality of Internet Health Information" en *archive.ahrq*. [En línea]. Disponible en:

<http://archive.ahrq.gov/research/data/infoqual.html>

[Consultado el día 20 de febrero de 2016]

Aranda, J., (2015). "Anula Corte permiso a Monsanto para producir soya transgénica" en *La Jornada*. [En línea]. México, disponible en:

<http://www.jornada.unam.mx/ultimas/2015/11/04/anula-la-scjn-permiso-otorgado-a-monsanto-para-producir-soya-transgenica-4898.html>

[Consultado el día 15 de julio de 2016]

- Asociación Mexicana de Internet, (2015). "Últimas Noticias" en *Ampici.Org*. [En línea]. Disponible en: <https://www.amipci.org.mx/es/noticiasx/2241-alcanza-internet-el-51-de-penetracion-entre-los-usuarios-potenciales-de-mexico-amipci>  
[Consultado el día 15 de febrero de 2016]
- BBC. (2016). Food en *BBC*. [En línea]. Reino Unido, disponible en: <http://www.bbc.co.uk/food/>  
[Consultado el día 26 de agosto de 2016]
- BBC. (2016). "History of the BBC" en *About the BBC*. [En línea]. Reino Unido, disponible en: <http://www.bbc.co.uk/historyofthebbc>  
[Consultado el día 25 de agosto de 2016]
- Becerril, Andrés. (2015). "98 años: Excélsior, global desde su origen" en *Excélsior*. [En línea]. México, disponible en: <http://www.excelsior.com.mx/nacional/2015/03/18/1014091>  
[Consultado el día 18 de agosto de 2016]
- Beltrán, Pascal. (2012). "Excélsior, periodismo con pasado y futuro" en *Excélsior*. [En línea]. México, disponible en: <http://www.excelsior.com.mx/2012/03/18/nacional/816529>  
[Consultado el día 18 de agosto de 2016]
- Buena Vida. (2016). "Buena Vida" en *Clarín Estilo*. [En línea]. Argentina, disponible en: <http://www.clarin.com/buena-vida/>  
[Consultado el día 22 de agosto de 2016]
- Buena Vida. (2016). "Buena Vida" en *El País*. [En línea]. España, disponible en: <http://elpais.com/elpais/buenavida.html>  
[Consultado el día 23 de agosto de 2016]
- Calderón, V., (2015). "México prohíbe a Monsanto la siembra de soja transgénica" en *El País-Internacional*. [En línea]. Disponible en: [http://internacional.elpais.com/internacional/2015/11/05/actualidad/1446749835\\_448433.html](http://internacional.elpais.com/internacional/2015/11/05/actualidad/1446749835_448433.html)  
[Consultado el día 15 de julio de 2016]
- D'Adamo, P., (2015). "Blood Groups and the History of Peoples" en *The Blood Type Diet*. [En línea]. Marzo 3, 2015, disponible en: <http://www.dadamo.com/txt/index.pl?1010>  
(Consultado el día 14 de julio de 2016)
- Diccionario de la Real Academia Española., (2016). "Definición de Ciencia" en *DLE* [En línea]. Disponible en: <http://dle.rae.es/?id=9AwuYaT>  
[Consultado el día 22 de febrero de 2016]
- El Comidista. (2016). "El Comodista" en *El País*. [En línea]. España, disponible en: <http://elcomidista.elpais.com/>  
[Consultado el día 23 de agosto de 2016]
- EcuRed. (2016). "Diario El País" en *EcuRed Conocimiento con todos y para todos*. [En línea]. Cuba, disponible en: [http://www.ecured.cu/Diario\\_El\\_Pa%C3%ADs](http://www.ecured.cu/Diario_El_Pa%C3%ADs)  
[Consultado el día 22 de agosto de 2016]
- Eur-LEX., (2000). "Una Sociedad de la Información para todos" en *eur-lex.europa.eu*. [En línea]. Disponible en: <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/?uri=URISERV%3A124221>  
[Consultado el día 20 de febrero de 2016]

Fernández, J., (2016). “Lo público y lo privado en Internet. Intimidad y libertad de expresión en la Red” en *Biblioteca Jurídica Virtual*. [En línea]. Universidad Nacional Autónoma de México, disponible en:

<http://biblio.juridicas.unam.mx.pbidi.unam.mx:8080/libros/libro.htm?l=1167>

[Consultado el día 18 de febrero de 2016]

Fundación Príncipe de Asturias. (2016). “Diario El País” en *Blog Fundación Príncipe de Asturias*. [En línea]. España, disponible en:

<http://web.archive.org/web/20080513044259/http://www.fundacionprincipedeasturias.org/es/04/premiados/trayectorias/trayectoria257.html>

[Consultado el día 23 de agosto de 2016]

Fundación de la Universidad Autónoma de Madrid. (2016). “Consejos y sugerencias para la redacción de artículos científicos” en *FUAM*. [En línea]. España, disponible en:

<http://fuam.es/wp-content/uploads/2012/10/CAPITULO-1.-El-articulo-cientifico.pdf>

[Consultado el día 20 de septiembre de 2016]

Expansión. (2016). “Mejora la esperanza de vida en Japón” en *datosmacro*. [En línea]. España, disponible en: <http://www.datosmacro.com/demografia/esperanza-vida/japon>

[Consultado el día 11 de agosto de 2016]

Grupo Clarín. (2016). “Origen y Evolución” en *Grupo Clarín*. [En línea]. Argentina, disponible en:

<http://www.grupoclarin.com.ar/institucional/origen-evolucion>

[Consultado el día 22 de agosto de 2016]

History. (2016). “Hoy en la historia fue fundado The New York Times” en *History*. [En línea]. Disponible en: <http://mx.formula-history.tuhistory.com/hoy-en-la-historia/fue-fundado-new-york-times>

[Consultado el día 23 de agosto de 2016]

Internet Live Stats., (2016). “Internet users in the world” en *InternetLiveStats*. [En línea].

Disponible en: <http://www.internetlivestats.com/internet-users/>

[Consultado el día 14 de julio de 2016]

Instituto Mexicano del Seguro Social., (2016). “Chécate, Mídete, Muévete” en *checatemitetemuevete.gob*. [En línea]. México, disponible en:

<http://checatemitetemuevete.gob.mx/>

[Consultado el día 27 de enero de 2016]

Instituto Nacional de Estadística y Geografía., (2015). “Número de habitantes” en *Cuéntame Población* [En línea]. Disponible en:

<http://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/habitantes.aspx?tema=P>

[Consultado el día 22 de febrero de 2016]

Latham, M., (2002). “Nutrición Humana en el Mundo en Desarrollo” en *Depósito de documentos de la FAO*. [En línea]. Roma, disponible en:

<ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/005/w0073s/W0073S03.pdf>

[Consultado el 26 de enero de 2016]

Maslow, A., (2000). “A Theory of Human Motivation” en *York Universtiy*. [En línea].

Disponible en:

<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.318.2317&rep=rep1&type=pdf>

[Consultado el día 04 de febrero de 2018]

- Mc. Donalds., (2016). “Restaurantes” en *Mc Donalds*. [En línea]. Disponible en: <http://www.mcdonalds.com.mx/>  
[Consultado el día 25 de enero de 2016]
- Navarro, A., (2015)., “Presentan el programa Guardianes de la Alimentación SAGARPA-SENASICA” en *Periódico Puntual*. [En línea]. Disponible en: <http://www.diariopuntual.com/estado/2015/11/30/7779>  
[Consultado el 27 de enero de 2016]
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación., (2001). “Los Organismos Modificados Genéticamente, los consumidores, y la inocuidad de los alimentos y el medio ambiente” en *Estudio FAO: Cuestiones de Ética*. [En línea]. Roma, disponible en: <ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/003/x9602s/x9602s00.pdf>  
[Consultado el 15 de julio de 2016]
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación., (2010). “Perfiles de Nutrición por País: India” en *Nutrición y Protección del Consumidor*. [En línea]. Disponible en: [http://www.fao.org/ag/agn/nutrition/ind\\_es.stm](http://www.fao.org/ag/agn/nutrition/ind_es.stm)  
[Consultado el día 15 de julio de 2016]
- Organización Mundial de la Salud., (2003). “La OMS y la FAO publican un informe de expertos independientes sobre dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas en OMS, Centro de Prensa. [En línea]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2003/pr20/es/>  
[Consultado el día 04 agosto de 2017]
- Organización Mundial de la Salud., (2015). “Obesidad y Sobrepeso” en OMS, Centro de Prensa. [En Línea]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>  
[Consultado el día 22 de enero de 2016]
- Organización Mundial de la Salud., (2016). “Nutrición” en OMS, Temas de Salud. [En línea]. Disponible en: <http://www.who.int/topics/nutrition/es/>  
[Consultado el día 22 de febrero de 2016]
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico., (2014). “La Estrategia de México para hacer frente a la obesidad es prometedora, dice la OCDE”. OCDE, *Mejores Políticas para una Vida Mejor*. [En Línea]. Disponible en: <http://www.oecd.org/centrodemexico/medios/laestrategiademexicoparahacerfrentealaobesidadesprometedoradicelaocde.htm>  
[Consultado el día 21 de enero de 2016].
- Rippen, H. y A. Risk., (2000). “e-Health Code of Ethics” en *Journal of Medical Research* [En línea] Mayo 2000, National Institutes of Health, disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1761853/>  
[Consultado el día 20 de febrero de 2016]
- Rivera, J., et al., (ed). (2016). “Obesidad en México: Recomendaciones para una política de Estado” en *Academia Nacional de Medicina de México*. [En línea]. México, disponible en: <http://www.anmm.org.mx/publicaciones/Obesidad/obesidad.pdf>  
[Consultado el día 24 de enero de 2016]
- Secretaria de Salud., (2013). “Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes” en *Promociónsalud.gob*. [En línea]. México, disponible en: [http://promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/estrategia/Estrategia\\_con\\_portada.pdf](http://promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/estrategia/Estrategia_con_portada.pdf)  
[Consultado el día 27 de enero de 2016]

The New York Times. (2016). "Food" en *The New York Times*. [En línea]. Estados Unidos, disponible en:

<http://www.nytimes.com/pages/dining/index.html?action=click&pgtype=Homepage&region=TopBar&module=HPMiniNav&contentCollection=Food&WT.nav=page>

[Consultado el día 23 de agosto de 2016]

The New York Times. (2016). "Health" en *The New York Times*. [En línea]. Estados Unidos, disponible en:

<http://www.nytimes.com/section/health?action=click&pgtype=Homepage&region=SiteIndex&module=SiteIndex&contentCollection=Health&WT.nav=footer-nav>

[Consultado el día 23 de agosto de 2016]

Valle, Gustavo. (2010). "Los Kirchner vs. Clarín" en *Letras Libres*. [En línea]. Disponible en: <http://www.letraslibres.com/revista/letrillas/los-kirchner-vs-clarin>

[Consultado el día 22 de agosto de 2016]

World Health Organization., (2014). "Frequently asked questions on genetically modified foods" en *World Health Organization*. [En línea]. Disponible en:

[https://www.intec.edu.do/downloads/pdf/biblioteca/004-biblioteca\\_harvard\\_estilo.pdf](https://www.intec.edu.do/downloads/pdf/biblioteca/004-biblioteca_harvard_estilo.pdf)

[Consultado el día 14 de julio de 2016]

Winker, M. et al., (2001). "Normas para los sitios de información médica y de salud en Internet. Principios que rigen los sitios web de la AMA" en *Revista Acimed, Revista Cubana De Los Profesionales De La Información En Salud* [En línea] Vol. 9, No. 1. Enero-abril 2001, disponible en: [http://bvs.sld.cu/revistas/aci/vol9\\_1\\_01/acisu1001.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/aci/vol9_1_01/acisu1001.htm)

[Consultado el día 20 de febrero de 2016]

## Revistas Especializadas

Bauer, M., (2014). "La Sociedad del Conocimiento favorece la comunicación de la ciencia, pero restringe la acción del periodismo científico" en *Subjetividad y Procesos Cognitivos* [En línea]. Vol. 18, núm. 2, 2014, pp. 53-70, Argentina, disponible en:

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339634157003>

[Consultado el día 15 de agosto de 2016]

Burkholder, A., (2009). "El Periódico que llegó a la vida nacional. Los Primeros Años del Diario Excelsior (1916-1932)" en *Historia Mexicana* [En línea] No. 4 abril-junio 2009, Colegio de México A.C, disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=60015959003>

[Consultado el día 17 de agosto de 2016]

Cortiñas, S., (2007). "La globalización del periodismo científico bajo patrones anglosajones: un estudio de caso en la periferia" en *Estudios sobre el Mensaje Periodístico* [En línea] No. 13. 7 mayo de 2007, disponible en:

<http://go.galegroup.com.pbidi.unam.mx:8080/ps/i.do?p=IFME&u=unam1&id=GALE|A236570085&v=2.1&it=r&sid=ebSCO&userGroup=unam1&authCount=1>

[Consultado el día 10 de agosto de 2016]

Guerrier, G., (2015). "Scientific journalism in Africa to help fight global health emergencies" en *The Lancet* [En línea]. Vol. 386. Agosto 29 2015, Reino Unido, disponible en:

[http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(15\)00006-9/fulltext](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(15)00006-9/fulltext)

[Consultado el día 04 de julio de 2016]

Hesse, B. et al., (2005). "The Impact of the Internet and Its Implications for Health Care Providers: Findings From the First Health Information National Trends Survey" en *JAMA*

*Internal Medicine* [En línea] No. 165. Diciembre 2005, Arch Intern Med, disponible en:  
[http://rcfp.pbworks.com/f/Hesse\\_Trust+and+Sources+of+Health+Information.pdf](http://rcfp.pbworks.com/f/Hesse_Trust+and+Sources+of+Health+Information.pdf)  
[Consultado el día 20 de febrero de 2016]

Jefferson, M., (2010). "El espacio de lo político en Habermas. Alcances y límites de las nociones de Esfera Pública y Política Deliberativa" en *Jurídicas* [En línea] Julio 2010, Colombia, disponible en:  
<http://go.galegroup.com.pbidi.unam.mx:8080/ps/i.do?p=IFME&u=unam1&id=GALE|A258131897&v=2.1&it=r&sid=ebsco&userGroup=unam1>  
[Consultado el día 10 de agosto de 2016]

Koziner, N., (2010). "Martín Sivak, Clarín, el gran diario argentino. Una historia, Buenos Aires, Planeta, 2013, 472 páginas" en *Prisma* [En línea] Vol. 18, No. 1 junio 2014, disponible en: [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1852-04992014000100028](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1852-04992014000100028)  
[Consultado el día 19 de agosto de 2016]

Silva, O., (2016). "El Análisis del discurso según van Dijk y los estudios de la Comunicación" en *Razón y Palabra* [En línea] No. 26. Disponible en:  
<http://www.razonypalabra.org.mx/anteriores/n26/osilva.html>  
[Consultado el día 12 de septiembre de 2016]

Quecedo, R. y C. Castaño, (2003). "Introducción a la metodología de la Investigación cualitativa" en *Revista de Psicodidáctica* [En línea] No. 14, 2002, España, disponible en:  
<http://www.redalyc.org/pdf/175/17501402.pdf>  
[Consultado el día 10 de enero de 2018]

## Contenidos Analizados

BBC. (2016). "Could artificial sweeteners make people more hungry?" en *BBC Health*. [En línea]. Reino Unido, disponible en:  
[http://www.bbc.com/news/health-36772303?intlink\\_from\\_url=http://www.bbc.com/news/topics/b5a68823-bb0c-4229-b142-d6d5e09e113f/diet-and-nutrition&link\\_location=live-reporting-story](http://www.bbc.com/news/health-36772303?intlink_from_url=http://www.bbc.com/news/topics/b5a68823-bb0c-4229-b142-d6d5e09e113f/diet-and-nutrition&link_location=live-reporting-story)  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]

BBC. (2016). "Glasgow University scientists' warning over sugar focus" en *BBC News*. [En línea]. Escocia, disponible en: [http://www.bbc.com/news/uk-scotland-glasgow-west-36778736?intlink\\_from\\_url=http://www.bbc.com/news/topics/b5a68823-bb0c-4229-b142-d6d5e09e113f/diet-and-nutrition&link\\_location=live-reporting-story](http://www.bbc.com/news/uk-scotland-glasgow-west-36778736?intlink_from_url=http://www.bbc.com/news/topics/b5a68823-bb0c-4229-b142-d6d5e09e113f/diet-and-nutrition&link_location=live-reporting-story)  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]

BBC. (2016). "Most kids' lunchboxes still unhealthy, research suggests" en *BBC Newsbeat*. [En línea]. Reino Unido, disponible en:  
<http://www.bbc.co.uk/newsbeat/article/37285735/most-kids-lunchboxes-still-unhealthy-research-suggests>  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]

Bisbal, C. (2016). "¿Cuántos huevos puedo comer a la semana?" en *El País Buena Vida*. [En línea]. España, disponible en:  
[http://elpais.com/elpais/2016/04/27/buenavida/1461758708\\_511808.html](http://elpais.com/elpais/2016/04/27/buenavida/1461758708_511808.html)  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]

Caryn, R. (2016). "Is Roasting a Healthy Way to Cook Vegetables" en *The New York Times*. [En línea]. Estados Unidos, disponible en:  
<http://well.blogs.nytimes.com/2016/08/26/is-roasting-a-healthy-way-to-cook-vegetables/>



- [Consultado el día 25 de septiembre de 2016]
- Carner, E. (2016). "Tres ingredientes que no debería añadir al café" en *El País Buena Vida*. [En línea]. España, disponible en:  
[http://elpais.com/elpais/2016/01/20/buena-vida/1453302665\\_081013.html](http://elpais.com/elpais/2016/01/20/buena-vida/1453302665_081013.html)  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]
- Clarín. (2016). "Qué aportan los condimentos además de sabor". en *Clarín Buena Vida*. [En línea]. Argentina, disponible en: [http://www.clarin.com/buena-vida/nutricion/aportan-condimentos-ademas-sabor\\_0\\_1615638460.html](http://www.clarin.com/buena-vida/nutricion/aportan-condimentos-ademas-sabor_0_1615638460.html)  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]
- Clarín. (2016). "Tres placeres: así es el postre perfecto" en *Clarín Buena Vida*. [En línea]. Argentina, disponible en: [http://www.clarin.com/buena-vida/nutricion/placeres-postre-perfecto\\_0\\_1630636998.html](http://www.clarin.com/buena-vida/nutricion/placeres-postre-perfecto_0_1630636998.html)  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]
- Europa press. (2016). "La moda gluten free: ni adelgaza, ni es más saludable" en *Excelsior*. [En línea]. México, disponible en:  
<http://www.excelsior.com.mx/global/2016/09/16/1117289>  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]
- Gómez, A. (2016). "¿Se puede perder peso comienzo pizza?" en *El País Buena Vida*. [En línea]. España, disponible en:  
[http://elpais.com/elpais/2016/09/07/buena-vida/1473247409\\_718057.html](http://elpais.com/elpais/2016/09/07/buena-vida/1473247409_718057.html)  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]
- Katz, M. (2016). "Oxitocina: ¿nueva arma contra la obesidad?" en *Clarín Buena Vida*. [En línea]. Argentina, disponible en: [http://www.clarin.com/buena-vida/nutricion/Oxitocina-nueva-arma-obesidad\\_0\\_1666633398.html](http://www.clarin.com/buena-vida/nutricion/Oxitocina-nueva-arma-obesidad_0_1666633398.html)  
[Consultado el día 22 de octubre de 2016]
- Notimex. (2016). "Estos son los beneficios de consumir leche" en *Excelsior*. [En línea]. México, disponible en: <http://www.excelsior.com.mx/nacional/2016/09/06/1115303>  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]
- O'Connor, A. (2016). Why Your Granola Is Really a Dessert en *The New York Times*. [En línea]. Estados Unidos, disponible en: <http://www.nytimes.com/2016/08/30/well/eat/why-your-granola-is-really-a-dessert.html>  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]
- Quadratin. (2016). "Al comer tortilla evitas el papiloma y el cáncer cervicouterino" en *Excelsior*. [En línea]. México, disponible en:  
<http://www.excelsior.com.mx/nacional/2016/07/06/1103298>  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]
- Quealy, K. y M. Sanger-Katz, (2016). "Is Sushi Healthy? What About Granola? Where Americans and Nutritionists Disagree" en *The New York Times*. [En línea]. Estados Unidos, disponible en: <http://www.nytimes.com/interactive/2016/07/05/upshot/is-sushi-healthy-what-about-granola-where-americans-and-nutritionists-disagree.html>  
[Consultado el día 25 de septiembre de 2016]

## Imágenes

Internet Live Stats., (2016). "Internet users in the world" en *InternetLiveStats*. [En línea]. Disponible en: <http://www.internetlivestats.com/internet-users/>  
[Consultado el día 14 de julio de 2016]

KFC., (1968). Make Tonight Mother's Day. [Imagen en línea]. Disponible en: <http://www.ipernity.com/doc/mewdeep/40048316>  
[Consultado el día 15 de julio de 2016]

KFC., (1968). He'll give you a rest during the rush. [Imagen en línea]. Disponible en : <http://www.marketingdirecto.com/marketing-general/publicidad/25-anuncios-vintage-de-comida-rapida-cuando-el-negocio-de-las-hamburguesas-esta-pegando-aun-el-estiron/>  
[Consultado el día 15 de julio de 2016]

KFC., (1968). Wife-savers. [Imagen en línea]. Disponible en: <http://www.marketingdirecto.com/marketing-general/publicidad/25-anuncios-vintage-de-comida-rapida-cuando-el-negocio-de-las-hamburguesas-esta-pegando-aun-el-estiron/>  
[Consultado el día 15 de julio de 2016]

Warhol, A., (2012) Andy Warhol colorea una edición de las sopas Campbell. [Imagen en línea]. Disponible en: <https://beckero.wordpress.com/2012/09/29/andy-warhol-colorea-una-edicion-de-las-sopas-campbell/>  
[Consultado el día 15 de julio de 2016]

## Documentales

*Chef's Table: Magnus Nilsson* (2015) Película dirigida por David Gelb, Estados Unidos, Netflix.  
[Streaming]

*Cooked* (2016) Película dirigida por Alex Gibney y Michael Pollan, Estados Unidos, Netflix.  
[Streaming]

*Fed up* (2014) Película dirigida por Stephanie Soechting, Estados Unidos, Atlas Films.  
[Streaming]

*GMO OMG* (2013) Película dirigida por Jeremy Seifert, Estados Unidos, Netflix.  
[Streaming]

## Otros

Ley de Ciencia y Tecnología. Diario Oficial de la República de los Estados Unidos Mexicanos, Ciudad de México, México, 5 de junio de 2002.

## Anexos

1)

NUTRICIÓN >

### ¿Se puede perder peso comiendo pizza?

¿Y espaguetis, paella, pan...? Son tan carbohidratos como las verduras, aunque ni mucho menos iguales: los que tienen un índice glicémico alto disparan el azúcar en sangre. Saber cuáles no es sencillo



ANGELES GÓMEZ LÓPEZ

11 SEP 2016 - 10:25 CEST



Una dieta a base de carbohidratos saludables (entre otros alimentos) promete mantenernos delgados y sanos: ayudan a que no rebañemos el plato haciéndonos sentir más llenos. Y, según la [Universidad de Harvard](#), “nos alejan de un sinfín de males crónicos como la diabetes, ciertas cardiopatías y varios tipos de cáncer”. Una promesa irresistible. Medimos la importancia del IG.

## 1. No es una dieta, estrictamente hablando

El índice glucémico (IG) es un índice que se aplica a los alimentos que contienen carbohidratos (pan, pasta, frutas, zumos, legumbres, etcétera) y mide la velocidad con la que aumenta el nivel de glucosa en la sangre después de su consumo. En función de la rapidez, los alimentos se clasifican en IG bajo (de 1 a 55), medio (56-69) y alto (a partir de 70). Pero ese valor no es fijo, “varía de una persona a otra y, también, según se cocine el producto o de dónde proceda”, explica el nutricionista [Serafin Murillo](#), investigador del Centro de Investigación Biomédica en Red, en el área de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas ([Ciberdem](#)), dependiente del Instituto de Salud Carlos III. “Lo que indica el IG es si los alimentos tienen un alto contenido en azúcar o harinas refinadas. Es decir, si son muy elaborados o no y, por tanto, más o menos saludables”, aclara.

El informe sobre tendencias en alimentación en 2015, de la revista [New Nutrition Business](#), dice que “el azúcar se ha convertido en el nuevo demonio de la dieta, y para las empresas de alimentos es un desafío satisfacer las expectativas de bajo contenido en azúcar”. [Cervezas Ambar](#) ha desarrollado una cerveza sin alcohol con [Palatinose](#) (marca comercial de isomaltulosa), un carbohidrato de absorción lenta, desarrollado por la empresa de alimentación [Beneo](#), con bajo IG y un alto contenido en fibra soluble.

Todo apunta a una nueva era en el concepto de nutrición y dietas, orientado al bienestar y a prevenir enfermedades. Con esta visión, Ascensión Marcos, presidenta de la Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética ([Fesnad](#)), hace hincapié en que el IG se debe concebir “como una forma de comer habitual, no como una dieta. Es un estilo de vida que hay que mantener siempre”. Propuesta que respalda Murillo: “El IG es un concepto teórico, pero se engloba en un patrón de alimentación que ayuda a prevenir enfermedades”.

## 2. Controla el peso a corto plazo

Lo deseable es que “la dieta tenga el IG bajo para mantener normales las cifras de glucosa, colesterol y triglicéridos en la sangre”, añade Marcos. Un IG bajo hace que la glucosa pase a la sangre lentamente y que no se produzcan las temidas hiperglucemias en los diabéticos (en el mundo hay 347 millones de afectados por esta enfermedad, según la OMS), pero también ayuda a retrasar la sensación de hambre. “Si una dieta de IG bajo suprime el apetito, el efecto a largo plazo sería un mejor control de peso”, indican en la [Clínica Mayo](#).

Sin embargo, esta prestigiosa institución norteamericana admite que la investigación clínica no ha demostrado ese control de peso a largo plazo. Incluso, “las dietas bajas en carbohidratos y la mediterránea (que incluye aceite de oliva, legumbres, cereales integrales, frutas, verduras y pequeñas cantidades de carne y productos lácteos) obtienen mejores resultados para bajar peso que las de IG bajo”, según la mencionada clínica. Murillo no es tan drástico y destaca que entre los beneficios de una dieta de IG bajo está el de suprimir “alimentos que son menos interesantes para la salud”. Además, el investigador sostiene que son válidas para perder peso, ya que “hay estudios que marcan cierta ventaja respecto a otras dietas tradicionales”. Eso sí, “no aportan un resultado llamativo. Las dietas de IG bajo logran un beneficio extra, pero no se puede afirmar que irán bien a todas las personas”, matiza.

**La cantidad de fibra que contiene un alimento, y el tamaño de la ración, pueden compensar su volumen de azúcar y almidones de rápida absorción, convirtiéndolo en (más) saludable**

### 3. Es, sobre todo, muy útil para los diabéticos

Lo que nadie cuestiona es que se trata de un patrón dietético saludable, porque elige alimentos con IG bajo –frutas, verduras, hortalizas, productos integrales...–, pero, sobre todo, “es útil para prevenir la diabetes tipo II”, insiste Marcos. Y, además, es la dieta recomendada por la Fundación para la Diabetes.

Incluso los deportistas podrían beneficiarse de patrones de IG bajo. “Durante la práctica de ejercicio se necesitan alimentos de índice glucémico alto para tener rápidamente la energía necesaria”, explica Murillo, que es asesor de nutrición y deporte de la Fundación para la Diabetes, “pero se están investigando alimentos con un índice bajo y de digestión muy fácil, elaborados con azúcares modificados, que pasan lenta y progresivamente a la sangre”. Esto aún pertenece al campo experimental, pero marca una tendencia para los próximos años.

### 4. Seguirla no es demasiado fácil...

Al margen de cuál sea el objetivo que se quiere lograr, para seguir una dieta de IG bajo hay que conocer el valor de los diferentes alimentos, aunque como norma general los elegidos son legumbres, granos integrales, casi todas las frutas, pan integral...

Pero elaborar menús de IG bajo no es tan sencillo como consultar las tablas. “El índice glucémico de un alimento puede subir según como se cocine”, subraya la presidenta de Fesnad. “Al cocer mucho la pasta, aumenta su índice glucémico; lo mismo sucede con las verduras”, apunta. El discreto IG de 35 de las zanahorias crudas se dispara al cocerlas hasta el 92 (87 tiene la miel), y el 51 de las patatas fritas alcanza el 80 en el puré de patata. La fruta madura también tiene un índice glucémico más alto. Para simplificar: “Cuanto más elaborado esté un alimento (purés, zumos, etcétera) mayor será su IG”, indica Marcos. Además de los beneficios de preparar la pasta al dente, otro truco para rebajar la carga glucémica de una comida es añadirle grasa (que tiene un IG muy bajo) y fibra. Pero, “cuidando las cantidades para que no suban el colesterol, los triglicéridos y el peso”, alerta Ascensión Marcos.

Por si fuera poca complicación, un alimento con un IG alto puede ser muy saludable gracias a su carga glucémica (CG) total. Lo explican desde Harvard Medical School: “La carga glicémica se obtiene del resultado de multiplicar el IG por la cantidad de carbohidratos que contiene y dividirlo entre 100. Esto hace posible que una fruta como la sandía tenga un IG alto y una CG muy baja. Y es que esta cifra se ve influida por la cantidad de fibra o grasa que tiene el producto, además de por el tamaño de la ración”.

## 5. Es la base de otras dietas

**Método Montignac:** el célebre [Michel Montignac](#) fue uno de los precursores del concepto de índice glucémico. En la década de los ochenta lanzó su método (huía de la palabra dieta), que definía como “un concepto de nutrición para los que deseen perder peso y prevenir enfermedades cardiovasculares”. La dieta ha sido criticada por limitar el consumo de hidratos de carbono y permitir consumos altos de grasas y proteínas. Se dice que la cantante australiana Kylie Minogue es una de las que pasó por las directrices del gurú de la nutrición galo.

PARA SABER  
QUÉ COMER

Por la Universidad  
de Harvard



	IG	GR	CG
'BAGUETTE'	95	30	14
CUSCÚS	65	150	9
ARROZ	73	150	43
BASMATI	63	150	26
HELADO	62	50	8
MANZANA	36	120	5
POMELO	25	120	3
NARANJA	45	120	45
SANDÍA	72	120	4
ANACARDOS	22	50	3
GARBANZOS	10	150	3
'HUMMUS'	6	30	0
ESPAGUETIS	46	180	22
INTEGRALES	42	180	17

IG / Índice glucémico  
GR / Ración en gramos  
CG / Carga glucémica  
(por ración)

**Dieta Harvard:** basada en el IG bajo, propone un plato de comida saludable que consiste en una mitad con 2/3 de verduras y hortalizas (excepto patatas) y un tercio de frutas. Un cuarto de la otra mitad es para cereales integrales y el otro cuarto para proteínas saludables. En línea con las recientes recomendaciones de la OMS sobre el consumo de carne roja y procesada, la [dieta Harvard](#) propone limitar la ingesta de estas carnes. Los nutricionistas de la acreditada Universidad insisten en que el ejercicio físico diario forma parte de la dieta.

**Dieta de la Zona:** propone que el 40% de la dieta sean hidratos de carbono de bajo IG, un 30% proteínas y la misma proporción de grasas. Los nutricionistas españoles emitieron un [comunicado](#) detallando por qué la rechazaban de plano. Al margen de las críticas es, supuestamente, una de las dietas preferidas por las 'celebrities' como Madonna, Jennifer Aniston, Angelina Jolie...

**Yes You Can Plan Diet (dieta [del semáforo](#)):** distribuye los alimentos en los tres colores del semáforo, de forma que los verdes se pueden comer a discreción (verduras, frutas, arroz integral...); amarillos, ocasionalmente (huevos, pasta al dente, zumos de frutas...) y rojos, que están prohibidos (pan blanco, arroz, mermeladas...).

2)

NUTRICIÓN >

## ¿Cuántos huevos puedo comer a la semana?

De este alimento cuelga el sambenito de que su exceso conduce a problemas de salud. Esto es lo que dice la literatura científica



CRISTINA BISBAL DELGADO  
28 ABR 2016 - 10:51 CEST



Paul Newman en 'La leyenda del indomable'.

Estrellados con jamón son un verdadero manjar; en tortilla, uno de los mejores inventos franceses; batidos y con patatas, la gloria de nuestro país; duros, el complemento perfecto para cualquier ensalada.... Sí, nos referimos a los huevos uno de esos alimentos 'infalibles' que cocinados de un modo u otro son casi siempre —salvo escasas excepciones y manías— un acierto. Con tantas maneras diferentes de prepararlos y siempre sabrosos y sencillos, podría convertirse en un ingrediente para incluir en la dieta diaria... o no. Porque los huevos tienen asociado el sambenito de que, en exceso, son poco saludables. Sobre todo para quienes han de mantener el colesterol a raya. La idea de que no se deben comer más de tres a la semana nos ha perseguido durante varias generaciones. Tanto, que continúa siendo una idea generalizada.... Y ahora sabemos que errónea.



“Hasta finales del siglo pasado, como medida de prevención cardiovascular, la [Asociación Americana del Corazón](#) recomendaba restringir el consumo de huevos, por su alto contenido en colesterol”, comenta Teresa Ruiz Gracia, Médico Especialista en Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario HM Puerta del Sur. Ana Luzón, médico nutricionista y vicepresidenta de la Asociación Española de Gastronomía y Nutrición, comenta que ya en 2003 el cardiólogo español Pedro Zarco [publicó un artículo](#) en *Revista Madrid Médico* en el que sugería la revisión de la incidencia de la yema en el nivel de colesterol en sangre: “Desde esta publicación empecé a introducir en mis pacientes con hipercolesterolemia la yema de huevo y su cifra de colesterol seguía disminuyendo con la nueva dieta”.

Los estudios realizados desde entonces corroboran la sospecha de la doctora Luzón. Lo cuenta la mexicana Maria Luz Fernández, profesora del departamento de Ciencias Nutricionales de la Universidad de Connecticut y autora de varios de estos análisis científicos ([Effects of eggs on plasma lipoproteins in healthy populations](#), publicado en 2010 en *Food & Function*): “Las nuevas guías dietéticas del USDA (Departamento de Agricultura de Estados Unidos), comunicadas a todo el país el pasado siete de enero de 2016, claramente dicen que no hay restricciones para colesterol dietético basado en la evidencia de múltiples estudios realizados en los últimos 15 años, incluidos los que yo he hecho en mi laboratorio”. Ruiz Gracia añade: “[Diversos estudios](#) han mostrado de manera uniforme y sólida que es improbable que el consumo de un huevo al día tenga repercusión significativa alguna sobre el riesgo cardiovascular en personas sanas”.

¿Y qué pasa con la diabetes? Los miembros del consejo asesor del Instituto de Estudios del Huevo ([IEH](#)) afirman que también hay evidencias de que el consumo de huevo no supone un riesgo en personas con esta patología. Lo afirman basándose en varios estudios, como [DIABEGG](#), de Nicholas R. Fuller, publicado en *The American Journal of Clinical Nutrition*; o *One egg per day improves inflammation when compared to an oatmeal-based breakfast without increasing other cardiometabolic risk factors in diabetic patients*, de Martha Nydia Ballesteros, publicado el pasado año en la revista *Nutrients*. En ambos, el consumo diario de huevos durante varias semanas en pacientes diabéticos no supuso cambios en los niveles de colesterol, lípidos séricos o glucosa.

**“Diversos estudios han mostrado de manera uniforme y sólida que es improbable que el consumo de un huevo al día tenga repercusión significativa alguna sobre el riesgo cardiovascular en personas sanas”  
(Teresa Ruiz Gracia, médico especialista en Endocrinología)**

La conclusión es tan clara que la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) en sus [\*Guías Alimentarias para la Población Española\*](#), sitúa al huevo en la pirámide nutricional como alimento con consumo diario recomendado.

Ahora que sabemos que no es malo comer tantos huevos como se nos antojen, ha llegado el momento de poner en valor lo que este alimento ofrece al consumidor. Teresa Ruiz Gracia incide en su alto valor biológico para recomendarlo en caso de pacientes con desnutrición o riesgo de padecerla, recomendando el consumo de hasta dos diarios. E incluso habla de un posible valor protector contra el ictus hemorrágico y otras enfermedades neurodegenerativas. Los responsables de estos beneficios son la luteína, la zeaxantina y la colina, nutrientes presentes en el huevo. “En el Alzheimer y la demencia senil existe un déficit de colina y el consumo de huevos puede ayudar a mejorar la situación de estos enfermos. Los carotenoides luteína y zeaxantina reducen el riesgo de padecer degeneración macular relacionada con la edad, una de las principales causas de ceguera en la tercera edad. Un estudio publicado en [\*The Journal of Nutrition\*](#) en 2006 por AJ Wenzel reveló que ingerir seis huevos a la semana durante 12 semanas aumenta los niveles de zeaxantina en sangre y mejora la densidad óptica del pigmento macular”. Conclusión: los ancianos necesitan consumir huevos.

Desde el IEH también se recomienda en épocas en las que el organismo tiene elevados requerimientos nutricionales. Es decir, en la etapa de crecimiento – niñez y adolescencia– y durante el embarazo y el periodo de lactancia en la mujer. Y no se olvidan de los deportistas y personas con mucha actividad física que necesitan ingerir proteína de alto valor biológico y nutrientes que favorezcan el metabolismo energético.

Comerse cincuenta huevos duros de una sentada como hizo Paul Newman en *La Leyenda del Indomable* puede resultar indigesto, pero no por el alimento en sí, sino por la cantidad de comida...

3)

NUTRICIÓN >

## Tres ingredientes que no debería añadir al café

Intenso, reconfortante, sabroso y... ¿sano? Pues depende de usted y lo flexible que sea con los aditivos



EVA CARNERO CHAMÓN

22 ENE 2016 - 03:24 CST



A los españoles nos va el café. Si no, qué otra conclusión se puede extraer de los datos ofrecidos por la [Federación Española del Café](#): cada día, alrededor de 22 millones de españoles saborea al menos una taza de la infusión de semilla tostada. Es más, en España el 63% de los ciudadanos ingiere, de media, 3,6 tazas por jornada, según el [Informe Café & Té: Hábitos de Consumo de Café en España](#).

Este hábito, lejos de ser perjudicial, si se encuadra dentro de los límites recomendados (2 o 3 tazas diarias como máximo, según [The New England Journal of Medicine](#)), puede resultar beneficioso para la salud. La misma publicación científica vincula la ingesta prudente de café a una reducción del 10% del riesgo de muerte por enfermedades cardíacas, respiratorias, accidentes cerebrovasculares y por diabetes e infecciones. Hay excepciones, por supuesto, como el caso de los hipertensos. En general, aunque las guías clínicas no son contundentes al respecto, se recomienda moderar el consumo de café en las personas con la tensión elevada. Pese a que [algunos estudios](#) no han revelado que el consumo de café moderado aumente la tensión a largo plazo, sí parece que altas concentraciones puedan elevarla, así como provocar un [incremento momentáneo](#) tras su ingesta. Por eso los doctores aconsejan una disminución de consumo en estos casos.

"La presencia de cafeína y antioxidantes puede mejorar el funcionamiento cognitivo, el sentido de la sensibilidad, así como el proceso de la digestión", asegura Alicia Aguilar, profesora de los Estudios de Ciencias de la Salud y directora del [Máster de Nutrición y Salud de la UOC](#), quien añade que "incluso podría ser eficaz contra algunos problemas coronarios, diabetes mellitus, párkinson, Alzheimer o algunos tipos de cáncer". Los datos todavía no son concluyentes, pues se basan en la observación y apenas se han hecho estudios controlados.

Ahora bien, si hay efectos positivos se atribuyen al consumo de café solo, sin haber sido adulterado por otros alimentos como la leche o el azúcar. No es lo mismo tomarse una taza de café solo, que hacerlo con un chorrito de leche y dos cucharadas de azúcar, y repetir este gesto tres, seis o diez veces al día. En este sentido, Aguilar manifiesta que "lo ideal no tiene que ser necesariamente beberlo solo, pero que sí dependerá del tipo de alimentación que llevemos [el resto del día](#)".

### **Azúcar: poco puede ser demasiado**

El criterio a seguir respecto a los añadidos del café ha de ser la moderación. Así que si es de los que intenta tapar el amargor del café con un sobrecito de azúcar, recuerde que al hacerlo "está incrementando el valor energético que por sí solo el café no tiene", advierte Aguilar, quien sostiene que "al añadir azúcares simples exclusivamente, los beneficios mencionados y asociados al café quedarán supeditados a la cantidad de azúcar que consumamos el resto del día".

**Ahora bien, si hay efectos positivos se atribuyen al consumo de café solo, sin haber sido adulterado por otros alimentos como la leche o el azúcar**

Con esta premisa y para no excedernos de los 25 gramos diarios de azúcar (5% de la energía total necesaria al día) que actualmente recomienda la Organización Mundial de la Salud ([OMS](#)), la experta aconseja tener presente que "los azúcares simples forman parte de muchos de los alimentos que consumimos habitualmente, especialmente los procesados y, por tanto, es fácil rebasar esta cantidad, aunque solo se tome una cucharada por jornada". Conclusión: aprenda a saborearlo sin azúcar. "Tanto el moreno, como el refinado o la miel, son nutricionalmente equiparables", sostiene Aguilar.

### **Leche entera: más blanquito... y más grasiento**

De nuevo, para disfrutar de los beneficios del café, la prudencia manda. En este caso, si tiene la costumbre de manchar el café con un chorrito de leche, será mejor que no pase de ahí. El líquido blanco [no acarrea problemas de salud](#), "mas habría que considerar qué cantidad de lácteos vamos a consumir a lo largo de todo el día y cuántos cafés con leche y cortados nos tomaremos", añade la experta. El café, fuente beneficiosa de polifenoles que actúan como antioxidantes, adquiere, al añadir la leche entera, otro significado nutricional, pues entran en juego las saturadas, para las que sí existe una recomendación de consumo diaria (el 10% de la energía de la dieta, según la OMS). Los nutricionistas no desaconsejan la leche entera en personas sanas, pero sus versiones desnatada y semidesnatada tienen menos calorías, "y son aptas para personas con obesidad, patologías cardiovasculares o factores de riesgo asociados", como recuerda el nutricionista [Giuseppe Russolillo](#), presidente de la Fundación Española de Dietistas-Nutricionistas ([FEDN](#)),

Aguilar coincide y aconseja la semidesnatada para manchar el café, "salvo para los sujetos con intolerancia a la lactosa, que deberían decantarse por [bebidas vegetales](#)".

### **Alcohol: pasaporte a la enfermedad**

La combinación más "gamberra" del café, el carajillo (mezcla de café con brandi o con otra bebida destilada, como el ron o el orujo), lo tiene difícil para entrar en el club de las bebidas saludables. "Hay que pensar que las bebidas alcohólicas aportan energía (7 kcal/g), pero sin ningún otro nutriente adicional que nos beneficie", advierte Aguilar. La OMS remata con este puñado de cualidades sobre su consumo: "La ingesta de alcohol es un factor causal en más de 200 enfermedades y trastornos. Está asociado con el riesgo de desarrollar problemas de salud tales como trastornos mentales y comportamentales, incluido el alcoholismo, importantes enfermedades no transmisibles tales como la cirrosis hepática, algunos tipos de cáncer y enfermedades cardiovasculares, así como traumatismos derivados de la violencia y los accidentes de tránsito". No parece lo más indicado para un plácido desayuno...

4)

## Al comer tortilla evitas el papiloma y el cáncer cervicouterino

*Una sana alimentación estimula el sistema inmunológico; la tortilla contiene nutrientes altos en fibra, antioxidantes, vitamina C y ácido fólico*

06/07/2016 12:49 QUADRATÍN



Los nutrientes de la tortilla podrían ayudar a contrarestar la propagación del VPH y disminuir los riesgos de un cáncer cervicouterino / Foto: Archivo Cuartoscuro

CIUDAD DE MÉXICO.

**C**ada año en México se diagnostican cerca de **10 mil casos de cáncer cervicouterino**, 70 por ciento de ellos son causados por algún tipo del **Virus de Papiloma Humano (VPH)**, infección que se propaga principalmente por contacto sexual, pero cuyos efectos pueden ser contenidos con una sana alimentación, que incluya el consumo de tortilla.

Según datos del Instituto de **Investigaciones Biomédicas de la Universidad Nacional Autónoma de México**, existen más de 100 variaciones de VPH que afectan las mucosas del tracto anogenital, producen verrugas en el área del cérvix y afectan tanto a hombres como mujeres.

Contraer este virus es en muchos de los casos la antesala a padecer cáncer cervicouterino, enfermedad que cobra la vida de cerca de cinco mil personas cada año.

Para evitar este desenlace es imperativo realizarse una vez al año el examen de **Papanicolaou** y la prueba de captura de híbridos para identificar el ADN viral, ya que ésta es la única forma de saber si una mujer está infectada o no con VPH, señaló Ángel Villa Guerrero, ginecólogo del Hospital Ángeles y académico de la Facultad de Medicina de la Universidad La Salle.

En caso de que los resultados sean positivos, una forma sencilla de reducir la propagación de este virus y disminuir los riesgos de un cáncer cervicouterino es a través de una sana alimentación que estimule el sistema inmunológico.

“Esta estimulación se puede lograr consumiendo sustancias antioxidantes, vitamina C y ácido fólico y fibra vegetal; es necesario igualmente disminuir el consumo de carnes rojas y productos cárnicos, evitar el estrés, hacer ejercicio físico al menos tres veces por semana y dormir por lo menos ocho horas diarias”.

En este sentido, uno de los alimentos más completos, que contienen todos estos nutrientes, es la **tortilla**.

“Este alimento tradicional y de fácil acceso para la población mexicana es una fuente importante de antioxidantes, así como de vitaminas A, C, D y E, es rico en calcio y fibras, pero además contiene ácido fólico, uno de los elementos más importantes para prevenir las infecciones causadas por el Virus de Papiloma Humano”, recalcó.

5)

# La moda 'gluten free': ni adelgaza, ni es más saludable

*El fenómeno social inició por la creencia de que es más saludable, sin embargo esto es un error*

16/09/2016 14:20 EUROPA PRESS / FOTO: PIXABAY



El gluten es una proteína incluida en el trigo.

CIUDAD DE MÉXICO.



**L**a **dieta sin gluten** creció como **fenómeno social** "porque se cree que es **más saludable** y se asocia a una **pérdida de peso**, lo cual es un **error**", dijo el director de la Clínica CINUSA e investigador en el departamento de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid, Ismael San Mauro. Por tanto, aunque el **gluten no es una proteína esencial** para la **salud humana**, no es conveniente **prescindir de este ingrediente sin la recomendación** de un **experto**.

*Por un lado hay que distinguir a aquellas personas que tienen sensibilidad al gluten que serán las beneficiadas al prescindir de él en la dieta y, para ello, se debe hacer un diagnóstico claro. En este caso, tanto para celíacos como para aquellos con sensibilidad se debe eliminar de la dieta", añadió el experto.*

Es necesario diferenciar entre una recomendación global de nutrición y una para el beneficio de personas con sensibilidad al gluten. "La dieta sin gluten puede ser beneficiosa para quienes padecen, especialmente, enfermedad inflamatoria intestinal, enfermedades autoinmunes, alteraciones hormonales y, quizás, algunas neurológicas", explicó el doctor San Mauro.

Se debe seguir una dieta equilibrada, basada en productos de origen vegetal donde tienen cabida los de origen animal, con cereales integrales y con los mínimos productos refinados y procesados, "y no caer en la idea de que te vas a quitar el gluten porque mejora tu salud".

### **INTOLERANCIA AL GLUTEN**

En primer lugar, los síntomas para detectar intolerancias al gluten suelen ser "problemas digestivos como gases, pesadez, dolor abdominal, diarreas o estreñimiento, así como problemas dermatológicos, fatiga, alteraciones de los ritmos del sueño o alteraciones hormonales", ha indicado San Mauro.

El trastorno más relacionado con el gluten es la enfermedad celíaca, pero también puede afectar en otros desórdenes como el síndrome de intestino irritable, la sensibilidad al gluten no celíaca o la alergia al trigo. Todos ellos tienen síntomas en común y, dadas sus implicaciones, hacen necesario un diagnóstico precoz y diferenciado.

La enfermedad celíaca es una intolerancia permanente cuyo origen es aún desconocido aunque en su desarrollo contribuyen factores genéticos y ambientales. Esta patología provoca una inflamación crónica de la mucosa del intestino delgado y, progresivamente, una atrofia de las vellosidades intestinales.

## **OTROS TRASTORNOS**

La sensibilidad al gluten no celiaca es un síndrome diferente a la enfermedad celiaca pero también relacionada con esta proteína y, actualmente, las estimaciones sobre su frecuencia se encontrarían entre el uno y el seis por ciento de la población.

Otro de los trastornos es el síndrome de intestino irritable que se define como una molestia común que puede afectar al 15 por ciento de la población general y que se caracteriza por dolor abdominal, estreñimiento, diarrea, flatulencias e hinchazón.

Este tipo de alergia presenta una sintomatología muy variada, desde síntomas clásicos como picor e hinchazón de las mucosas, hasta molestias en el tracto intestinal. La única opción terapéutica que existe en este caso es seguir una dieta sin trigo y, según el grado en que se presente, también sin gluten.

gak

6)

## Estos son los beneficios de consumir leche

*Investigadores mexicanos revelaron los beneficios; sus nutrientes complementan la alimentación y contribuyen a prevenir enfermedades*

06/09/2016 13:24 NOTIMEX/FOTO: PIXABAY



Investigadores mexicanos revelaron los beneficios; sus nutrientes complementan la alimentación y contribuyen a prevenir enfermedades.

CIUDAD DE MÉXICO.

**E**l **consumo de leche** es recomendable en **todas las etapas de la vida**, pues sus **nutrientes** complementan la **alimentación**, contribuyen a **prevenir enfermedades** y a la salud, destacaron investigaciones de **especialistas mexicanos**.

Durante el Simposio “Leche y productos lácteos: evidencias y recomendaciones en la salud y en la enfermedad”, los doctores Pilar Mike y Pedro Arroyo encabezaron la presentación de un estudio elaborado por **14 expertos nacionales** de diversas áreas de la salud.

La investigadora del Instituto Nacional de Nutrición y Ciencias Médicas “Salvador Zubiran” advirtió de **mitos** que han reducido el consumo del lácteo en México, pese a que la evidencia científica permite considerar a ese alimento como una importante fuente de nutrimentos.

“De acuerdo con los resultados, México reporta un consumo insuficiente de leche o derivados lácteos cada día, cuando cada habitante ingiere en promedio menos de una taza y media de leche. Esto significa 40 por ciento por debajo de lo recomendado”, detalló.

La Encuesta Nacional de Nutrición de 2012 indica que los adultos han disminuido de forma progresiva el consumo de ese producto, conforme avanzan de edad, y solo 10 por ciento de quienes no lo tiene en su dieta logra cubrir con otros alimentos la dosis adecuada de calcio y vitamina D.

La doctora Mike expuso que este alimento es fundamental para la formación, fortalecimiento y mantenimiento de músculos y huesos durante la adolescencia y edad adulta, y contribuye a la reducción de riesgos de ciertas enfermedades crónicas, además de que previene la desnutrición.

### **QUÉ CONTIENE LA LECHE**

La leche y sus derivados contienen proteína, calcio y fósforo y otros micronutrimentos que ayudan en el desarrollo esquelético, muscular, neurológico, hematológico, entre otros, puntualizó.

Para quienes son **intolerantes a la lactosa** o productos lácteos, es recomendable el consumo de leche deslactosada o de bajo contenido de lactosa, como el caso del queso, sobre todo los maduros.

Los estudios, subrayó, muestran como la leche puede contribuir a la reducción de riesgo de enfermedades como diabetes, osteoporosis y ciertos tipos de cáncer como el colorectal.

**La leche puede contribuir a la reducción de riesgo de enfermedades como diabetes, osteoporosis y ciertos tipos de cáncer**

En su oportunidad, el doctor Pedro Arroyo comentó que las investigaciones tienen el objetivo de proveer información objetiva y sustentada científicamente sobre los beneficios de la leche en diferentes etapas de la vida.

En tanto, Manuel Vásquez Garibay, especialista del Instituto Nacional de Perinatología, destacó los beneficios de la lactancia materna a los menores, desde que nacen hasta los dos años de edad.

Es un privilegio de los **recién nacidos** tomar solo **leche materna** hasta los seis meses de edad, y acompañada por otros alimentos y bebidas, acorde a las recomendaciones del pediatra, hasta los **24 meses**, pues se previenen muchas enfermedades, destacó.

El también especialista del Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara indicó que en la investigación que encabezó se muestra como los menores que consumieron leche materna tienen **menos riesgo de sobrepeso**, obesidad, diabetes y cáncer.

7)

## Tres placeres: así es el postre perfecto

**Nutrición** La combinación de frutas, frutos secos y chocolate negro es ideal para la salud, sin resignar sabor.



Vitaminas, minerales, proteínas, grasas saludables y flavonoides, algunos de los aportes de los tres placeres. (HSPH)

-¿Le ofrezco la carta de postres?

Walter Willet sabe qué incluye la oferta: diferentes combinaciones de azúcares, harinas y grasas poco saludables. Sin embargo, acepta el menú en busca de alguna grata sorpresa que pocas veces encuentra. Como director del departamento de nutrición de la Escuela de Salud Pública de Harvard (HSPH, por sus siglas en inglés) está empeñado en que los restaurantes propongan nutritivas opciones dulces sin resignar sabor y para eso inició una campaña evangelizadora en la que invita a chefs y comensales a **sumarse al desafío de los tres placeres**.

¿En qué consiste? Si en la carta no hay alguna opción saludable, Willet reta a los cocineros a diseñar algún postre en base a **fruta, frutos secos y chocolate negro**. “Una gran cantidad de investigaciones muestran que son algunos de los alimentos más sanos que podríamos comer”, afirma el científico de la nutrición.

Las frutas aportan frescura y un sabor dulce natural, además de darle color al plato. Sus vitaminas y minerales ayudan a proteger contra enfermedades no transmisibles como las cardiovasculares y la diabetes. Los frutos secos (nueces, almendras, avellanas, etc.) son una excelente fuente de grasas saludables y proteínas y suman el toque crocante. Mientras que los flavonoides del chocolate negro tienen también efectos beneficiosos en el organismo y su sabor amargo contrarresta con lo dulce de las frutas. Según Willet esta combinación de lo que él denomina tres placeres es **óptima desde el punto de vista científico y también para el paladar**.

Un cuarto placer opcional puede ser un **toque de vino** para acompañar. ¿Sugerencia? Oporto.

El experto de la universidad más prestigiosa de Estados Unidos pone especial énfasis en el tipo de chocolate. **Su composición de cacao debe ser del 70% o más**. Cuanto más puro, mejor. En el chocolate con leche, “la gran cantidad de azúcar y manteca contrarresta los beneficios”.

Desde el área de nutrición de la HSPH sostienen que los clientes de los restaurantes no deben ser forzados a minar su salud para disfrutar de un postre, ni tampoco resignarse a la privación. Las opciones llenas de azúcar, harina y grasas poco saludables son la norma, pero no tienen por qué seguir siendo la única opción. **Una manera de autogenerar la nueva oferta es solicitando al cocinero un postre fuera de carta hecho a la medida de los tres placeres**.

“Son ingredientes que probablemente los chefs tengan a mano. La solicitud podría ser contestada simplemente con una taza de frutas espolvoreada con nueces y acompañada de algunos cuadrados de chocolate negro, pero **hay cocineros que responden al desafío con creatividad y presentaciones espectaculares**”, afirman.

Lo ideal sería que un postre así integre la carta. Mientras tanto, el pedido espontáneo puede empezar a cambiar las cosas. En el sitio web de la institución académica **suben fotos** de platos de comensales que se atrevieron a desafiar al cocinero. ¿Vos te animás?

8)

## Oxitocina: ¿nueva arma contra la obesidad?

**Nutrición** La hormona del amor tendría además efectos en el control del apetito y la regulación del balance energético.



Un genotipo ahorrativo nos lleva a comer de más con el objetivo de almacenar para tiempos adversos.

La oxitocina es una hormona que se produce naturalmente en el cuerpo humano, e interviene en el parto y la lactancia. Sin embargo, investigaciones recientes han descubierto funciones adicionales: es importante para el comportamiento social, la relación con los amigos, la confianza y el vínculo madre-hijo. De hecho, cuando una madre amamanta a su bebé, su cerebro libera oxitocina para consolidar la conexión entre ambos. Por eso se la llama la "hormona del amor". Además interviene en las funciones cognitivas y en diversos trastornos psiquiátricos como los del espectro autista, la depresión y los trastornos de ansiedad.



## **La difícil tarea de tomar decisiones**

Las personas tomamos alrededor de 150 decisiones diarias relacionadas con los alimentos y el comer.

Uno de los principales problemas es la dificultad para la mayoría de nosotros para manejar las porciones de los alimentos consumidos. Detener el impulso de continuar comiendo es una tarea demasiado compleja para la mayoría. Esta es una de las causas de la epidemia de obesidad. Diversos factores intervienen. Por un lado está nuestro “genotipo ahorrativo”, que nos dirige a comer todo lo que tenemos delante, con el objetivo de almacenar para tiempos adversos. Por el otro, un entorno que ofrece porciones hipertróficas que a los humanos nos dejan atrapados quizás por nuestra intensa aversión al derroche.

En estos estudios la utilización de oxitocina por vía nasal reducía la cantidad de calorías y de grasa que la gente comía.

En un estudio se entrenó a un grupo de hombres utilizando spray nasal de oxitocina 15 minutos antes de cada decisión. Los hombres que recibieron oxitocina mostraron un mayor autocontrol después de recibir la oxitocina.

Aprender nuevas funciones acerca de la implicación de las hormonas en la regulación del apetito es ciertamente valioso.

De todas formas, ¡no salgan a buscar soluciones mágicas!

## **La influencia del entorno**

Las personas consumimos lo que el mercado, el restaurante o la familia nos ofrece. De hecho, entre todos instalamos una norma de consumo de cada tipo de alimento que luego es una guía de comportamiento que ya nadie discute.

Pero los humanos poseemos errores mentales sistemáticos. Uno de ellos es el llamado “sesgo de unidad”, concepto que se refiere a la sensación de que una porción de alimento en particular es la apropiada o suficiente. El sesgo de unidad proporciona la base para comprender por qué el tamaño de una porción influye en la cantidad de alimento que se consume.

Al menos por ahora, la solución a la obesidad no dependerá de una hormona. Sin embargo, nuevas funciones de hormonas conocidas y nuevas vías de administración, la intranasal, por ejemplo, pueden ofrecer estrategias alternativas para abordar esta pandemia de muerte lenta.

Afrontar la epidemia de obesidad requiere cambios sustanciales dentro de los paradigmas de tratamiento que en su mayoría solo hacen foco en la estigmatización de alimentos, la prohibición, la demonización, y por supuesto, en cambios en la industria alimentaria que puede aportar soluciones ofreciendo alimentos más saludables reformulándolos y empaquetándolos en la “porción justa” para que la decisión saludable sea la fruta más a mano.

*\*Mónica Katz es médica especialista en nutrición de la Universidad Favaloro/Centro Dra. Katz.*

9)

## Qué aportan los condimentos además de sabor

**Nutrición** Tienen múltiples propiedades y algunos pueden utilizarse en reemplazo de la sal, para prevenir la hipertensión.



Las hierbas aromáticas, las especias y los condimentos se utilizan para realzar el sabor, el color y el aroma de las preparaciones.

Desde hace muchos años, se utilizan las hierbas aromáticas, las especias y los condimentos para realzar el sabor, el color y el aroma de las preparaciones. Estas virtudes se deben a la existencia de compuestos químicos (polifenoles o aceites esenciales).

Las hierbas se utilizan, además, para la elaboración de infusiones con el propósito de disminuir dolores o en ciertas enfermedades.

Algunos condimentos favorecen los procesos digestivos y pueden utilizarse en reemplazo de la sal, lo que es beneficioso para reducir el riesgo de sufrir presión arterial. Aportan además sustancias antioxidantes, estimulan la secreción gástrica (facilitando la digestión y la reducción de gases). El clavo de olor es antibactericida (eugenol) y el cilantro tiene la capacidad de conservar alimentos.

A modo de ejemplo, en este artículo haremos foco en tres: la canela, el jengibre y la pimienta de cayena.

## **CANELA**

Es utilizada para saborizar postres. Cuando se consume frecuentemente y se sigue los lineamientos de una alimentación saludable se pueden obtener beneficios de sus muchas propiedades:

- En tratamientos con problemas respiratorios y gripe, para disminuir la inflamación.
- En enfermedades circulatorias es un potente anticoagulante y favorece la circulación.
- Disminuye la fiebre.
- Evita los dolores en períodos de menstruación.
- Previene las várices.
- Diabetes tipo II: estudios realizados en Alemania, en el Instituto de la ciencia de la alimentación, en la Universidad de Hannover, han verificado el beneficio de la utilización de la canela en diabéticos tipo II. Esto se debe a la presencia de cinnamtannin, que favorece la disminución de la glucosa en sangre. Se recomienda ingerirla en ayunas, 1 cucharadita de las de té dos veces por día, o en infusiones o en cápsulas de aceite de canola. Otra investigación publicada en la revista científica Diabetes Care manifestó que los pacientes con diabetes II que se les indicó la toma de 1 gramo de canela por día durante 40 días han experimentado una disminución del colesterol total, del LDL y de los triglicéridos como así también de los niveles de glucemia plasmática, esto se debe a que en la canela existe un compuesto que actúa de manera similar a la insulina (polímero chalcona methyl hydroxy).
- Consumiendo 1 taza de té de canela detiene la diarrea y el vómito.

## JENGIBRE

Presenta un sabor particular. Se puede conseguir fresco, seco o en polvo, en aceite o en jugo.

-Propiedades: Mejora la digestión y es antiinflamatorio: por la presencia de gingerol. Reduce el dolor en personas con artritis reumatoidea.

-Da mayor saciedad y acelera el metabolismo cuando su consumo es previo a las comidas.

-Disminuye las migrañas. Una investigación publicada en Investigación de Fitoterapia (2013) ha demostrado la eficacia del jengibre en los tratamientos de las migrañas.

-Prevención de enfermedades respiratorias.

## PIMIENTA DE CAYENA

Este condimento favorece el adelgazamiento y ayuda en los tratamientos para los dolores reumáticos, resfríos, la hipertensión arterial y otras dolencias.

-Cuando una persona consume pimienta de cayena regularmente, contribuye a aumentar el metabolismo en un 25% más de lo normal, por eso es importante que sea utilizada en los tratamientos para adelgazar.

-Contiene un componente importante: la capsaicina, el cual estimula la circulación interviniendo en la digestión estimulando la producción de saliva y de enzimas digestivas. De esta manera, facilita la absorción y asimilación de nutrientes a nivel intestinal. Esta, además, induce al cerebro a la producción de endorfinas (hormonas que nos hacen sentirnos bien).

-Es rica en vitamina A y C, lo cual la vuelve una ayuda para el sistema inmunológico.

-A pesar de sus propiedades, este condimento es muy estimulante de la mucosa gástrica y debe ser utilizado moderadamente. Al igual que otros picantes, no se recomienda en casos de úlcera, gastritis y enfermedades estomacales, o en hemorroides. Además, puede ocasionar alergias respiratorias y cutáneas.

-Sus componentes pueden quemar la piel. Por eso mismo, se recomienda el uso de guantes para que no esté en contacto con la piel, y evitar el contacto con los ojos y partes sensibles del cuerpo.

-Es muy efectivo en poca cantidad. Por eso, utilice sólo 1 (una) cucharadita de té diariamente, y fracciónela para los almuerzos y cenas.

\* **Alicia Crocco** es Lic. en Nutrición y autora de varios libros. Conduce el programa **Alimenta tu vida**, los domingos a las 20, por Metro (lunes a las 12, martes a las 15, miércoles a las 13.30 y sábados a las 17).

10)

## Is Roasting a Healthy Way to Cook Vegetables?

By RONI CARYN RABIN AUGUST 26, 2016 5:54 AM 32



Andrew Scrivani for The New York Times

 Email

 Share

Q

**We enjoy roasting vegetables — particularly until they get dark and crispy (with only a modest amount of olive oil and sea salt). Is this healthy, or does roasting to that degree eliminate the health benefits?**

Roasted veggies — like crispy brussels sprouts, crunchy cauliflower or caramelized root vegetables — can taste like a guilty pleasure, almost too tasty to really be good for you. But nutritionists assure me that even though subjecting vegetables to intense heat can alter their nutritional profile and may compromise some nutrients, it can boost others. And they're still veggies at heart: filling, full of fiber, low in calories and rich in minerals.

“If roasting vegetables will get people to eat them, I’d encourage people to roast them,” said Alice Lichtenstein, director of the cardiovascular nutrition lab at the Jean Mayer U.S.D.A. Human Nutrition Research Center on Aging at Tufts University in Boston. “The biggest battle is just getting people to eat enough fruits and vegetables.”

Cooking vegetables does lower levels of some nutrients, especially water-soluble vitamins like C and some B vitamins. But it’s a trade off, because cooking can also make some nutrients easier for the body to absorb. Cooked tomatoes, for example, provide higher levels of lycopene, which may have cardiovascular benefits, and cooked carrots have higher levels of carotenoids, rich in antioxidants.

But don’t get stuck in a roasting rut. Varying your cooking methods and eating raw vegetables and fresh salads as well, dietitians say, may provide the broadest spectrum of nutritional benefits.

Steaming vegetables, for example, uses indirect, moist heat and is quick, “so the amount of time that the vegetable is exposed to the heat source is relatively short. That’s probably the best way to cook your vegetable and maintain the nutrients,” said Libby Mills, a spokeswoman for the Academy of Nutrition and Dietetics.

Some notes of caution when roasting vegetables: Go easy on the oil, which is high in calories and fat. And keep the temperature well below the oil’s smoke point, or the point at which the oil starts to burn (that’s about 410 degrees for extra virgin or unrefined olive oil).

“Overheating breaks down the nutritional composition of the oil, changes the flavor and releases harmful free radicals,” said Leslie Beck, a Toronto-based dietitian and author. “If you’re using extra-virgin olive oil, which maintains phytochemicals with anti-inflammatory properties, you’ll destroy those too.”

And salt the vegetables after roasting them; salt can lower the smoke point of oil.

You can also reduce the roasting time by parboiling the vegetables first.

# Why Your Granola Is Really a Dessert

## Eat Well

By ANAHAD O'CONNOR AUG. 30, 2016



Andrew Scrivani for The New York Times

In 1863, Dr. James Caleb Jackson, a staunch nutrition advocate, created the world's first recipe for what would become granola. The dish (he called it granula) consisted of dense, unsweetened bran nuggets, soaked in milk.

But if Dr. Jackson were alive today, it's unlikely he would recognize the modern incarnation of his creation. Despite its

reputation as a breakfast health food, granola has become nothing less than a sweet dessert.

Commercial varieties of granola are often loaded with enough added sugar to rival a slice of chocolate cake. Homemade granola recipes are often no better, calling for ample amounts of refined sugar, maple syrup, honey and other sweeteners.

Granola bars and cereals are widely marketed as wholesome and natural, or made with whole grains, which helps to give the products a health halo. But experts say they are junk foods in disguise. Even the federal government's dietary guidelines label granola as a "[grain-based dessert](#)," placing it in the same category as cookies, doughnuts and cake.

A survey by the [New York Times Upshot](#) this summer found that a majority of Americans described granola and granola bars as "healthy," even though most dietitians know better.

"When I think of granola, I think of piles of sugar," said Cassie Bjork, a registered dietitian who runs [a popular health blog](#). "It's advertised as a healthy choice. But the reality is that it's usually not."



Sales data suggest that the popularity of granola is at its peak, with Americans spending nearly \$2 billion annually on granola products. In 2014, the market for private-label granola and related cereals in the United States exceeded \$750 million, [according to Statista](#), a market research firm. Sales of granola bars and similar snack bars [topped \\$1 billion](#), led by the General Mills brand Nature Valley.

Serving sizes on granola labels can vary widely, from a quarter cup to one-half cup. But the average person eating granola for breakfast is probably consuming closer to a full cup, said Andy Bellatti, a Las Vegas-based dietitian.

A cup of Nature Valley [Oats 'n Honey Protein Granola](#) has 24 grams of sugar and actually contains more sugar than protein by weight. Nature Valley also has a [Peanut Butter 'n Dark Chocolate Protein Granola](#) that has 30 grams of sugar per cup. Bear Naked [Honey Almond Granola](#) has 20 grams of sugar per cup.

By comparison, a slice of chocolate cake with frosting has 26 grams of sugar. A cup of ice cream has 28 grams of sugar. A regular Krispy Kreme glazed doughnut has 10 grams of sugar, according to [the Krispy Kreme website](#).

“At its most basic level, granola is just super sweet, crunchy oatmeal,” Mr. Bellatti said. “Apart from some specialty brands, you can’t find unsweetened granola.”

That wasn’t always the case. Dr. Jackson’s original granula consisted of little more than graham flour, which was baked into brittle sheets, broken into little pieces and then baked again. It was more like an unsweetened early version of Grape Nuts than the granola of today.

Dr. Jackson wanted an alternative to the more common breakfasts of that time, which were typically some

combination of meat, bread and cheese, and griddlecakes fried in grease and doused with syrup, butter or jam, said Abigail Carroll, a cultural historian and the author of "Three Squares: The Invention of the American Meal."

Dr. Jackson was a health reformer who ran a sanitarium in Dansville, N.Y. — about 80 miles east of Buffalo — where he advocated vegetarianism and a diet of simple foods. His granula was probably not very tasty by today's standards. But giving up ham and griddlecakes for simple grains often relieved indigestion and made a lot of people feel better, Ms. Carroll said.

Eventually, Dr. John Harvey Kellogg, another health reformer who owned a rival sanitarium in Michigan, stole Dr. Jackson's recipe. When Dr. Jackson sued, Dr. Kellogg changed the name of his cereal to granola, which he and his brother, Will Keith Kellogg, experimented with, leading to the creation of cornflakes.

Dr. Kellogg wanted to keep his cereals sugar-free — he was a Seventh-day Adventist who famously advocated against alcohol, meat, sugar, tobacco and sexual activity. But his brother, Will, insisted on sweetening them, and the two parted ways. Will went on to launch the Kellogg Company, and its enormously popular sweet cereals, which eventually included Froot Loops and Cocoa Krispies.

While sugary cereals soared in popularity over the following decades, granola remained a mainstay in the Seventh-day Adventist community, which is known to shun foods high in sugar, salt and other additives. Packaged granola is believed to have first appeared in the 1960s when one Adventist and granola promoter, Layton Gentry — nicknamed Johnny Granola-Seed by Time magazine — sold his recipe of rolled oats, wheat germ and sesame seeds to two food companies. As granola crossed over from the Seventh-day Adventist community to the mainstream, it became increasingly laden with sugar.

By the 1970s, one popular granola recipe by the celebrity nutritionist Adelle Davis, whose cookbooks and health books sold millions of copies, called for five cups of rolled oats, one cup of wheat germ and one cup of honey, among other things. At around the same time, the Quaker Oats Company, Kellogg's and General Mills also began introducing their own sweetened, mainstream versions of granola.

There are signs that some consumers are rethinking their penchant for sweetened cereals. [A study last year](#) by the market research firm Packaged Facts found that two out of three Americans said they were seeking out grocery foods with fewer and simpler ingredients. The NPD Group [recently found that sugar](#) is the No. 1 ingredient Americans are looking to avoid.

As a result, some lightly sweetened brands of granola are starting to emerge. Mr. Bellatti, the dietitian, said he often recommends [Mamma Chia's vanilla almond granola](#), which has about 10 grams of sugar per cup.

Homemade granola is also an option, but many recipes include lots of sugar, which gives granola its clumpy texture. Amy Roskelley, owner of the [Super Healthy Kids](#) website, [makes a sugar-free version](#) using egg whites for clumping, and cinnamon and fresh fruit like blueberries for flavor.

Ms. Bjork, the nutrition blogger, says granola is best avoided altogether, and she labeled granola bars one of ["Five Foods to Skip This Year"](#) on her website.

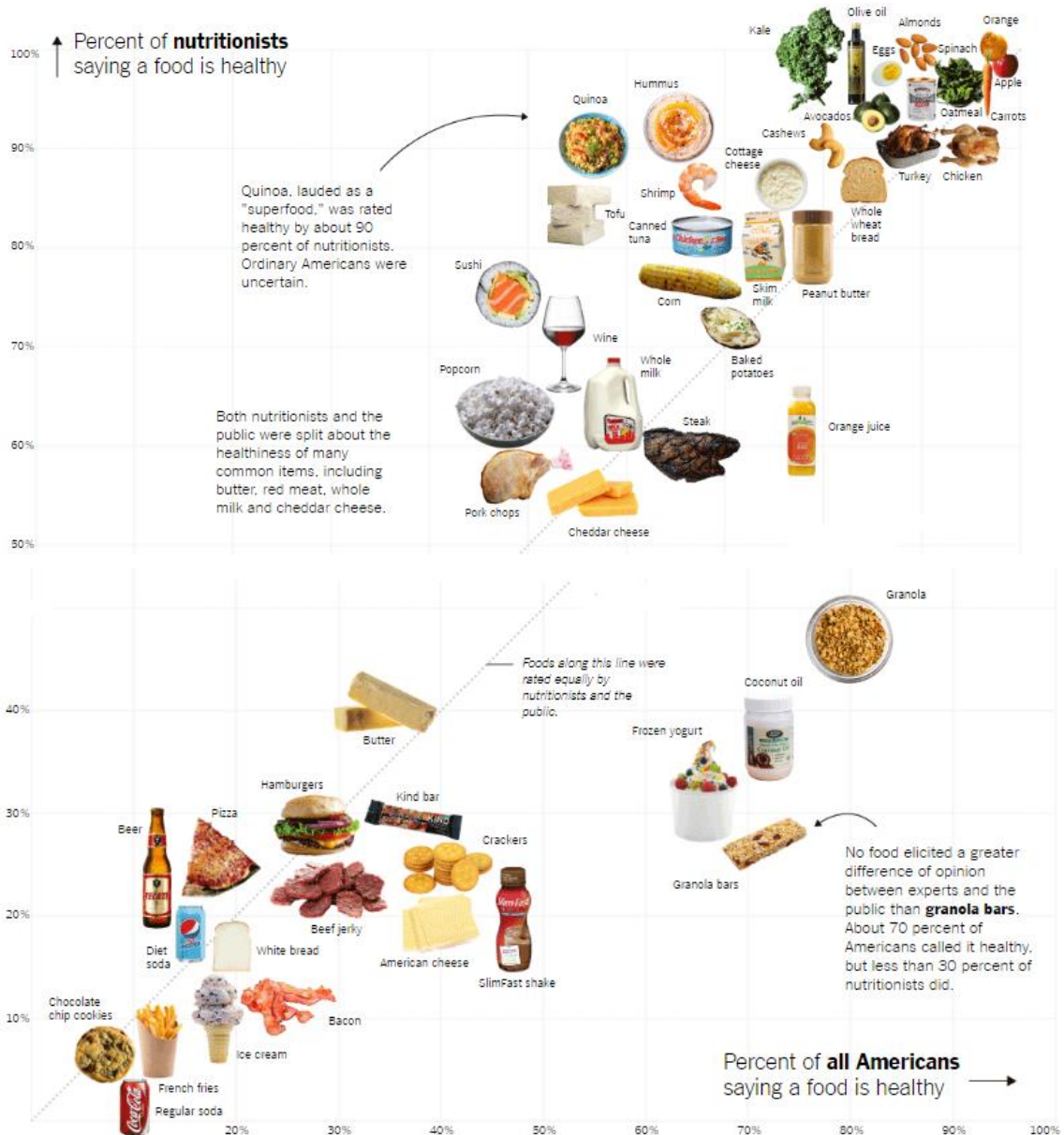
"People are always surprised when I tell them it's not as healthy as they think it is," she said.

12)

# Is Sushi 'Healthy'? What About Granola? Where Americans and Nutritionists Disagree

By KEVIN QUEALY and MARGOT SANGER-KATZ JULY 5, 2016

We surveyed Americans and a panel of nutrition experts about which foods they thought were good or bad for you.



Is popcorn good for you? What about pizza, orange juice or sushi? Or frozen yogurt, pork chops or quinoa?

Which foods are healthy? In principle, it's a simple enough question, and a person who wishes to eat more healthily should reasonably expect to know which foods to choose at the supermarket and which to avoid.

Unfortunately, the answer is anything but simple.

The Food and Drug Administration recently [agreed to review its standards](#) for what foods can be called “healthy,” a move that highlights how much of our nutritional knowledge has changed in recent years – and how much remains unknown.








With the [Morning Consult](#), a media and polling firm, we surveyed hundreds of nutritionists – members of the [American Society for Nutrition](#) – asking them whether they thought certain food items (about 50) were healthy. The Morning Consult also surveyed a representative sample of the American electorate, asking the same thing.

The results suggest a surprising diversity of opinion, even among experts. Yes, some foods, like kale, apples and oatmeal, are considered “healthy” by nearly everyone. And some, like soda, french fries and chocolate chip cookies, are not. But in between, some foods appear to benefit from a positive public perception, while others befuddle the public and experts alike. (We're looking at you, butter.)

“Twenty years ago, I think we knew about 10 percent of what we need to know” about nutrition, said Dariush Mozaffarian, the dean of the Tufts Friedman School of Nutrition Science and Policy. “And now we know about 40 or 50 percent.”

Here's what we found.







### Foods considered healthier by the public than by experts

Percent describing a food as "healthy"		Nutritionists	Public	Difference
	Granola bar	28%	71%	43
	Coconut oil	37%	72%	35
	Frozen yogurt	32%	66%	34
	Granola	47%	80%	33
	SlimFast shake	21%	47%	26
	Orange juice	62%	78%	16
	American cheese	24%	39%	15

Of the 52 common foods that we asked experts and the public to rate, none had a wider gap than **granola bars**. More than 70 percent of ordinary Americans we surveyed described it as healthy, but less than a third of nutritional experts did. A similar gap existed for **granola**, which less than half of nutritionists we surveyed described as healthy.

Several of the foods considered more healthful by everyday Americans than by experts, including **frozen yogurt**, a **SlimFast shake** and **granola bars**, have something in common: They can contain a lot of added sugar. In May, the Food and Drug Administration [announced](#) a new template for nutrition labels, and one priority was to clearly distinguish between sugars that naturally occur in food and sugars that are added later to heighten flavors. ([You'd be surprised](#) how many foods contain added sugar.) It's possible nutritionists know this, but the public still does not.

### Foods considered healthier by experts than by the public

Percent describing a food as "healthy"		Nutritionists	Public	Difference
	Quinoa	89%	58%	31
	Tofu	85%	57%	28
	Sushi	75%	49%	26
	Hummus	90%	66%	24
	Wine	70%	52%	18
	Shrimp	85%	69%	16

On the other end of the spectrum, several foods received a seal of approval from our expert panel but left nonexperts uncertain. Most surprising to us was the reaction to **quinoa**, a “superfood” grain so often praised as healthful that it has become the [subject of satire](#). (At the moment, The New York Times [cooking site](#) offers [167 recipes](#) for quinoa, [roughly a third](#) of which are explicitly tagged “healthy.”)

In addition, **tofu**, **sushi**, **hummus**, **wine** and **shrimp** were all rated as significantly more healthful by nutritionists than by the public. Why?






One reason may be that many of them are new foods in the mainstream American diet. Our colleague Neil Irwin [measured mentions of trendy foods in Times coverage](#) over the years, and found that quinoa had only recently picked up steam. Others may reflect mixed messages in press coverage of the healthfulness of foods. Shrimp was long maligned for its high rate of dietary cholesterol, though [recent guidelines have changed](#). And public messages about the healthfulness of alcohol are conflicting: While [moderate drinking appears to have some health benefits](#), more consumption can obviously have [real health costs](#).

We weren’t surprised to find areas in which both ordinary Americans and experts disagreed.

We expect researchers to be better informed about current research, and everyday consumers to be more susceptible to the health claims of food marketers, even if the claims are somewhat dubious.

But some of the foods in our survey split both the public *and* our panel of experts.

**Foods that both experts and the public have mixed feelings about**

Percent describing a food as "healthy"		Nutritionists	Public	Difference
	Popcorn	61%	52%	9
	Pork chops	59%	52%	7
	Whole milk	63%	59%	4
	Steak	60%	63%	3
	Cheddar cheese	57%	56%	1

Four of the foods listed above – **steak, cheddar cheese, whole milk and pork chops** – tend to have a lot of fat. And fat is a topic few experts can agree on. Years ago, the nutritional consensus was that fat, and particularly the saturated fat found in dairy and red meat, was bad for your heart. Newer studies [are less clear](#), and many of the fights among nutritionists tend to be about the right amount of protein and fat in a healthy diet.

The uncertainty about these foods, as expressed both by experts and ordinary Americans, reflects the haziness of the nutritional evidence about them. (If you're a steak lover and you find this news discouraging, our colleague Aaron Carroll [has written](#) that red meat is probably fine in moderation.)








It's clear that many shoppers *do* want to eat healthful foods but are unsure what to choose. To gain some perspective on this, we asked Google which foods were most commonly part of a simple search: "Is [blank] healthy?" We used these results to generate some of our survey questions. The food people were likeliest to ask about was also one nutritionists generally approve of: **sushi**.

**Is \_\_\_\_\_ healthy? What American internet users searched for most often**








- |                  |                    |                   |                     |
|------------------|--------------------|-------------------|---------------------|
| 1. sushi         | 14. tuna           | 27. coconut milk  | 40. chicken         |
| 2. hummus        | 15. cottage cheese | 28. pork          | 41. sparkling water |
| 3. popcorn       | 16. rice           | 29. canned tuna   | 42. turkey bacon    |
| 4. peanut butter | 17. honey          | 30. feta cheese   | 43. yogurt          |
| 5. couscous      | 18. rye bread      | 31. polenta       | 44. salmon          |
| 6. oatmeal       | 19. pizza          | 32. frozen yogurt | 45. sourdough bread |
| 7. tofu          | 20. tilapia        | 33. beef jerky    | 46. smoked salmon   |
| 8. Nutella       | 21. watermelon     | 34. coffee        | 47. dried fruit     |
| 9. pho           | 22. guacamole      | 35. falafel       | 48. miso soup       |
| 10. quinoa       | 23. white rice     | 36. chinese food  | 49. Indian food     |
| 11. brown rice   | 24. cheese         | 37. juicing       | 50. Basmati rice    |
| 12. granola      | 25. stevia         | 38. greek yogurt  |                     |
| 13. shrimp       | 26. dark chocolate | 39. brown sugar   |                     |

There are some areas of nutritional consensus. Nearly everyone agreed that **oranges, apples, oatmeal** and **chicken** could safely be described as healthy, and also agreed that **chocolate chip cookies, bacon, white bread** and **soda** could not.

### Foods that both groups think are unhealthy

Percent describing a food as "healthy"	Nutritionists	Public	Difference
 Hamburgers	28%	29%	1
 Beef jerky	23%	27%	4
 Diet soda	18%	16%	2
 White bread	15%	18%	3
 Chocolate chip cookies	6%	10%	4

### Foods that both groups think are healthy

Percent describing a food as "healthy"	Nutritionists	Public	Difference
 Apples	99%	96%	3
 Oranges	99%	96%	3
 Oatmeal	97%	92%	5
 Chicken	91%	91%	0
 Turkey	91%	90%	1
 Peanut butter	81%	79%	2
 Baked potatoes	72%	71%	1

Where does this leave a well-meaning but occasionally confused shopper? Reassured, perhaps: Nutrition science is sometimes murky even to experts.

Your overall diet probably matters a lot more than whether you follow rigid rules or eat just one “good” or “bad” food. Our colleague Aaron Carroll has published a list of [common-sense rules](#) for healthful eating, which represents a good start.

We also asked our experts whether they considered their own diet healthful, and how they described it. Ninety-nine percent of nutritionists said their diet was very or somewhat healthy. The most popular special diet type was “Mediterranean”; 25 percent of our nutritionists picked it. But the most common answer, even for experts, was “no special rules or restrictions.”

13)

## Could artificial sweeteners make people more hungry?

🕒 13 July 2016 | Health

🔗 Share



**Artificial sweeteners can boost appetite by activating hunger pathways in the body, scientists have found in animals.**

In fruit flies and mice, the mismatch between sweet taste and fewer calories sends the body into "feed me" mode, the journal *Cell Metabolism* reports.

But UK nutritionists say this does not mean the same is true in humans.

They say low calorie sweetened foods can help people keep weight off and are better for our teeth than sugar.

The researchers, however, say more work is needed to make sure that the billions of people who regularly consume sugar substitutes don't have the same reaction as they saw in their animal tests.



The Australian team looked at brain signals linked to appetite and pleasure in the insects and rodents, as they restricted what they could eat.

Some were given a diet that contained natural sugars while others were fed the same diet plus added low calorie artificial sweetener.

The researchers from Sydney University found that when sweetness and energy was out of balance for a prolonged time - nearly a week for the fruit flies and mice - the brain compensated, sending signals in a bid to increase the number of calories consumed.

Given the chance, these insects and animals responded by eating more.

Researcher Prof Greg Neely said: "When we investigated why animals were eating more even though they had enough calories, we found that chronic consumption of this artificial sweetener actually increases the sweet intensity of real nutritive sugar, and this then increases the animal's overall motivation to eat more food.

"The pathway we discovered is part of a conserved starvation response that actually makes nutritious food taste better when you are starving."

The researchers say human studies are needed.

### **Are artificial sweeteners bad for us?**

Dr Ros Miller, a scientist from the British Nutrition Foundation, said the weight of evidence so far in people suggests low calorie sweeteners do not increase energy intake in people.

"The idea that foods and drinks containing low calorie sweeteners might increase appetite and promote obesity is not supported by the vast majority of studies, including randomised controlled trials in humans."

She said the relevance to humans of this latest study was "questionable".

"The simplicity of the diets consumed by the rodents in these types of studies is in contrast to our highly complex diet.

"In our diets, sweetness does not reliably predict the energy contained within foods and drinks. We are more likely to use a combination of food and drink characteristics, including taste, flavour and texture, to predict energy content, rather than simply sweetness."

14)

## Glasgow University scientists' warning over sugar focus

🕒 13 July 2016 | Glasgow & West Scotland

🔗 Share



**Focusing on sugar in the fight against global obesity could be misleading, according to scientists from the University of Glasgow.**

Overweight people also need to reduce the amount of calories they consume from fat, they said.

The researchers examined the diets of more than 100,000 people in the UK who are part of an ongoing health study.

They found that fat made the biggest contribution to calorie intake of the people in the study.

Jill Pell, the director of the Institute of Health and Wellbeing and co-lead author of the report said: "The critical message is that people need to reduce their overall calories.



"If focusing attention on sugar results in people compensating by eating more crisps then we will fail to combat obesity."

Earlier this year, the UK government announced plans to introduce a **tax on sugary drinks** in a bid to curb consumption and reduce levels of childhood obesity.

Of those who took part in the study, two thirds (66%) of the men and more than half (52%) of the women were overweight.

On average, they consumed 12% more calories than those who were a healthy weight.

### 'Sugar-fat seesaw'

The scientists discovered that those who were overweight got a lower proportion of their calories from sugar than those who were on a healthy weight.

However, in absolute terms, they consumed more calories from both fat and sugar.

Other studies have repeatedly shown that people who eat fewer calories from one type of food simply compensate by eating more of another type - known as the sugar-fat seesaw.

Dr Jason Gill, from the Institute of Cardiovascular and Medical Sciences, who also co-wrote the report said: "People who are overweight and obese consume more calories than those who are normal weight.

"But they consume a smaller proportion of these calories from sugar and a larger proportion from fat. Thus it is important not to simply focus on reducing sugar intake; we need to emphasise reductions in fat intake as well."

The research is published in the **International Journal of Epidemiology**.



15)

## Most kids' lunchboxes still unhealthy, research suggests

LIFE | 6 Sep 2016



**Most kids' lunchboxes in England are unhealthy with fewer than two in 100 meeting the government's nutritional standards, new research suggests.**

Only one in five contained any vegetables or salad, a study by the University of Leeds found.

Three lunches didn't meet any of the standards, for things like energy and vitamins, for school food in England.

These contained squash, crisps, a chocolate bar or roll and in once case, a pasty.

**Adults have given Newsbeat a peek inside their packed lunches to see if they're any better than the kids'.**



More than 300 lunches were examined as part of the study, which also found that more than half had too many sweet and savoury snack items.

Almost as many included a sugary drink.

Only one in four packed meals contained enough iron.

Fewer than one in five met the standards for energy, vitamin A or zinc.



There have been some improvements since a study carried out in 2006.

Now the majority of lunchboxes meet standards for protein and vitamin C and fewer sweetened drinks and chocolate snacks are being eaten.

Children are also eating less saturated fat and sugar but levels are still higher than recommended.

Changes to the guidelines over the last decade mean that more plain biscuits and cakes without chocolate are now allowed.



Jo Nicholas, head of research at the Children's Food Trust, says packed lunches are contributing to the country's child obesity problem.

The organisation says it's "disappointed" not to see packed lunch policies in the government's childhood obesity strategy.

"We've got to do more to help parents and schools with this," she says.

"Putting a packed lunch policy in place can be tough, but every school allowing packed lunches needs one if we're going to make life easier for parents and give kids a consistent message."

Flora, who commissioned the study, is now working with Labour MP Sharon Hodgson, who chairs the All Party Parliamentary Group (APPG) of School Food.

She said the group had called for action to be taken on packed lunches.

## Anexo 16

Clave	Titular	Entrada	Género Periodístico	Tema (Macroestructura)	Tema y resumen de nota por párrafos temáticos (Microposiciones)	Tipo de Fuentes Científicas Citadas (en caso de aparecer)	Estructuras básicas	Análisis estilístico	Análisis Ideológico	Imagen (En caso de haber imagen véase Anexo 17))
1	¿Se puede perder peso comiendo pizza?	¿Y espaguetis, paella, pan? Son tan carbohidratos como las verduras, aunque ni mucho menos iguales: los que tienen un índice glucémico alto disparan el azúcar en sangre. Saber cuáles no es sencillo.	Reportaje Interpretativo	Guía alimentaria basada en el índice glucémico de alimentos que contienen carbohidratos.	<p>1.Una promesa irresistible. Medimos la importancia del IG: introducción a la dieta del índice glucémico y supuestos beneficios a grandes rasgos según la Universidad de Harvard.</p> <p>2.Explicación sobre qué es el índice glucémico: aclaración de cómo se puede medir el índice según el alimento, persona y modo de cocción.</p> <p>3. Azúcar como demonio: mala imagen del azúcar que se concibe el día de hoy y como las empresas tratan de producir alimentos con el mismo sabor pero</p>	<p>Universidades: Harvard (Medical School). Fuente Citable</p> <p>Científicos de organismos públicos de investigación: Serafín Murillo (investigador del Ciberdem). Atribuciones directas Ambos Fuentes Citables</p> <p>Científicos de Organismos no gubernamentales: Ascensión Marcos (presidente de la Fesnad). Atribución directa Fuente Citable</p>	<p>Sintagma: el contenido de la nota está dividido en seis bloques. El primero, es una breve introducción hacia el tema y posteriormente, el contenido aparece numerado. Claro que para que el lector pueda quedar atrapado, primero se mencionan en el encabezado temas y referencias que no tienen relación directa con el índice glucémico, como son los nombres de algunos platillos, sin embargo, el discurso tiene que ser atractivo para el lector. Posterior del párrafo introductorio, se explica que es el índice glucémico, su</p>	<p>Pregunta: en este caso la pregunta es el instrumento que se plantea como introducción al tema, incluso responde al titular del reportaje. Es una pregunta que trata de despertar curiosidad e interés de los lectores, al hablar de comida chatarra como un posible desencadenante para perder peso. El recurso se vuelve a usar en el encabezado, que continúa cuestionando sobre otros alimentos del mismo tipo.</p> <p>Amplificación: se da el caso de enfatización en este reportaje. Por ejemplo, en el párrafo tres se menciona: "el</p>	<p>Lo que se puede percibir es que no hay en todo el reportaje validez científica en la que se declare que la dieta del índice glucémico funciona. Se pueden observar definiciones de expertos y después de todo se deja el campo abierto al lector para tomar su propia decisión sobre la efectividad de este régimen alimentario. Sin embargo, se puede sentir que la percepción del autor es positiva, dado que a pesar del ejemplo de antítesis continúa bajo el mismo</p>	Una Imagen

					<p>con otras sustancias.</p> <p>4. Nutrición y dietas encaminadas al bienestar y a la prevención de enfermedades: el índice glucémico más que como una dieta, debe ser concebido como un estilo de vida saludable.</p> <p>5. Control de peso: lo deseable en la dieta es que tenga un índice glucémico bajo para mantener normales las cifras de glucosa, colesterol y triglicéridos en la sangre, además de retrasar la sensación de hambre.</p> <p>6.No hay investigación clínica que demuestre el control de peso a largo plazo: hay otras dietas que obtienen mejores resultados para ese fin. Un beneficio es suprimir alimentos que no son tan interesantes para la salud.</p>	<p>Organismos públicos de Investigación: Centro de Investigación Biomédica en Red (Ciberdem), Instituto de Salud Carlos III</p> <p>Fuentes Citables</p> <p>Organismos no gubernamentales: Clínica Mayo, Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (Fesnad).</p> <p>Fuente Citable</p> <p>Revistas científicas: New Nutrition Business.</p> <p>Atribución directa</p> <p>Fuentes Citables</p>	<p>función principal, para que sector de la población es útil, refiriéndose directamente a los diabéticos, después se desanima un poco al lector diciendo que no es tan fácil seguir esta guía alimentaria, pero al finalizar se menciona como el índice glucémico ha sido inspirador de otras dietas. No se presenta un párrafo o conclusión.</p> <p>Lo dicho: el reportaje logra mantener cierto grado de objetividad porque ponen sobre la mesa los puntos que parecen tanto a favor como en contra, además de que comparten las opiniones de los expertos. También parece haber cierto respeto por las instituciones estadounidenses al usar como referencia universitaria, sólo a la Universidad de Harvard, a pesar de ser un diario español, aunque se usan</p>	<p><i>azúcar se ha convertido en el nuevo demonio de la dieta</i>". Se quiere remarcar el papel que el azúcar ha desempeñado durante las últimas tendencias alimentarias.</p> <p>Otro ejemplo, se da en el párrafo 7, en que se habla sobre los aspectos positivos del índice glucémico en diabéticos: <i>"lo que nadie cuestiona es que se trata de un patrón dietético saludable"</i>. A pesar de que en el párrafo seis, aseguran que <i>"la investigación clínica no ha demostrado ese control de peso a largo plazo"</i>, bajo el régimen alimentario del índice glucémico, se quiere recalcar que más allá, de que ayude o no es saludable por el tipo de alimentos que se consumen.</p> <p>Atenuación: pese a que en el primer párrafo se recalca: <i>"Una dieta a base de carbohidratos saludables"</i></p>	<p>discurso del porque sumarse a este tipo de práctica.</p>
--	--	--	--	--	--	---	--	---	---

				<p>7. Útil para pacientes diabéticos: es útil para prevenir la diabetes tipo II y es una dieta recomendada por la Fundación para la Diabetes (España).</p> <p>8. Los deportistas podrían beneficiarse de una dieta de patrones de índice glucémico bajo: esto aún pertenece a un área experimental, pero marca una tendencia para el futuro.</p> <p>9. No es una dieta fácil de seguir: hay que conocer los valores de los diferentes grupos alimentarios.</p> <p>10. No es sencillo elaborar menús: el índice glucémico se ve afectado por la cocción de los alimentos, la madurez de los alimentos y es necesario cuidar cantidades.</p> <p>11. Los alimentos pueden resultar muy saludables dependiendo la carga</p>	<p>otras fuentes pertenecientes al país europeo.</p>	<p><i>(entre otros alimentos) promete mantenernos delgados y sanos</i>". En el párrafo segundo se atenúa el termino dieta: "No es una dieta, estrictamente hablando". Tal parece que al evitar la palabra dieta, se quiere dar un giro distinto a la información, a modo tal vez de atraer al lector en la información y que no salga huyendo al leer este tipo de palabras, sin embargo, habría que aclarar que entiende la sociedad culturalmente por dieta.</p> <p>Ejemplos: a partir del párrafo 12 se dan dos casos de ejemplos. El primero es todas aquellas dietas que han derivado del índice glucémico, lo cual puede llevar a pensar en la efectividad y confiabilidad de éste. Dentro de este mismo párrafo sólo se mencionan ejemplos de personas famosas que han realizado este estilo de alimentación,</p>		
--	--	--	--	---	--	--	--	--

					<p>glucémica total: la cantidad de fibra o grasa y el tamaño de la ración se relaciona con ésta.</p>			<p>lo cual puede parecer alentador para que la población en general se anime a seguirlo. El problema es que no se dan ejemplos de personas comunes, además de que los ejemplos de las famosas no son más que rumores</p> <p>Figura</p> <p>1) Antítesis:</p> <p>Hay un caso de contradicción se da en este contenido periodístico; retomando el primer párrafo dice: <i>“Una dieta a base de carbohidratos saludables (entre otros alimentos) promete mantenernos delgados y sanos: ayudan a que no rebañemos el plato haciéndonos sentir más llenos. Y, según la Universidad de Harvard, nos alejan de un sinfín de males crónicos como la diabetes, ciertas cardiopatías y varios tipos de cáncer. Una promesa irresistible.</i></p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	---	--

								<p><i>Medimos la importancia del IG.</i></p> <p>Con esta información tal pareciera que la dieta del índice glucémico es la respuesta a todos los males, incluso, se mide su importancia, que ya de entrada dice mucho porque si no valiera el esfuerzo ni si quiera se realizaría el ejercicio. Ahora bien, en el párrafo seis se plantea: “<i>Sin embargo, esta prestigiosa institución norteamericana (Clínica Mayo) admite que la investigación clínica no ha demostrado ese control de peso a largo plazo</i>”. Como se puede observar, esta información contrasta notablemente entre sí.</p>		
2	¿Cuántos huevos puedo comer a la semana?	De este alimento cuelga el sambenito de que su exceso conduce a problemas de salud. Esto es lo que dice la	Reportaje Interpretativo	Consumo de huevo y su incidencia en los niveles de colesterol.	1.Los huevos son el alimento infalible: hay tantas formas de cocinar un huevo, que son sencillas y sabrosas que podrían ser un elemento de la dieta diaria. Sin embargo, existe el mito de que en exceso son poco saludables, pero al parecer	Universidades: Universidad de Connecticut Fuentes Citables  Científicos de Organismos Públicos: Pedro Zarco-No aclara en el reportaje	Sintagma: El orden del discurso constantemente recae en presentar un punto negativo de la salud por el supuesto consumo del huevo e inmediatamente negarlo introduciendo uno que resulte favorable.	Pregunta: este reportaje lleva en el titular una pregunta, la cual es muy clara. Se plantea una duda y a partir de esta se resuelve todo el contenido del reportaje. Como tal, nunca se responde a lo largo del discurso, pero se le invita al	Es un discurso muy plano no usa muchas estructuras estilísticas que le permitan persuadir al lector, sin embargo, ahí recae la clave. Durante todo el reportaje se dan muchas cifras, declaraciones,	Una Imagen



		literatura científica.		<p>que esa idea es y ha sido errónea.</p> <p>2. Se rompe el esquema negativo referente al consumo de huevo: aún a finales del siglo pasado se recomendaba restringir el consumo de huevo por su alto nivel de colesterol, sin embargo, gracias a nuevos análisis e introducciones satisfactorias del alimento a los pacientes con hipercolesterolemia se ha demostrado que la hipótesis anterior estaba equivocada.</p> <p>3. El Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA) confirma que no hay restricciones: la profesora mexicana María Luz Fernández certifica las declaraciones del USDA, asegurando que la institución se ha basado en sus estudios para promover el consumo de huevo.</p>	<p>institución a la que pertenece.</p> <p>Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Científicos de Organismos no Gubernamentales: Teresa Ruíz Gracia (Médico endocrinólogo del Hospital Universitario HM Puerta del Sur) Ana Luzón (vicepresidenta de la Asociación Española de Gastronomía y Nutrición)</p> <p>Atribuciones Directas Fuentes Citables</p> <p>Científicos de Universidades: María Luz Fernández (Universidad de Connecticut) Nicholas R. Fuller (The University of Sidney)-No se aclara en el reportaje. Martha Nydia Ballesteros (Universidad</p>	<p>Lo dicho y lo no dicho: la posición del autor es muy clara en el discurso. Sólo se dan argumentos positivos a favor del consumo del huevo. No se encuentran puntos en los que se pueda perjudicar al consumidor, todos han sido desmentidos por el método científico.</p>	<p>lector a comer la mayor cantidad posible de huevos.</p>	<p>nombres de expertos, de universidades y de institutos, se quiere demostrar que hay evidencia científica para que la gente pueda comer huevo sin restricciones.</p> <p>En este caso lo que vale la pena recalcar son las fuentes utilizadas, entre ellas: el Instituto de Estudios del Huevo. Es evidente que el Instituto de Estudios del Huevo tiene que hablar positivamente de su producto para que sea más consumido y entonces los miembros de éste, que suelen ser los mismos productores, resulten beneficiados.</p> <p>El mensaje es un todo expresado, se cierra en sí mismo, además de que es uniacental tal como Prieto lo dice. Tras leer esta</p>	
--	--	------------------------	--	--	---	--	--	---	--

				<p>4. Diabetes y huevos: estudios realizados por el Instituto de Estudios del Huevo (IEH) indican que el consumo diario de huevos durante varias semanas en pacientes diabéticos no alteró sus niveles de colesterol, lípidos séricos o glucosa.</p> <p>5. La Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) emite una declaración: sitúa al huevo en la pirámide nutricional como alimento de consumo diario recomendado.</p> <p>6. Propiedades del huevo: se recomienda en pacientes con desnutrición o que están en riesgo de padecerla, valor protector contra ictus hemorrágico y enfermedades degenerativas, durante etapas de crecimiento como niñez y adolescencia, y finalmente en deportistas y</p>	<p>de Sonora)-No se aclara en el reportaje.</p> <p>Sobre los dos últimos científicos, sólo se mencionan en calidad de autores.</p> <p>Atribuciones Directas Fuentes Citables</p> <p>Organismos Públicos de Investigación: Departamento de Agricultura de Estados Unidos Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) Fuentes Citables</p> <p>Organismos no Gubernamentales: Hospital Universitario HM Puerta del Sur Asociación Americana del Corazón Asociación Española de Gastronomía y Nutrición Instituto de Estudios del Huevo Atribuciones Directas Fuentes Citables</p>			<p>información no le pueden quedar deudas al lector de que el huevo no le deja efectos negativos, como altos niveles de colesterol y que pueden consumir diario sin temor a enfermar, al contrario, es bueno.</p> <p>Es un ejemplo de un contenido periodístico altamente tendencioso, y aunque se dan fuentes confiables no se presenta la otra cara de la moneda.</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	---	--

					<p>personas que demandan mucha actividad física.</p> <p>7. Conclusión: referencia a la imagen.</p>	<p>Revistas Científicas:  Revista Madrid Médico  Food &amp; Function  The American Journal of Clinical Nutrition  Nutrients  Guías Alimentarias para la Población Española  The Journal of Nutrition  Atribuciones Directas  Fuentes Citables</p>				
3	<p>Tres ingredientes que no debería añadir al café</p>	<p>Intenso, reconfortante, sabroso... y ¿sano? Pues depende de usted y lo flexible que sea con los aditivos.</p>	<p>Reportaje con Profundidad</p>	<p>Beneficios de tomar café de manera saludable.</p>	<p>1. A los españoles les gusta consumir café: 22 millones de españoles consumen al menos una taza de café al día.</p> <p>2. Tomar café al día puede resultar beneficioso: si se toma de dos a tres tazas de café el día se pueden obtener beneficios en enfermedades cardíacas, respiratorias, accidentes cerebrovasculares, diabetes, infecciones, funcionamiento cognitivo, sensibilidad, digestión, Alzheimer, cáncer.</p>	<p>Universidades:  Universidad Abierta de Cataluña (UOC)  Fuente Citable</p> <p>Científicos de Organismos no Gubernamentales:  Giuseppe Russolillo (presidente de la FEDN)  Atribución Directa  Fuente Citable</p> <p>Científicos de Universidades: Alicia Aguilar (directora del Máster de Nutrición y Salud de la UOC).  Atribución Directa</p>	<p>Sintagma: el discurso comienza hablando positivamente de las propiedades del café, de los beneficios y sobre no excederse. Posteriormente indica lo que a su titular se refiere, los tres ingredientes que no se deben añadir a la bebida.</p> <p>Lo dicho y lo no dicho: el discurso enuncia lo más básico del tema, tanto los aspectos positivos como los negativos del consumo del café. Sin embargo, cuando habla de los elementos que no se deben añadir, dice por</p>	<p>Universalización: <i>"A los españoles nos va el café"</i>. Al inicio se caracteriza a los españoles con su gusto por el café. Esta herramienta pueda ayudar para que de forma persuasiva el lector español se identifique con la idea, quede atrapado y pueda leer el contenido.</p> <p>Amplificación: retomando nuevamente el caso del alcohol, es un caso exacerbado, sobre los efectos negativos del alcohol, más tomando en cuenta que en el café no se agregan grandes</p>	<p>El discurso muestra claramente una visión positiva sobre el consumo de café, pero sólo sin agregados, claro que esto afecta algunas industrias, como la lechera. Es conocido que en Europa el estilo italiano de beber café es muy generalizado por lo que el consumo de leche tiende a crecer considerablemente.</p> <p>Desde el segundo renglón del primer párrafo aparece la</p>	<p>Una Imagen</p>

				<p>3.El café no debe ser alterado: si es que hay efectos positivos, éstos se atribuyen al consumo de café solo, sin añadir leche o azúcar.</p> <p>4.Aprender a saborear el café sin azúcar: al añadir este elemento los beneficios quedan supeditados a la cantidad de azúcar que se consuma el resto del día.</p> <p>5. Sólo se debe agregar un chorrito de leche al café: el suero no acarrea problemas de salud, pero se debe considerar cuanta cantidad se va a tomar al día. Se recomienda tomar la versión desnatada y semidesnatada.</p> <p>6. El café con alcohol lo tiene difícil para ser considerado como una bebida saludable: las bebidas alcohólicas aportan energía, pero ningún otro nutriente.</p>	<p>Fuente Citable</p> <p>Organismos no Gubernamentales: Federación Española del Café, Organización Mundial de la Salud (OMS), Fundación Española de Dietistas-Nutricionistas (FEDN). Atribuciones Directas</p> <p>Fuentes Citables</p> <p>Revistas: The New England Journal of Medicine. Atribución Directa</p> <p>Fuente Citable</p>	<p>qué estos resultan contraproducentes y de paso los critica: <i>“leche entera: más blanquito... y más grasiento”</i>. <i>“Las versiones desnatada y semidesnatada tienen menos calorías”</i> Por un lado se desvirtúa a la leche entera, pero se insta al consumo de leche desnatada. Otro ejemplo sucede con el alcohol: <i>“La ingesta del alcohol es un factor causal en más de 200 enfermedades y trastornos. Está asociado con el riesgo de desarrollar problemas de salud tales como trastornos mentales y comportamentales, incluido el alcoholismo, importantes enfermedades no transmisibles como la cirrosis hepática, algunos tipos de cáncer y enfermedades cardiovasculares, así como traumatismos derivados de la violencia y los accidentes de tránsito. No parece lo</i></p>	<p>cantidades, quizás era más pertinente quedarse sólo con el ejemplo del alto valor calórico.</p>	<p>fuente citada de la Federación Española del Café. No sería descabellado pensar que la misma publicación fue pagada por esta institución.</p> <p>El discurso es directo no le da muchas vueltas al contenido. Hay consignas de interpretación que le indican al lector que leer y entender.</p>	
--	--	--	--	---	---	--	--	---	--

							<p><i>más indicado para aun plácido desayuno.”</i> Aquí no importa tanto lo que cause o no el alcohol, si no que el extremo hasta el que el ejemplo es llevado.</p>			
4	Al comer tortilla evitas el papiloma y el cáncer cervicouterino	Una sana alimentación estimula el sistema inmunológico; la tortilla contiene nutrientes altos en fibra, antioxidantes, vitamina C y ácido fólico.	Reportaje de acontecimiento	Prevención de infecciones causadas por el Virus del Papiloma Humano gracias a una sana alimentación	<p>1.10 mil casos de cáncer cervicouterino en México: la causa principal del cáncer es la propagación del Virus de Papiloma Humano.</p> <p>2. Consecuencias de contraer el Virus del Papiloma Humano: se afectan las mucosas del tracto anogenital y se producen verrugas en el área del cérvix, se puede contraer cáncer, enfermedad que produce la muerte de 5 mil personas al año.</p> <p>3. Es necesario acudir al médico para prevención: una vez al año se debe realizar el Papanicolaou y la</p>	<p>Universidades: Universidad Nacional Autónoma de México Universidad La Salle Fuentes Citables</p> <p>Científico de Universidad: Ángel Villa Guerrero Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Organismos Públicos de investigación: Instituto de Investigaciones Biomédicas Fuente Citable</p> <p>Organismo no Gubernamental: Hospital Ángeles</p>	<p>Sintagma: el orden del discurso es un tanto caótico, el titular invita a pensar que la nota hablará directamente sobre la tortilla, sin embargo, el primer párrafo inicia con datos alarmantes sobre el cáncer cervicouterino. Posteriormente se habla sobre las enfermedades que se pueden desarrollar al contraer el Virus del Papiloma Humano, a continuación, se dan sugerencias sobre cómo prevenir y evitar el desarrollo de éstas y finalmente, en el último párrafo aparecen las propiedades de la tortilla como ejemplo de alimento</p>	<p>Amplificación: <i>“Uno de los alimentos más completos, que contienen todos estos nutrientes es la tortilla”</i>. En este ejemplo se está enfatizando las propiedades de la tortilla y esto se puede percibir desde el título e imagen que conforman la publicación.</p>	<p>Este es un discurso un tanto ambiguo y parco. Casi no se presentan fuente en los datos que se comparten por lo que no se puede validar la información. Es muy corto y no se ahonda a fondo. Además de que es muy confuso, algo que parece engrandecer a la tortilla termina convirtiéndose en un caso de salud pública y la presencia de la tortilla surge sólo al final, por lo que a pesar de los elogios no logra recuperarse.</p>	Una Imagen

					<p>prueba de captura de híbridos.</p> <p>4. Medidas de ayuda y prevención: una forma de reducir la propagación del virus y de reducir los riesgos de cáncer es consumiendo sustancias antioxidantes, vitamina C, ácido fólico, fibra vegetal. Disminuir consumo de carnes, evitar el estrés, hacer ejercicio tres veces a la semana y dormir ocho horas.</p> <p>5. La clave está en la tortilla: es un alimento tradicional y de fácil acceso para la población mexicana y gracias a sus componentes: antioxidantes, vitaminas A, C, D y E, calcio, fibras y ácido fólico, el cual es uno de los elementos más importantes para prevenir las infecciones causadas por el Virus.</p>	Fuente Citable	<p>que contiene varios de los nutrientes requeridos.</p> <p>Tipificación: se tipifica a la tortilla como un alimento tradicional y de fácil acceso para la población.</p>		No se percibe el efecto persuasivo en este reportaje.	
--	--	--	--	--	---	----------------	---	--	---	--

5	La moda "gluten free": ni adelgaza, ni es más saludable.	El fenómeno social inició por la creencia de que es más saludable, sin embargo, esto es un error.	Reportaje de acontecimiento	Enfermedades causadas por intolerancia al gluten.	<p>1. Concepción errónea del gluten: la dieta sin gluten creció como fenómeno social porque se cree que es más saludable y se pierde peso, pero es sólo un error. A pesar de no ser esencial para el ser humano, no se debe prescindir de este elemento.</p> <p>2. Personas sensibles serán las beneficiadas al dejarlo: es necesario realizar un diagnóstico claro. Y saber distinguir las diferencias entre una recomendación global y personas con sensibilidad.</p> <p>3. Dieta saludable: se debe seguir una dieta equilibrada, con productos de origen vegetal y animal, cereales integrales y con lo mínimo de productos refinados y procesados y no pensar que con el gluten empeorará la salud.</p>	<p>Universidades: Departamento de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid Fuente Citable</p> <p>Científico de Organismo Público de Investigación: Ismael San Mauro Atribución directa Fuente Citable</p> <p>Organismo no Gubernamental: Clínica CINUSA Fuente Citable</p>	<p>Sintagma: en el orden del discurso se puede percibir como inmediatamente el autor hace referencia al titular. En primer lugar, se quiere evidenciar a todos aquellos que perciben al gluten como algo negativo sólo por moda. En segundo, se cita a los que en verdad tienen alguna sensibilidad a este componente. Finalmente, que síntomas y enfermedades se pueden presentar si se tiene intolerancia al gluten.</p> <p>Lo dicho y lo no dicho: se es muy imparcial respecto a los daños que puede causar la proteína del trigo, es decir, se mencionan las enfermedades, se juzga a aquellas personas que lo conciben mal, se habla de su importancia en la dieta, pero nunca se sobre exagera.</p> <p>Tipificación: en este caso ocurre algo curioso, lejos de</p>	<p>Amplificación: <i>"aunque el gluten no es una proteína esencial para la salud humana, no es conveniente prescindir de este sin la recomendación de un experto"</i>. Se recalca la importancia de no retirar el consumo de la proteína en la dieta diaria sin la supervisión de un médico experto.</p>	<p>La consigna de interpretación de este reportaje es bastante clara: desmitificar al gluten como algo malo. Educar al lector sobre lo que en verdad es padecer una enfermedad asociada con su intolerancia y finalmente explicar cuáles son las enfermedades.</p> <p>Aun así, se siente que falta más información, más fuentes y/o opiniones.</p>	Una Imagen
---	--	---	-----------------------------	---	--	--	--	--	--	------------

					4. Intolerancia al gluten; síntomas y enfermedades: gases, pesadez, dolor abdominal, diarreas, estreñimiento, problemas dermatológicos, fatiga, alteraciones del sueño y hormonales, enfermedad celíaca, síndrome del intestino irritable, sensibilidad no celíaca, alergia al trigo.		tipificar, se quiere desmitificar que el gluten sea un alimento dañino, tampoco se quiere demostrar que sólo contenga propiedades positivas.			
6	Estos son los beneficios de consumir leche	Investigadores mexicanos revelaron los beneficios; sus nutrimentos complementan la alimentación y contribuyen a prevenir enfermedades.	Reportaje de acontecimiento	Beneficios de consumir leche	<p>1.El consumo de leche es altamente recomendable: en todas las etapas de la vida se debe consumir el producto pues contribuye a la salud.</p> <p>2.Realización del Simposio: “Leche y productos lácteos: evidencias y recomendaciones en la salud y en la enfermedad”: los doctores Milke y Arroyo, encabezaron un estudio elaborado por 14 expertos nacionales de diversas áreas de la salud.</p>	Científicos de Organismos Públicos de Investigación: Pilar Mike (Investigadora del Instituto Nacional de Nutrición y Ciencias Médicas “Salvador Zubiran”) (Hay que mencionar que al investigar más sobre la fuente, se encontró que el nombre correcto de la científica es María del Pilar MILKE García. El nombre de Pilar Mike corresponde a un médico estadounidense en otra área que no tiene relación con la	Sintagma: el discurso no tiene un orden muy coherente. Comienza con una declaración sobre los beneficios de la leche. A continuación, se hace mención del simposio que da origen al reportaje de acontecimiento. Se habla sobre los dos expertos que guían todo el contenido y de nueva cuenta se detallan los beneficios del consumo de la leche. Al hablar sobre el contenido de la leche, se proporcionan otros beneficios para la salud. Se dan recomendaciones para los intolerantes a la lactosa	Amplificación: prácticamente todo el discurso versa en tono a los beneficios de la leche, se exageran: “ <i>sus nutrimentos, complementan la alimentación, contribuyen a prevenir enfermedades y a la salud</i> ”, “ <i>es fundamental para la formación, fortalecimiento y mantenimiento de músculos y huesos</i> ”, “ <i>ayudan en el desarrollo esquelético, muscular, neurólogo, hematológico</i> ”, <i>puede contribuir a la reducción de riesgo de enfermedades como diabetes, osteoporosis</i>	El mensaje es uniacental porque se tiene el objetivo de que al lector le quede claro que la leche es buena para su consumo y se la pasa reiterándolo con los múltiples beneficios.  Es el claro ejemplo de contenidos institucionales en el que se busca dejar con una imagen positiva a cierto sector de la industria. Retomando a la fuente NOTIMEX, el Simposio organizado precisamente por el	Una Imagen



				<p>3. Mitos reducen consumo de leche: a pesar de los beneficios en México se reporta un consumo deficiente de la leche o derivados lácteos, cada habitante ingiere menos de una taza y media de leche. Encuesta Nacional de Nutrición de 2012 indica que los adultos han disminuido de forma progresiva el consumo del producto. Sólo el 10% de personas que no la consumen logran cubrir la dosis adecuada de alimentos. El alimento es fundamental, para la formación, fortalecimiento y mantenimiento de músculos y huesos.</p> <p>4. Elementos de la leche: proteína, calcio, fósforo y otros elementos que ayudan al desarrollo esquelético, muscular, neurólogo y hematológico.</p> <p>5. Intolerancia a la lactosa: se recomienda que</p>	<p>nutrición, por lo que este reportaje presenta un grave descuido).</p> <p>Pedro Arroyo (Subdirección de Investigación Epidemiológica Geriátrica) No se menciona cargo ni datos específicos sobre esta fuente.</p> <p>Manuel Vásquez Garibay (Especialista del Instituto Nacional de Perinatología). Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Organismos Públicos de investigación: Instituto Nacional de Nutrición y Ciencias Médicas "Salvador Zubiran". Instituto Nacional de Perinatología Fuente Citable</p>	<p>y otra vez, se mencionan enfermedades a las que la leche ayuda para reducir sus efectos. Para concluir el reportaje, otro especialista Manuel Vásquez Garibay, destaca los aportes de la leche materna y evidentemente en el último párrafo se mencionan los beneficios de la leche materna en los recién nacidos.</p> <p>Lo dicho y lo no dicho: el mensaje habla sólo en un contexto positivo de la leche. En si nunca se hace referencia a la composición de la leche, a como el producto ha variado debido a la industria alimentaria, tampoco se compara con otros alimentos para valorar realmente los aportes nutrimentales.</p> <p>Tipificación: la leche se tipificó como el alimento ideal, saludable y que aporta sólo beneficios al cuerpo.</p>	<p><i>y ciertos tipos de cáncer como colorectal", "los menores que consumieron leche materna tienen menos riesgo de sobrepeso, obesidad, diabetes y cáncer".</i></p>	<p>Instituto Nacional de Nutrición y Ciencias Médicas "Salvador Zubiran" y el hecho de que su principal representante, Pilar Milke tenga trabajos de colaboración con la Cámara Nacional de Industriales de la leche (CANILEC), por ejemplo, el libro "El libro blanco de la leche y los productos lácteos" en el que incluso se le da un agradecimiento especial.</p> <p><a href="http://www.canilec.org.mx/descarga_archivos_publico/Libro_Blanco_mail.pdf">http://www.canilec.org.mx/descarga_archivos_publico/Libro_Blanco_mail.pdf</a></p> <p>Es sabido que muchas veces este tipo de científicos son pagados por las mismas industrias para poder dar críticas positivas e introducir medidas e iniciativas</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	---	--

					<p>consuman leche deslactosada, o de bajo contenido, como quesos maduros.</p> <p>6. PÁRRAFO QUE DE NUEVO HABLA SOLAMENTE DE ÁREAS MÉDICAS EN LAS QUE LA LECHE PUEDE BENEFICIAR</p> <p>7. Investigaciones con información objetiva: Pedro Arroyo comentó que las investigaciones tienen el objetivo de proveer información sustentada científicamente sobre los beneficios de la leche.</p> <p>8. Leche Materna: especialista del Instituto Nacional de Perinatología, destaca que los recién nacidos previenen muchas enfermedades gracias a la leche materna. Los menores que consumieron leche materna, tienen menos riesgo de padecer</p>	<p>Por otro lado, el mexicano se tipificó como un no consumidor de leche.</p>		<p>gubernamentales que favorezcan a éstas.</p> <p>Es un reportaje claramente persuasivo, sin cuestionamiento o críticas, con falta de fuentes informativas y diferentes perspectivas.</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--	---	--

					sobrepeso, obesidad, diabetes y cáncer.					
7	Tres placeres: así es el postre perfecto	La combinación de frutas, frutos secos y chocolate negro es ideal para la salud, sin resignar sabor.	Conformación del postre perfecto	Reportaje Corto	<p>1. Postres nutritivos sin resignar el sabor: Walter Willet quiere un postre, pero todos son poco saludables: azúcares, harinas y grasas. El director de la Escuela de Salud Pública de Harvard se empeña en que los restaurantes ofrezcan opciones ricas y nutritivas.</p> <p>2. Fruta, frutos secos, chocolate negro y vino: gran cantidad de investigaciones muestran que son de los alimentos más sanos que se pueden comer.</p> <p>Frutas: aportan frescura y un sabor dulce natural, contienen vitaminas y minerales que ayudan a proteger contra enfermedades cardiovasculares y diabetes.</p> <p>Frutos secos: son una fuente de grasas saludables</p>	<p>Universidad: Universidad de Harvard Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Científico de Universidad: Walter Willet Atribución Directa Fuente Citable</p>	Sintagma: el orden del discurso es muy claro, durante todo el texto se respeta el titular. Tras una pequeña crítica a los postres de hoy en día se introduce a las propiedades del postre perfecto.	Vía del ejemplo: el inicio del reportaje es específicamente una situación, que trata de ejemplificar lo que le pasa a la gente cuando visita un restaurante y llega el momento del postre. "¿Le ofrezco la carta de postres? Con esta pregunta se lleva al lector al espacio que se retrata y que además es parte del discurso principal.	El discurso es uniaxial, pero en un aspecto neutro, es decir, se trata de educar al lector sobre el postre que resultaría más saludable para su consumo. Parece que en este caso no se quiere beneficiar a un sector específicamente, quizás dañar un poco al del azúcar, pero es válido bajo este contexto.	Una Imagen

					<p>y proteínas con el toque crocante.</p> <p>Chocolate negro: gracias a sus flavonoides también se obtienen aportes beneficiosos al organismo.</p> <p>Vino: el oporto es la opción más recomendable.</p> <p>3. Una manera de autogenerar la oferta es solicitar un postre fuera de la oferta hecho a la medida de los tres placeres: lo ideal es que se integre un postre así a la carta para que esté siempre a la disposición.</p> <p>Son ingredientes que probablemente los cocineros tienen siempre a la mano.</p>				
8	Oxitocina: ¿nueva arma contra la obesidad?	La hormona del amor tendría además efectos en el control del apetito y la regulación del balance energético.	Reportaje Con Profundidad	Hormona Oxitocina contra la obesidad	La oxitocina es una hormona que se produce de forma natural en los humanos y que interviene en el embarazo y lactancia: sin embargo, investigaciones recientes han descubierto funciones adicionales, comportamiento	SIN FUENTES	Sintagma: el discurso inicia con la definición de qué es la oxitocina. Seguido introduce como las porciones grandes afectan en problemas de obesidad para de este modo poder explicar de qué forma ayuda la oxitocina en la reducción	Es un discurso muy plano. No se presentan elementos persuasivos suficientes que insten al lector a pensar que tratamientos con oxitocina puede ser la solución para sus problemas de obesidad.	Una imagen

				<p>social, relación con los amigos, vínculo madre-hijo (por eso se llama hormona del amor), funciones cognitivas y en diversos trastornos psiquiátricos.</p> <p>2. Una decisión muy difícil para el ser humano es el de las porciones: controlar el impulso de seguir comiendo es una tarea muy compleja, por el genotipo ahorrativo que nos dirige a comer todo para tiempos difíciles y un entorno que ofrece porciones hipertróficas esto ha desencadenado una epidemia de obesidad.</p> <p>3. En estudios la utilización de oxitocina reducía la cantidad de calorías y grasa que la gente comía: se entrenó a un grupo de hombres utilizando spray nasal de oxitocina 15 minutos antes de cada decisión, los que la recibieron mostraron un mayor autocontrol.</p>	<p>de peso, según estudios. Cada párrafo inicia con una introducción de lo que se va a tratar el tema, pero la autora le da muchas vueltas y de repente parece confuso: <i>“La difícil tarea de tomar decisiones. Las personas tomamos alrededor de 150 decisiones diarias relacionadas con los alimentos y el comer”</i>. Uno de los principales problemas es la dificultad para la mayoría de nosotros para manejar las porciones de los alimentos consumidos”. El subtítulo <i>La difícil tarea de tomar decisiones,</i>” menciona lo complicado que conlleva el tomar una decisión, posteriormente, se menciona sobre cuantas decisiones se toman al día respecto a lo que se consume y finalmente se plantea el problema sobre lo complejo que es para las personas decidir cuánto alimento consumir, aunque idea se va hilando, parece</p>	<p>Parece que la autora sólo quiere dejar la puerta abierta y dar a conocer la información, sin embargo, carece de elementos que le ayuden en la credibilidad de los estudios que presenta. Por ejemplo, no hay ninguna fuente mencionada a lo largo de toda la información. No se dice que instituto, universidad, país o algún dato sobre el estudio que da pie a la publicación.</p>
--	--	--	--	---	--	---

					<p>4. Todos los humanos establecen una norma de consumo: las personas consumen lo que el mercado, restaurantes o familia ofrece.</p> <p>5. Sesgo de unidad. Se refiere a la sensación de que una porción de alimento en particular es la apropiada o suficiente, esto es un error mental sistemático.</p> <p>6. Nuevas funciones de hormonas pueden ofrecer estrategias para la obesidad: la solución a la obesidad no dependerá de una hormona, sin embargo, la vía intranasal puede ayudar.</p> <p>7. La epidemia de obesidad requiere cambios sustanciales dentro de los tratamientos: un cambio fundamental recaería en la industria alimentaria, debería aportar soluciones</p>	<p>siempre que al inicio se dan muchas vueltas sobre los temas que bien son innecesarias.</p> <p>Lo dicho: esta autora se atreve a atacar directamente a la industria alimentaria, incluso dirigiendo su mensaje llanamente, al criticar la calidad de los alimentos y las porciones que se manejan. Quizás, al ser ella una fuente científica y no como tal una periodista, tiene menos desenfreno al acusar plenamente a uno de los responsables de la epidemia de obesidad.</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

					ofreciendo alimentos más saludables, reformulándolos y empacando porciones justas.					
9	Qué aportan los condimentos además de sabor	Tienen múltiples propiedades y algunos pueden utilizarse en reemplazo de la sal, para prevenir la hipertensión	Reportaje con Profundidad.	Propiedades de condimentos	<p>1. Hierbas aromáticas virtuosas: hierbas aromáticas, especias y condimentos, realzan los sabores, colores y aromas gracias a polifenoles y aceites esenciales.</p> <p>2. Elaboración de infusiones: se disminuyen dolores y ciertas enfermedades.</p> <p>3. Algunos beneficios: favorecen procesos digestivos, se utilizan como reemplazo de la sal, aportan sustancias antioxidantes, estimulan la secreción gástrica son antibactericidas y conservadores de alimentos.</p> <p>4. Canela: saboriza postres, se utiliza en tratamientos de problemas respiratorios para</p>	<p>Universidades: Instituto de la Ciencia de la Alimentación de la Universidad de Hannover. Fuente Citable</p> <p>Revista: Diabetes Core Fuente Citable</p>	Lo dicho y lo no dicho: en este reportaje se hace un repaso sobre los beneficios que aportan algunas hierbas aromáticas, especias y condimentos y finalmente se profundiza en tres: canela, jengibre y pimienta de cayena, la autora de este contenido no comenta porque decide centrar su publicación sólo en estos tres elementos lo cual deja una sensación de falta de información.	NO SE PRESENTAN ELEMENTOS	El discurso es muy plano, sin embargo, deja una clara ideología, aunque no presenta elementos de persuasión muy significativos. La autora, redacta todos los beneficios de los condimentos, pero no hay fuentes suficientes que sustenten la información y eso hace que surja un poco la duda de sus planteamientos. Quizás el hecho de que sea nutrióloga le da el estatus para saltarse esa parte, pero ni si quiera muestra pruebas de sus declaraciones, salvo en el caso de la canela y la diabetes.	Una Imagen

				<p>disminuir la inflamación; en enfermedades circulatorias: es un potente anticoagulante y favorece la circulación; disminuye la fiebre; evita dolores menstruales; previene las várices; en diabetes tipo II favorece la disminución de la glucosa en la sangre y en pacientes que padecen esta enfermedad se demostró en un estudio que se disminuyó sus niveles de colesterol total, triglicéridos y glucemia plasmática; se puede detener diarrea y vómito.</p> <p>5. Jengibre: mejora la digestión; es antiinflamatorio; reduce el dolor en personas con artritis reumatoide: da mayor saciedad y acelera el metabolismo; disminuye las migrañas; previene enfermedades respiratorias.</p> <p>6. Pimienta de Cayena: aumenta el metabolismo en un 25% más de lo normal;</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



					estimula la producción de saliva y enzimas digestivas; induce al cerebro a la producción de endorfinas; es rica en vitamina C lo cual es una ayuda para el sistema inmunológico; ayuda a la hipertensión arterial.					
10	Is Roasting a Healthy Way to Cook Vegetables?	We enjoy roasting vegetables_ particularly until they get dark and crispy (with only a modest amount of olive oil and sea salt). Is this, healthy? Or does roasting to degree eliminate the health benefits?	Reportaje Interpretativo	Ventajas y desventajas de asar vegetales como método de cocción	<p>1.Asar los vegetales puede comprometer algunos nutrientes, pero aumentar otros: los vegetales asados saben tan bien que parece irreal que sea comida saludable. Además de que a pesar del proceso, siguen siendo vegetales y conservan sus propiedades, son satisfactorios, llenos de fibra, bajos en calorías y ricos en minerales.</p> <p>2.Si asar los vegetales hará que la gente los consuma, se debe alentar a hacerlo: Jean Mayer asegura que la mayor batalla es hacer que la gente coma suficientes frutas y verduras.</p>	<p>Científico de organismos públicos de investigación: Alice Lichtenstein Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Científicos de organismos no Gubernamentales: Libby Mills Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Organismos Públicos de Investigación: Jean Mayer U.S.D.A Human Nutrition Research Center on Aging at Tufts University Fuente Citable</p>	<p>Lo dicho y lo no dicho: es un discurso equilibrado en este punto. El tema es muy claro, los pros y contras de asar vegetales como método de cocción. La estructura da suficientes puntos a favor y en contra de seguir esta cocción, por lo que se mantiene la objetividad.</p> <p>Tipificación: <i>“La mayor batalla es hacer que la gente coma suficientes frutas y vegetales”</i>. En este ejemplo, se colocó esta frase como un caso de tipificación porque se está adjetivando a la gente por sus hábitos alimentarios, es decir, se califica a la gente como que</p>	<p>Vía del ejemplo: <i>“verduras asadas como -crujientes croles de Bruselas, crujiente coliflor, o raíces caramelizadas-pueden saber cómo un placer culposo, demasiado rico para ser realmente bueno para ti.”</i> Esta parte del discurso se presta para dar ejemplos de los vegetales, es un recurso muy tradicional y que se presenta a modo de lista.</p>	<p>En el discurso se presenta una consigna de interpretación principal, que es educar al lector sobre comer vegetales, no importa el método de cocción, al final, crudo, fresco, al vapor o asado, pero todas aportan beneficios. En un discurso objetivo y que parece no mostrar intereses secundarios.</p>	Una Imagen

				<p>3. Beneficios de cocinar vegetales: cocinar los vegetales reduce algunos nutrientes, especialmente, vitaminas C y B, pero se compensa porque al cocinar hace que para el cuerpo sea más fácil procesar algunos otros nutrientes.</p> <p>4. Pero se pueden usar otros métodos de cocción: variar los métodos de cocción, como comer vegetales crudos y ensaladas frescas a su vez provee el más completo espectro de beneficios nutricionales. La cocción al vapor es quizás la mejor forma de mantener los nutrientes.</p> <p>5. Recomendaciones al asar vegetales:  Mantener la temperatura adecuada del aceite;  agregar sal hasta después de la cocción; sancochar previamente los vegetales.</p>	Organismos no Gubernamentales: Academy of Nutrition and Dietetics Fuente Citable	no comen lo suficientemente saludable.			
--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

11	Why Your Granola Is Really a Dessert	No Contiene	Reportaje con profundidad	La granola es un alimento demasiado azucarado	<p>1. Dr. James Caleb Jackson: creó la primera receta que más tarde se volvería granola: en 1863 el Dr. Caleb Jackson creó un platillo que consistía en densas barras de pepitas de salvado remojas en leche sin azúcar.</p> <p>2. La granola se ha convertido en un postre dulce: a pesar de su reputación de ser un alimento saludable, la granola no es más que un postre dulce. Variedades de granola comerciales, tienen demasiada azúcar, igualmente que recetas hechas en casa, a las que se les agrega: azúcar refinada, miel de maple, de abeja y otros endulzantes.</p> <p>3. La granola es comida chatarra: a pesar de que la granola está empaquetada como un alimento saludable, natural, hecha con granos enteros. Pero los expertos</p>	<p>Científico no gubernamental: Cassie Bjork (dietista) Andy Bellati (dietista) Abigail Carroll (historiadora cultural) Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Instituciones Estadísticas: New York Times Upshot Statista NPD Group Packaged Facts Fuente Citable</p>	<p>Sintagma: el discurso comienza explicando qué es la granola, un poco de su historia, más adelante se encarga de contar el contexto completo de este alimento. Posteriormente empieza a introducir la problemática del reportaje qué es la cantidad excesiva de azúcar en la granola. Consecutivamente, muestra datos sobre las cantidades consumidas en dinero de granola en Estados Unidos. Dentro del mismo texto se van entremezclado algunas sugerencias de los expertos sobre consumir o no este alimento, además de algunas otras opciones para comer una versión más saludable.</p> <p>Lo dicho y lo no dicho: prácticamente durante todo el discurso se desacredita el consumo de granola. Si bien, se habla positivamente de ella en el pasado, la autora ataca de lleno a las</p>	<p>Universalización: Los adventistas entran en esta categoría, al universalizarse como una religión que busca un estilo de vida saludable.</p> <p>Población estadounidense: este es otro sector que se universaliza al arrojar en los resultados de la encuesta realizada por el <i>NPD Group</i>, como una sociedad cuyo fin es evitar el azúcar en su alimentación.</p> <p>Figuras Comparación: Para dejar más en claro, la cantidad excesiva de azúcar que tiene la granola y sus derivados, además que da la respuesta más lógica al titular es una comparación que se hace entre la cantidad de azúcar que contiene la granola y algunos otros postres:</p> <table border="1" data-bbox="1843 1252 2091 1383"> <tr> <td>Marca de Granola</td> <td>Postre</td> </tr> <tr> <td>Nature Valley Oat's</td> <td>Rebanada de pastel</td> </tr> </table>	Marca de Granola	Postre	Nature Valley Oat's	Rebanada de pastel	<p>El mensaje es uniacental, es decir, quiere dejarle claro al lector que toda la granola que compre contiene mucha azúcar y que por lo tanto no es un alimento saludable.</p> <p>El discurso se encierra en sí mismo, el reportaje contiene suficientes datos duros como para que el lector no busque más información o determinados datos.</p> <p>Dentro de las consignas de interpretación, parece que la autora quiere dejar en claro, cómo un alimento como la granola tuvo un origen más natural y beneficiosa para el consumo humano, sin embargo, con la industrialización y comercialización del producto fue como perdió su calidad. Tal</p>	Una Imagen
Marca de Granola	Postre													
Nature Valley Oat's	Rebanada de pastel													

				<p>aseguran que es comida chatarra. Incluso el gobierno Estados Unidos, colocándola en la misma categoría que las galletas, donas y pasteles.</p> <p>4. Estadounidenses piensan que la granola es saludable: encuesta realizada por New York Times Upshot, arroja que la mayoría de la población piensa que la granola es saludable, a pesar que incluso los dietistas arrojan lo contrario.</p> <p>5. Proyecciones en gasto de granola: la popularidad de la granola ha aumentado. Los estadounidenses gastan dos billones de dólares anualmente en productos de granola. En 2014 el mercado de marcas de granola y cereales excedió los 750 millones de dólares, mientras que la venta de barras de granola y productos similares alcanzó el billón.</p>	<p>marcas comerciales de granola actuales. Para esto se basa en la percepción de las encuestas en donde, de acuerdo a los resultados obtenidos, el azúcar es el principal alimento que la población norteamericana trata de eliminar de su dieta. También se apoya en las declaraciones de varias dietistas que recomiendan eliminar a la granola de la dieta. Por otro lado, alienta al consumo de granola hecha en casa. Parece que el mensaje final consiste en dejar de consumir granola, para de este modo dejar de consumir azúcar.</p> <p>Tipificación: cuando la autora habla de la historia del desarrollo de la granola, contextualiza sobre la vida de uno de los comercializadores pioneros de granola, quien era el doctor adventista John Harvey Kellogg, constantemente hacer</p>	<table border="1"> <tr> <td>Honey Protein Granola 24 gramos de azúcar por taza.</td> <td>de chocolate con betún 26 gramos de azúcar.</td> </tr> <tr> <td>Nature Valley Peanut Butter'n Dark Chocolate Protein Granola 30 gramos de azúcar por taza</td> <td>Una taza de helado 28 gramos de azúcar</td> </tr> <tr> <td>Naked Honey Almond Granola 20 gramos de azúcar por taza</td> <td>Dona glaseada Krispy Kreme 10 gramos de azúcar.</td> </tr> </table>	Honey Protein Granola 24 gramos de azúcar por taza.	de chocolate con betún 26 gramos de azúcar.	Nature Valley Peanut Butter'n Dark Chocolate Protein Granola 30 gramos de azúcar por taza	Una taza de helado 28 gramos de azúcar	Naked Honey Almond Granola 20 gramos de azúcar por taza	Dona glaseada Krispy Kreme 10 gramos de azúcar.	<p>parece que hay un mensaje oculto, aunque directo para la industria alimentaria.</p>
Honey Protein Granola 24 gramos de azúcar por taza.	de chocolate con betún 26 gramos de azúcar.												
Nature Valley Peanut Butter'n Dark Chocolate Protein Granola 30 gramos de azúcar por taza	Una taza de helado 28 gramos de azúcar												
Naked Honey Almond Granola 20 gramos de azúcar por taza	Dona glaseada Krispy Kreme 10 gramos de azúcar.												

					<p>6. Comparando cantidad de azúcar entre granola y postres: la mayoría de las personas consume casi una taza de granola. Una taza de este producto contiene de 20 a 30 gramos de azúcar, según la marca, al compararla con otros postres se encuentra al mismo nivel o incluso lo supera. Una taza de helado tiene 28 gramos de azúcar, una dona glaseada 10 y una rebanada de pastel de chocolate 26.</p> <p>7. Granola sin azúcar: tan sólo algunas marcas especiales comercializan granola sin azúcar.</p> <p>8. La creación de la granola: su nombre original era <i>Granula</i>. En 1863 el Doctor James Jackson, deseando desayunar alimentos alternos al clásico desayuno estadounidense (carne, pan, queso, panqueques fritos en</p>	<p>referencia hacia los principales conceptos de esta religión: <i>"He was a Seventh-day Adventist who famously advocated against alcohol, meat, sugar, tobacco and sexual activity."</i></p> <p><i>"Granola remained a mainstay in the Seventh-day Adventist community, which is known to shun foods high in sugar, salt and other additives."</i></p> <p>Se da el mismo caso cuando habla del Dr. Jackson, creador original de la granola: <i>"He advocated vegetarianism and a diet of simple foods"</i>.</p> <p>Bajo estos preceptos parece que se quiere tipificar a los principales creadores de la granola como personas saludables, además de que ambos fueron médicos, cuyo fin en verdad fue crear un alimento nutritivo y bajo en azúcares, quizás para diferenciar con la industria</p>			
--	--	--	--	--	---	---	--	--	--

					<p>grasa con maple, mantequilla o jamón). El Dr. Jackson, fue un reformador de salud, quien operó un hospital en Dansville, fue un alentador del vegetarianismo y de una dieta basada en comida simple.</p> <p>9. Hermanos Kellogg: Dr. John Kellogg, quien también fue un reformador de salud y que además abrió otro hospital rival del Dr. Jackson en Michigan, robó la receta de la granola. El Dr. Jackson demandó al Dr. Kellogg, por lo que este cambió el nombre de su cereal a granola, experimentando con la receta, creó junto a su hermano Keith Kellogg, los tan famosos copos de maíz. El Dr. Kellogg quiso mantener su creación libre de azúcar, pues pertenecía a la iglesia Adventista de los 7 días y entre sus preceptos están el ir en contra del consumo de alcohol, azúcar,</p>	<p>alimentaria, aunque nunca se le menciona.</p>			
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

					<p>tabaco, actividad sexual y azúcar. Pero su hermano Keith insistió en azucararla y de este modo nació la empresa trasnacional, creadora de los <i>Froot Loops</i> y <i>Choco Krispys</i>.</p> <p>10. La receta fue vendida y se le incorporó más azúcar: la granola fue vendida comercialmente por primera vez en los 60s. Leyton Gentry, quien era un adventista vendió la receta a dos compañías de comida. Conforme la preparación se fue volviendo más popular, la cantidad de azúcar añadida fue aumentando.</p> <p>11. Miel y Azúcar: Adelle Davis, quien era un famoso escritor de libros de cocina, añadió miel hacia la década de los 70s. Al mismo tiempo, <i>Quaker</i>, <i>Kellogs's</i> y <i>General Mills</i>, introdujeron a la venta versiones de granola súper azucaradas.</p>				
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

					<p>12. Cambios en el consumo de cereales azucarados: un estudio muestra que dos de tres estadounidenses buscan en los supermercados comida con menos ingredientes y más simples. Otro estudio afirma que el azúcar es el ingrediente no.1 que los estadounidenses están tratando de dejar.</p> <p>13. Granola poco endulzada: algunas marcas están lanzando versiones de granola poco endulzada para introducir en el mercado con el fin de satisfacer las demandas.</p> <p>14. Granola hecha en casa: hacer la propia granola es una opción, sin embargo, hay recetas que incluyen la adición de mucha azúcar, hay que evitarlas.</p> <p>15. Detener el consumo de granola: lo mejor es abolir de la dieta el consumo de</p>				
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--



					granola, porque no es tan saludable como se piensa.					
12	Is Sushy "Healthy"? What about Granola? Where Americans and Nutritionists Disagree	We surveyed Americans and a panel of nutrition experts about which foods they thought were good or bad for you.	Reportaje Interpretativo	Percepción de nutriólogos y sociedad estadounidense sobre los alimentos	<p>1. ¿Qué comida es saludable?: una persona que desea comer más saludablemente debe, naturalmente, conocer que comida puede consumir y cual debe evitar. La Food and Drug Administration (FDA), ha añadido recientemente nuevos preceptos alimentarios, dado que la información nutricional ha cambiado demasiado en los años recientes.</p> <p>2. Encuesta sobre alimentos saludables: Una encuesta realizada por la agencia Morning Consult, dirigida a nutriólogos de la American Society for Nutrition y los miembros de la población en general, preguntando si consideran que ciertos alimentos son saludables.</p>	<p>Universidad: The Tufts Friedman School of Nutrition Science and Policy</p> <p>Científico de Universidad: Dariush Mozzaffarian</p> <p>Organismos Públicos de Investigación: The Food and Drug Administration (FDA)</p> <p>Institución Estadística: Morning Consult</p>	<p>Sintagma: Este es un reportaje muy visual. A pesar de que se plantea el problema y se explican los resultados, se puede ver como primer elemento una infografía que explica a groso modo el contenido. Posteriormente, inicia con una pregunta que ayuda a introducir toda la problemática. Constantemente se presentan los resultados e interpretación a éstos.</p> <p>Lo dicho y lo no dicho: este no es un reportaje que trate de cuestionar algún alimento o algún sector de la industria, tampoco se encarga de culpar a alguien por la situación sanitaria de obesidad y sobrepeso en Estados Unidos, simplemente muestra las</p>	<p>La Pregunta: el titular del reportaje es una pregunta que además corresponde con una forma de búsqueda de información que se sitúa en el reportaje, de cuando se consultó en <i>Google</i> cuáles son los alimentos más investigados por sus requerimientos nutrimentales. Igualmente se da el caso con el primer párrafo del reportaje.</p>	<p>Al final, parece que el objetivo del discurso es pregonar sobre una alimentación saludable que sería el estilo de vida propuesto como válido. Constantemente se quiere recalcar sobre los alimentos saludables, las propiedades de algunos otros como la quinoa, y lo sorprendente que resulta que la gente no lo conozca, pero el párrafo clave es el último en el que se asegura que un 99% de los nutriólogos encuestados aseguraron tener un método de alimentación saludable.</p>	Presenta infografías

					<p>3. Resultados con gran diversidad de opinión: incluso entre los expertos las opiniones son muy variadas. Algunos alimentos como la col rizada, manzanas y avena son consideradas saludables por casi todos. Mientras que otros como los refrescos, papas fritas y galletas de chocolate no lo son. Hay algunos que están en el medio, son positivos para la población y otros pueden confundir tanto a los expertos como al público.</p> <p>4. Conforme pasa el tiempo cada vez se conoce más sobre lo que hay que comer: el decano Dariush Mozaffarian, asegura que hace 20 años tan sólo se conocía el 10% sobre lo que se necesita saber de nutrición, actualmente, se sabe entre el 40 y 50%.</p>	<p>percepciones de la población y los expertos.</p> <p>Tipificación: en el discurso se dan varios ejemplos de este elemento, porque después de todo es lo que se busca como objetivo, saber qué es lo que la gente y nutriólogos consideran saludable y que no, de este modo se tipifican los alimentos. <i>“There are some areas of nutritional consensus. Nearly everyone agreed that oranges, apples, oatmeal and chicken could safely be describes as healthy, and also agreed that chocolate chip cookies, bacon, White bread and soda could not.”</i></p>			
--	--	--	--	--	--	---	--	--	--

					<p>5. Granola: la brecha más grande que existe sobre los elementos preguntados entre el público y los expertos, es la granola. Más del 70% de los estadounidenses encuestados describieron la granola como saludable, pero menos de un tercio de expertos lo hicieron.</p> <p>6. Azúcar añadida: varios de los alimentos que fueron considerados saludables por los norteamericanos promedio, más que por los nutriólogos, incluyendo: helado de yogurt, malteada de <i>Slim Fast</i>, y barras de granola, tienen algo en común y es la cantidad de azúcar añadida que conllevan. La FDA anunció una nueva regla de etiquetado que consisten en aclarar que cantidad de azúcar es natural de los alimentos y cuál es añadida.</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

					<p>7. Alimentos aprobados por los expertos, pero no por el público: quinoa, tofu, sushi, hummus, vino y camarones, fueron bien calificados por los nutriólogos, pero no por la gente común encuestada.</p> <p>8. Nuevos alimentos en el mundo <i>mainstream</i>: las guías alimentarias han cambiado, pero aún no se ha informado lo suficiente. Por ejemplo, la quinoa, el camarón sigue teniendo muy mala imagen por su contenido en colesterol, a pesar de los cambios nutricionales.</p> <p>9. Áreas en las que ambos grupos de encuestados no estuvieron de acuerdo: se esperaba que los expertos estuvieran mejor informados sobre las investigaciones recientes, mientras que la gente se dejara influenciar más por el mercado. Sin embargo, algunos de los alimentos se dividieron:</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

				<p>palomitas, chuletas de cerdo, leche entera, filete de res, queso cheddar.</p> <p>10. Debate sobre la cantidad correcta de consumo de proteína y grasa en una dieta saludable: años atrás el consenso nutricional decía que la grasa y particularmente la saturada en lácteos y carne roja era mala para el corazón. Estudios nuevos son menos claros y sigue el debate entre nutricionistas sobre la cantidad adecuada de consumo de estos elementos.</p> <p>11. Compradores dudosos sobre cuál es la comida más saludable: para tener alguna perspectiva, se tecleó en Google, cuáles son los alimentos que comúnmente se buscan más, preguntándose sobre si son saludables o no. Quizás estas búsquedas dejan al consumidor un poco</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

					<p>tranquilo, la nutrición es incluso para los expertos un tema turbio.</p> <p>12. Importancia de la dieta general: la dieta general importa más que rígidas reglas o comer sólo buenos o malos alimentos.</p> <p>13. Dieta de los nutricionistas: al preguntar a los expertos si ellos consideraban su dieta saludable y como podrían describirla, cerca del 99% respondió que su dieta es muy saludable o algo saludable. La dieta más popular fue la Mediterránea; 25% de los nutricionistas la eligieron. Pero la respuesta más común fue que no hay reglas especiales o restricciones.</p>					
13	Could artificial sweeteners make people more hungry?	Artificial sweeteners can boost appetite by activating hunger	Reportaje con Profundidad	Existe la posibilidad de que los edulcorantes generen más	1. Edulcorantes envían al cerebro señales de "aliméntame": en moscas de fruta y ratones, el desajuste entre lo dulce y las pocas	Universidad: Sidney University Fuente Citable	Sintagma: en este caso, lo que más resalta es la estructuración del discurso. No está presentado en párrafos, se puede leer la	Vía del ejemplo: para contestar positivamente a la pregunta que se plantea en el título se ejemplifica con el estudio a insectos y	La idea que se quiere transmitir a través de este discurso es que el consumo de edulcorantes es bueno	Dos Imágenes

		pathways in the body, scientists have found in animals.		<p>hambre en las personas.</p> <p>calorías consumidas, hace que el cerebro mande señales al cuerpo de que se tiene hambre.</p> <p>2. Nutriólogos del Reino Unido aseguran que alimentos endulzados con edulcorantes ayudan a perder peso: no sucede lo mismo entre los animales estudiados y el ser humano. Nutriólogos británicos aseguran que los edulcorantes sí ayudan a perder peso, además de que son mejor para los dientes por el bajo consumo de azúcar.</p> <p>3. Se requiere de más investigación: científicos aseguran que falta más investigación para comprobar que la gente que consume regularmente edulcorantes no tiene la misma reacción que los animales trabajados.</p>	<p>Científica de Organismo no Gubernamental: Ros Miller. Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Científico de Universidad: Greg Neely Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Instituto de Investigación no Gubernamental: British Nutrition Foundation Fuente Citable</p> <p>Revista: Cell Metabolism Atribución Directa Fuente Citable</p>	<p>información dividida en grupos temáticos, por ejemplo; las cuatro primeras ideas giran como introducción, se presenta brevemente el estudio y la opinión de los expertos. Posteriormente, en párrafos un poco más grandes, se describe la metodología del estudio y se da a conocer la opinión de uno de los investigadores. Para finalizar, se muestra la contraparte sobre el estudio.</p> <p>Lo dicho y lo no dicho: la idea del texto es criticar a los edulcorantes al sugerir que pueden ser contraproducentes, sin embargo, la idea se desmiente y se da apoyo al consumo de éstos implícitamente.</p>	<p>roedores, sin embargo, no hay suficiente información para responder a la pregunta.</p> <p>Pregunta: aparecen dos preguntas: <i>"Could artificial sweeteners make people more hungry? Are artificial sweeteners bad for us?"</i></p> <p>Es uno de los elementos más usados en este tipo de contenidos, da pie a responder preguntas y hace que el lector se cuestione así mismo.</p> <p>Amplificación: se califica al estudio como <i>"questionable"</i> cuando se critica y se muestra la contraparte del estudio, se califica como cuestionable, haciendo dudar de su veracidad.</p> <p>Figuras: Comparación: <i>"The simplicity of the diets consumed by the rodents in these types of studies is in</i></p>	<p>para el ser humano. A pesar, de cuestionar su uso en un principio, al final se trata de rebatir, como se presenta la información que parece ser en la que se basa la conclusión final.</p> <p>En este caso en especial, se da esa situación en la que la misma ciencia se critica en un área y se aplaude en otra. Como lectores, ¿cómo podemos saber que la conclusión final es la más indicada? Hacен falta más ejemplos, y perspectivas del problema.</p>
--	--	---	--	--	---	--	---	---

					<p>4. Días de inanición provoca más hambre en insectos y roedores: el equipo de investigadores australianos buscó en el cerebro de los insectos y roedores señales que estuvieran ligadas al apetito y al placer, conforme iban restringiendo lo que ellos comían. Algunos fueron alimentados con una dieta que contenía azúcares naturales, mientras que los otros, con edulcorantes. Se encontró que cuando la dulzura y la energía estaban fuera de la dieta por tiempo prolongado, el cerebro lo compensaba mandando señales de hambre en un intento de incrementar el número de calorías consumidas. Prof Greg Neely argumenta: pudimos descubrir que el consumo crónico de edulcorantes, de hecho, incrementa la necesidad natural del consumo de azúcar y ésta a su vez, la motivación del animal a comer más. La</p>			<p><i>contrast to our highly complex diet.</i>" En esta parte se trata cuestionar nuevamente la veracidad del estudio, al adjetivar la dieta de los roedores como simple, mientras que la de los humanos como altamente compleja.</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	---	--



					<p>posible respuesta es que la inanición, hace que la comida sepa mejor que sólo cuando se está hambriento.</p> <p>5. ¿Son malos los edulcorantes para los humanos? Ros Miller argumenta que hay mucha evidencia que sugiere que el consumo de edulcorantes no incrementa el consumo de energía en la gente. No hay estudios que demuestren lo mismo que con los insectos y roedores en el caso de los humanos.</p>					
14	Glasgow University scientists' warning over sugar focus	Focusing on sugar in the fight against global obesity could be misleading, according to scientists from University of Glasgow	Reportaje con Profundidad	Para bajar de peso se debe detener el consumo de grasa y azúcar	<p>1.La gente necesita reducir su consumo total de calorías: gente con sobrepeso necesita reducir su consumo de grasa y no sólo de azúcar. Investigadores de Reino Unido examinaron la dieta de más de 100 mil personas en Reino Unido.</p> <p>2.Impuestos: el gobierno de Reino Unido anunció planes para introducir un impuesto</p>	<p>Universidad: University of Glasgow Fuente Citable</p> <p>Científico de Universidad: Jill Pell (Director del Institute of Health and Wellbeing) Jason Gill (Director del Institute of Cardiovascular and Medical Sciences) Atribución Directa Fuente Citable</p>	Sintagma: el discurso es un tanto repetitivo. Durante varias etapas se repite la misma información. El orden parece que inicia con una pequeña explicación de cómo se llevó a cabo el estudio, sin embargo, no aparece la metodología completa. Posteriormente se presentan brevemente los resultados y las recomendaciones para abolir el problema.	<p>Universalización: se generaliza que todas las personas con sobrepeso y obesidad es porque consumen más calorías que las personas que mantienen un peso saludable. No se mencionan otras causas, como enfermedades.</p> <p>Amplificación: "Glasgow University scientists' warning over sugar focus" el titular del reportaje es un ejemplo</p>	El modo de vida propuesto como válido es que para mantener un peso saludable, la gente reduzca su consumo de grasa y azúcar, parece que no se trata de satanizar a ninguno de los dos elementos en particular.	Dos imágenes

				<p>a bebidas azucaradas, con el objetivo de frenar su consumo y reducir los niveles de obesidad en los niños.</p> <p>3. 12% más consumo de calorías: del total de personas que formaron parte del estudio el 66% eran hombres, mientras que el 52% mujeres con sobrepeso. En promedio este sector consume 12% más calorías que las personas sanas.</p> <p>4. Balance entre consumo de azúcar y grasa: personas con sobrepeso y obesidad consumen en general más calorías de la grasa y azúcar, sin embargo, toman un porcentaje menor del azúcar. Normalmente, las personas que consumen menos calorías de una categoría, lo compensan consumiendo más de la otra. La gente con sobrepeso y obesidad,</p>	<p>Instituto no Gubernamental: Institute of Health and Wellbeing Institute of Cardiovascular and Medical Sciences Fuente Citable</p> <p>Revista: International Journal of Epidemiology</p>	<p>Lo dicho y lo no dicho: Últimamente cuando se habla sobre los problemas de obesidad se critica en demasía el consumo de azúcar, en consiguiente de carbohidratos, pero pocas veces se menciona como tal a la grasa. Este discurso trata de introducir un nuevo tema a la lucha contra la obesidad.</p>	<p>de esta figura persuasiva. Se quiere dejar en claro que pensar sólo en azúcar al momento de bajar de peso es erróneo pues las muestras científicas muestran que también, la grasa influye en el proceso.</p> <p>Figura: Comparación: <i>“They consume a smaller proportion of these calories from sugar and a larger proportion from fat. Thus it is important not to simply focus on reducing sugar intake; we need to emphasise reductions in fat intake as well.”</i></p> <p>Aquí se da un caso de comparación que trata de persuadir en el mensaje principal que se quiere perpetuar. Para bajar de peso se necesita dejar de consumir tanto azúcar como grasa, para esto se utiliza la declaración directa de la fuente, de este modo, al ser</p>	
--	--	--	--	---	--	---	---	--

					consumen más calorías que aquellos con un peso normal, pero consumen una menor cantidad de éstas extraídas del azúcar que de la grasa. Por eso es importante, reducir la ingesta de grasa y azúcar.			dicha por un experto puede incidir más en la gente.		
15	Most kids' lunchboxes still unhealthy, research suggests	Most kids' lunchboxes in England are unhealthy with fewer than two in 100 meeting the government's nutritional standards, new research suggests.	Reportaje con Profundidad	Desayunos escolares no son nutritivos	<p>1. Tres de cada cinco desayunos cumplen con los requerimientos nutricionales solicitados en Inglaterra: un estudio de la Universidad de Leeds en el que analizó 300 desayunos escolares de los estudiantes, encontró que sólo uno de cada cinco contenía vegetales, tres de éstos, no tenían ninguno de los requerimientos de las escuelas en Inglaterra, como energía y vitaminas, en cambio incluían calabaza, papas fritas, chocolate o hasta empanadas. En más de la mitad de los desayunos se presentaron snacks demasiado azucarados o salados. Casi todos incluían una bebida azucarada y sólo</p>	<p>Universidades: University of Leeds Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Científico de Instituto no Gubernamental: Jo Nicholas (Director general de la organización Children's Food Trust) Atribución Directa Fuente Citable</p> <p>Organismo no Gubernamental: Children's Food Trust Fuente Citable</p>	<p>Sintagma: Se puede observar como directamente se presentan los resultados del estudio, en lugar de dar primero una introducción. Esto quizás, con la finalidad de crear un mayor impacto. La estructura muestra oraciones separadas y no párrafos mayores a tres líneas.</p> <p>Lo dicho y lo no dicho: se culpa a los padres por la mala calidad de los desayunos de sus hijos y por otro lado, se están recalando constantemente las políticas establecidas por el gobierno, y los esfuerzos que éste sigue realizando.</p>		<p>Parece que al autor trata de dejar bien en claro que los niños están siendo mal alimentados a la hora del "lunch" y quiere perpetuar que los culpables son los padres. Si se ve desde el lado positivo, esto podría dejar buenos cambios en los hábitos alimentarios de los niños, que después de todo es lo que se persigue. Pero el hecho de dejar el papel del gobierno como muy eficiente, hace que el discurso se quede en el ámbito institucional.</p>	Cuatro imágenes

					<p>cuatro mostraron elementos con suficiente hierro. Menos de uno en cinco contuvo los estándares de energía, vitamina A y zinc.</p> <p>2. Ha habido algunas mejoras desde 2006: la mayoría de las loncheras contenían proteínas, vitamina C y una menor cantidad de bebidas azucaradas y chocolates. Los niños están comiendo menos grasa y azúcares saturados pero los niveles siguen manteniéndose por encima de lo recomendado. Con los cambios, ahora se permiten galletas y pasteles sin chocolate.</p> <p>3. La Organización Children's Food Trust está decepcionada: los desayunos escolares contribuyen a la obesidad en niños. La organización Children's Food Trust asegura que deben ayudar más a los padres con los desayunos de los</p>					
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

					niños. La organización se encuentra trabajando con la política del partido laboral Sharon Hodgson, con el fin de regular los desayunos.					

**Anexo 17**  
**Tabla de Análisis de Imágenes**

Clave	Fuente	Punto	Línea	Color	Personajes	Ubicación	Elementos de Persuasión				Función
							Manipulación de la expresión		Manipulación del Contenido		
							Alteraciones del soporte material	Rupturas de la sintaxis visual	Distorsiones semánticas	Operaciones lógico-referenciales	
1	Sin información	<p>Pizza: Resulta fácil determinar que este elemento es el punto, inicialmente por el tamaño y la posición. A su vez, hace referencia al título, “¿Se puede perder peso comiendo pizza?” Aunque el contenido del reportaje no sólo versa sobre este tema.</p>	<p>En este caso convergen dos líneas que parten desde el fondo de la imagen hacia el centro y que terminan en la mujer que está sosteniendo la pizza.  Este efecto le da movimiento a la imagen y hace que el contenido se enfoque en el centro.</p>	<p>Colores Cálidos:  Rojo: es uno de los colores más vigorosos que atraen la atención. Además de que es el color característico de un ingrediente que es de las especialidades más vendidas de pizzas. Hace que por su tonalidad capte más la atención y ayuda a focalizar la pizza como el punto.  Amarillo: se relaciona con la luz. Al contextualizar la imagen, se puede percibir que es de día, el cielo está despejado. Se alcanzan a percibir rayos del sol, sin embargo, la imagen de éste no se puede apreciar debido</p>	<p>Una mujer que es un ser vivo, que está sosteniendo y consumiendo el elemento principal de la historia.</p>	Inicio del reportaje	No se presentan elementos	<p>Adjunción: se aumenta la importancia del punto, es decir, de la mujer con la pizza, aunque específicamente más de la pizza, al desfocalizar las líneas de los costados.</p>	No se presentan elementos	No se presentan elementos	<p>Parece ser que la función de esta imagen no es más que ilustrativa del título del discurso. La pizza es el elemento que más se acentúa. No hay elementos persuasivos significantes y si se prescindiría de ella en el discurso no afectaría el objetivo de éste.</p>

				<p>a que la mujer lo cubre, pero ingeniosamente ahí donde debería estar el sol, están en cambio sus lentes amarillos.</p> <p>Rosa: este color se relaciona con la feminidad, en este caso lo está portando una mujer.</p> <p>Colores Fríos:</p> <p>Azul: en el ejemplo se podría relacionar el azul con la frescura dado el aparente buen clima que se refleja. Se presenta en el cielo, en la ropa de la mujer y en sus uñas.</p>							
2	Sin información	<p>Paul Newman: La cara del lector es prácticamente lo que más se logra visualizar, por el contraste natural de sus ojos, el tamaño, y la posición al</p>	<p>Brazos cruzados de Paul Newman: En el fondo se ve la cara del actor, parecería estar en el aire, si no es por sus mismos brazos cruzados que le dan</p>	<p>Tonos amarillentos: Esta imagen es de una película titulada <i>La Leyenda del Indomable</i>. La película es un tanto pesimista para el protagonista por lo cual es normal que se usen estas tonalidades, causantes de</p>	<p>Paul Newman como el Indomable</p>	<p>Inicio del reportaje</p>	<p>No se presentan elementos</p>	<p>No se presentan elementos</p>	<p>Metáfora: Posiblemente no todos los lectores conocen el contexto de Paul Newman frente a tantos huevos, a pesar de que se indica que la</p>	<p>No se presentan elementos</p>	<p>Esta es una imagen antitética, aunque en verdad muestra al huevo en un contexto negativo, lo que trata es contrarrestar este efecto. Quizás sin la explicación final no se lograría. Es una</p>

		medio. De aquí parte su visualización hacia el huevo.	estabilidad suficiente.	depresión. Quizás no tan aconsejable si se quiere hablar positivamente del huevo.					imagen pertenece a la película de <i>La Leyenda del Indomable</i> , por lo que la lectora se toma el tiempo de explicar al final del reportaje la causa de esta ilustración: <i>“Comerse cincuenta huevos duros de una sentada como hizo Paul Newman en La Leyenda del Indomable puede resultar indigesto, pero no por el alimento en sí, sino por la cantidad de comida... esto es una metáfora pues en un principio pareciera que es un pesar comer tanto huevo, por lo que la autora trata de quitarle su mala fama con un</i>	imagen que requiere de contexto y cultura para conocer el significado.
--	--	---	-------------------------	---	--	--	--	--	--	--



									ejemplo muy drástico.		
3	Sin información	<p>Taza de café:</p> <p>Individualmente cada elemento de los representados en la imagen tiene un sentido único, que es mostrar al café en varias de sus fases, aunque ya todas optimizadas y procesadas para el consumo humano. Sin embargo, la taza es el último eslabón del proceso, además de que en este caso es el elemento más grande y el tamaño es lo que gana referente a lo demás, a pesar de que se encuentra posicionada en la orilla.</p>	<p>Los granos, el café molido y la taza de café son tres puntos por separado, sin embargo, están muy próximos entre los tres por lo que si se sigue su direccionalidad y se ven como un todo, es muy fácil visualizar la línea.</p>	<p>Colores Cálidos:</p> <p>Café o marrón: es normal que este color sea el protagonista, dado que es el color natural del elemento del que se está hablando. Por lo tanto, en este contexto lo representa a el mismo.</p> <p>Blanco: representa la pureza. Se puede observar que funge el papel de ser fondo y ayudar a que los elementos del café (granos, café molido y la taza de café) sobresalgan, bajo el mismo contexto de pureza y naturalidad.</p>	<p>Objetos Estáticos:</p> <p>granos de café, partículas de café molido y una taza con café.</p>	Inicio del reportaje	No se presentan elementos	No se presentan elementos	<p>Metáfora:</p> <p>La imagen sólo muestra al café sin alteraciones o añadidos. La imagen es pura y simple, tal y como se debería de tomar el café de acuerdo al discurso.</p>	No se presentan elementos	<p>Ilustrar con la imagen y fomentar en contenido del discurso, que es tratar de tomar el café en su estado más puramente posible.</p>

4	Sin información	<p>Tortilla: Prácticamente el único elemento visible en la imagen es el que corresponde al título: las tortillas. Se ubican en el centro y son muy grandes, abarcan casi todo el espacio.</p>	<p>Los puntos de apoyo en los que recaen las tortillas son las manos del hombre, que las sostiene. Estas surgen de atrás. Los tres puntos juntos, es decir, ambas manos y las tortillas crean el equilibrio de la línea.</p>	<p>Colores Cálidos: La tortilla entona dentro de los amarillos, a pesar, de ser muy tenue. Esto hace que transmita calidez.</p> <p>Colores Fríos: Azul: en el fondo se puede apreciar que el hombre está vestido de azul, es un símbolo de masculinidad y juventud, aunque en este caso no se puede observar más el contexto.</p>	Objeto estático: las tortillas.	Inicio del reportaje	<p>Supresión: Hay varios sectores oscuros sobre la imagen. De modo que toda la atención recae únicamente en las tortillas, a pesar de que se puede apreciar que la imagen no contiene realmente algún otro elemento importante.</p>	No se presentan elementos	No se presentan elementos	No se presentan elementos	<p>La función de esta imagen es resaltar el tema del que parece el discurso hablará, que es la tortilla. Realmente no hay otro objeto en la imagen y además se trata de sobre expresarla aunque dada la falta de recursos no parece necesario.</p>
5	Pixabay	<p>Hogaza de pan: básicamente es el único elemento identificable dentro de la imagen. Ocupa un gran tamaño y capta la atención inmediatamente.</p>	<p>El pan está colocado sobre un trapo y este sobre una tela. Ambos elementos son de forma rectangular, pero lo que le da un sentido de estabilidad a la imagen, son las líneas verticales del trapo que sostienen al pan. Además de que coincide la figura geométrica de los</p>	<p>Colores Cálidos: Marrón: el pan y la tabla de cortar entran dentro de estas tonalidades. Dan sensación de calor y tibieza, además de que se respetan los colores que normalmente son los más naturales del pan y la madera.</p> <p>Amarillo: en la esquina superior izquierda se observa un pequeño tarro con un contenido amarillo.</p>	Objetos estáticos: Pan, cuchillo, tabla de madera, trapo, mantel.	Inicio del reportaje	No se presentan elementos.	<p>Supresión: prácticamente ninguno de los elementos presentes se encuentra en su totalidad. Todos son cortados de alguna parte. Sin embargo, parece que esta manipulación, recae más en un sentido estético que persuasivo, pues el pan, que</p>	No se presentan elementos	No se presentan elementos	<p>Culturalmente, se sabe que el pan contiene gluten pues está hecho a base de harina de trigo regularmente, por ende, se ilustra con este elemento el reportaje. Quizás hubiese resultado más innovador la representación de la estructura de la proteína del gluten, pero una imagen estéticamente</p>

			<p>tres elementos, siendo un rectángulo el protagonista: pan, trapo y tabla.</p>	<p>Este color es próximo al calor, que se fusiona con las tonalidades marrones del pan y madera.</p> <p>Blanco: el mantel, plato y líneas del trapo son de este color. El blanco es el color de la pureza, lo que le da una sensación de limpieza a la imagen.</p> <p>Colores Fríos:</p> <p>Azul: en este caso el azul resulta muy armónico con las demás tonalidades.</p> <p>Gris: el cuchillo es de este color, lo cual aporta neutralidad y estabilidad.</p>				sería el protagonista, se queda como el punto principal de la imagen.			adecuada del pan, puede captar más la atención del lector.
6	Pixabay	<p>Botellas con leche: Son el punto de la imagen, simplemente porque son el único elemento existente que se puede visualizar.</p>	<p>La posición en la que están colocadas las botellas, tres adelante y dos atrás, forman una línea diagonal recta, que le da direccionalidad a la imagen.</p>	<p>Colores cálidos:</p> <p>Café o marrón: aunque no se aprecie a distinguir claramente, qué elementos conforman el fondo de la imagen, se alcanza a observar una silla y mesa de estos tonos. Es confortable</p>	<p>Objetos estáticos: Botellas de vidrio con leche.</p>	<p>Inicio del reportaje</p>	<p>Supresión: la imagen no está enfocada, por lo que no se puede distinguir ningún elemento, simplemente las botellas de leche.</p>	<p>No se presentan elementos</p>	<p>No se presentan elementos</p>	<p>No se presentan elementos</p>	<p>La función de la imagen es empatizar con el discurso del reportaje sobre la leche y sus beneficios, por lo que sólo se aboca a mostrar este elemento libremente, sin otros contenidos. Todo va en sentido de</p>

				<p>y tibio y uno de los tonos naturales de la madera.</p> <p>Colores Fríos:</p> <p>Verde: es el color de las tapas de las botellas de leche y también de la naturaleza. Se podría interpretar que se quiere transmitir que la leche es un producto natural y saludable.</p> <p>Banco: es un color neutro, y el color original de la leche. Le da a la imagen pureza, también se puede interpretar que la leche es un alimento puro.</p>							discursar positivamente sobre este alimento.
7	Sin información	<p>Frutos:</p> <p>Las moras azules y frambuesas son el punto de la imagen. Son el elemento más grande y a pesar de que se encuentran a la derecha y no centrados, están</p>	<p>Hay tres elementos en la foto: los frutos, semillas y chocolate. Todos están separados, pero al unirlos se forma una triangulación. Estas líneas imaginarias y que</p>	<p>Colores Cálidos:</p> <p>Es una imagen muy fiel a la realidad, por lo que los colores expresados son los originales de los elementos que se presentan. Sin embargo, todos ellos son cálidos: café, rosa y azul marino.</p>	<p>Objetos estáticos: moras azules, frambuesas, chocolates, almendras, nueces y plato.</p>	Inicio del reportaje	No se presentan elementos	No se presentan elementos	No se presentan elementos	No se presentan elementos	Esta imagen no tiene algún elemento persuasivo que manipule su contenido. Tan sólo se muestran los tres alimentos que conforman el postre perfecto, aunque haciendo mayor hincapié en las frutas.

		más próximos en distancia al ojo del lector.	le dan esa sensación de sostén a la imagen, son la línea.	Blanco: el plato en donde se ubican los elementos es de este color, lo que irradia pureza.  Marrón: el fondo sobre donde está colocado el plato es de este color. Este tono refleja calidez y tibieza para con los alimentos.							
8	Sin información	Hamburguesa: Se muestra una hamburguesa sostenida por ambas manos de alguna persona. El fondo es borroso, prácticamente el único elemento perceptible es el platillo estadounidense, por lo tanto, es el punto.	La hamburguesa queda sujeta entre dos manos, la unión que va de una mano a la otra con la hamburguesa en medio, crea cierta direccionalidad en la imagen, lo que sería la línea.	Colores Cálidos:  Prácticamente los colores de esta imagen son los más comunes que se pueden presentar en una hamburguesa: café por la carne, verde por la lechuga, amarillo por el queso. No se puede decir que haya cierta intencionalidad pues no hay manipulación perceptible de los colores.	Objetos estáticos: hamburguesa	Inicio del reportaje	No se presentan elementos	Supresión: Más allá de las manos y la hamburguesa, la imagen no está focalizada por lo que no existe un fondo que ayude a contextualizar más, por ejemplo, el título corresponde a la pregunta: <i>Oxitocina: ¿nueva arma contra la obesidad?</i> ni si quiera se aprecia que la persona sea obesa.	No se presentan elementos	No se presentan elementos	Es una imagen con pocos elementos persuasivos, que analizándose estrictamente, ni si quiera tiene relación con el título y contenido del discurso. Se muestra una hamburguesa, como alusión a la obesidad, pero no hay ninguna mención sobre si las hamburguesas tienen relación con este padecimiento o bajo que contexto, como las porciones, modo de cocción, etc. De este modo se estaría

											confundiendo al lector, a pesar de que culturalmente este alimento se categorizaría como comida chatarra, se está cayendo en un caso de tergiversación y difamación del alimento.
9	Sin información	<p>Literalmente la imagen se divide en dos partes, una que no contiene ningún elemento, que corresponde al lado inferior izquierdo, y otro que contiene una saturación de objetos, y es el lado superior derecho.</p> <p>Entre este conjunto de objetos, no hay uno que sobresalga más, si no que lo hacen todos en conjunto,</p>	<p>En la parte más baja de la imagen se encuentra un espacio horizontal que no contiene ningún objeto. Está línea se conecta a la izquierda con otra vertical, de modo que ambas se tocan formando así un ángulo recto. Este ángulo conformado por ambas líneas, son la línea principal de la imagen, que le da sustento al punto.</p>	<p>Colores Cálidos: Prácticamente todos los colores de los condimentos son cálidos, pero entre ellos destacan los siguientes:</p> <p>Rojo: en esta imagen el tono rojo, transmite alegría y fiesta, representando de este modo las propiedades de los condimentos.</p> <p>Café: los condimentos están contenidos dentro de recipientes cafés. Es cálido y representa el equilibrio. En algunas ocasiones los condimentos se pierden dentro de éstos por el color de cada uno, sin embargo, logra su cometido en la foto.</p>	<p>Objetos estáticos: jitomates, ajos, chile, sal, botella con aceite y vinagre, limón, pimienta, especia el polvo, chichillo y tenedor.</p>	Inicio del reportaje	No se presentan elementos	<p>Supresión: la imagen puede entenderse con los elementos que se observan. Pese a que varios de ellos están cortados en la parte de arriba:</p> <p>una botella, limón, un envase con pimienta y los cubiertos. Gracias a este corte se crea el equilibrio con la parte vacía, pero deja una sensación de un todo incompleto.</p>	No se presentan elementos	No se presentan elementos	<p>La función de esta imagen es representar algunos condimentos y además transmitir sensaciones positivas de éstos, como alegría y vitalidad, indispensables para la salud.</p>

		<p>por lo tanto, este grupo de especias es el punto de la imagen.</p>		<p>Colores Fríos:</p> <p>Gris: este color comunica estabilidad, es carente de energía y también es neutro. El objetivo de manejar un tono con estas características parece que funciona de modo que los condimentos, famosos por sus tonalidades, puedan resaltar y cobrar protagonismo dentro de la imagen.</p>							
10	Andrew Scrivani	<p>Verduras: El elemento principal de la imagen son las verduras pues son las que ocupan mayor proporción y además están bien enfocadas. Sin embargo, no se puede ver esta uniformidad en todas. Solamente la parte de en medio que está en la zona de</p>	<p>Las verduras están contenidas dentro de un recipiente para hornear que tiene forma cuadrangular. Las líneas verticales del recipiente, le dan sensación de profundidad a la imagen, hasta el punto de que ni siquiera se alcanza a ver el fin. Esta perspectiva le da</p>	<p>Colores Cálidos:</p> <p>Naranja: este color es muy energético y tibio. Es el color natural de las zanahorias.</p> <p>Amarillo: representa la luz y aunque aquí se le ve en un tono demasiado tenue, cumple con su objetivo.</p> <p>Fucsia: este color entra dentro del tono de los rosados. Este color normalmente representa la feminidad, aunque aquí sólo</p>	<p>Objetos estáticos: Verduras, recipiente para hornear.</p>	Inicio del reportaje	No se presentan elementos	<p>Supresión: Se hace presente el elemento de falsa perspectiva y profundidad pues no se ve el final del molde de las verduras. La imagen se entiende perfectamente a pesar de no tener fin. Por otro lado, parece que le ayuda, pues la sensación de</p>	No se presentan elementos	No se presentan elementos	<p>La imagen busca ilustrar lo que el título pregunta: "Is Roasting a Healthy Way to Cook Vegetables? Por lo que se ven claramente vegetales asados. Todos los colores son cálidos y se ve el verde como digno representante de la naturaleza. Es una imagen muy estética, pues es hecha por un fotógrafo</p>

		adelante, es la que se puede apreciar uniformemente. Esta sección de la foto, es decir, la zona delantera del medio de las verduras es el punto.	movimiento a la imagen. Ambas son la línea.	<p>es el tono natural del rábano.</p> <p>Marrón: es un color confortable y dador de equilibrio, se puede encontrar en el fondo de la imagen, sobre donde reposa el molde con verduras.</p> <p>Colores Fríos:</p> <p>Verde: es el color de la naturaleza y evidentemente es imposible no toparse con él, si se está hablando sobre vegetales.</p> <p>Como se puede apreciar, todos los colores de las verduras elegidas para la foto, son colores cálidos. El verde usado en el instrumento y en unas hojas que se aprecian al fondo, hace presente el elemento de la naturaleza.</p>				infinidad le da direccionalidad.			profesional de comida. Crea armonía.
11	Andrew Scrivani	Barra de granola de en medio: Sólo hay un elemento que	El espacio que queda entre las barras, son dos líneas paralelas	<p>Colores Cálidos:</p> <p>Marrón: Es natural que el café sea el único color</p>	Objetos estáticos: Barras de granola.	A la izquierda de los dos primeros	No se presentan elementos	Supresión: De los tres elementos de granola que se	No se presentan elementos	No se presentan elementos	Parece que en la imagen se muestra retratar el objetivo del discurso, que es



		<p>conforma la imagen propiamente y son barras de granola. A pesar de que hay tres, sólo una aparece en su totalidad que es la de en medio. La barra de granola del medio es el punto de la imagen.</p>	<p>verticales, estas le dan movimiento a la imagen. Ambas líneas paralelas, son la línea.</p>	<p>presente, pues el tono natural de la granola. En la imagen se aprecia una granola virginal, sin aditamentos, parece que es con el fin de serle fiel al discurso.</p> <p>Blanco: en este caso es muy neutro. Es el color de fondo.</p>		<p>párrafos del reportaje.</p>		<p>muestran, los dos de la orilla salen cortados y sólo el del medio se muestra en su totalidad. Parece que el corte fue intencional, sin embargo, no por ello la imagen se mal entiende.</p>			<p>transmitir la historia de la granola y tratar de hacer que la gente la coma de la forma más natural posible.</p>
12	Thinkstock	<p>Cuchara con edulcorante: El elemento que se muestra en medio y que le roba protagonismo a la taza de café es la cuchara con edulcorante, pues es lo que se está añadiendo a la virginal taza de americano, por lo tanto, este es el punto de la imagen.</p>	<p>El mango de la cuchara es el único elemento que le da direccionalidad y perspectiva a la imagen, pues es muy plana. Se podría decir que esta es la línea.</p>	<p>Prácticamente hay dos colores neutrales componiendo toda la imagen:</p> <p>Negro: el color natural del café, representa elegancia. También es el fondo plano de la imagen. Este color aporta elegancia.</p> <p>Blanco: es el color de la pureza y de la taza. Una pura taza de café.</p>	<p>Objetos estáticos: Taza, cuchara de metal, azúcar.</p>	<p>Inicio del reportaje</p>	<p>No se presentan elementos</p>	<p>No se presentan elementos</p>	<p>No se presentan elementos</p>	<p>No se presentan elementos</p>	<p>Esta imagen es una representación de un edulcorante siendo usado, en este caso como endulzante del café. Parece que su función es sólo ilustrar pues presenta nulos elementos persuasivos.</p>

13	Science Photo Library	Pastillas de edulcorantes: es el único elemento que existe en la imagen, además está centrado y la mayor proporción se encuentra en el centro de la imagen. Este es el punto.	Hay una pastilla de edulcorante que aparece más posicionada a la izquierda que todas las demás. Hacia la esquina superior derecha, se aprecia otro comprimido que también está alejado del resto. La trayectoria horizontal que se crea de izquierda a derecha gracias al posicionamiento de las pastillas es la línea de la imagen.	Colores Cálidos:  Rosa: el fondo es de este tono y más allá de las connotaciones culturales que contiene, el contraste que hace con los edulcorantes blancos, crea un efecto estético agradable.  Blanco: es el color de los edulcorantes y es un color neutro.	Objetos estáticos: Pastillas	A mitad del reportaje	No se presentan elementos	No se presentan elementos	No se presentan elementos	No se presentan elementos	Esta imagen no contiene elementos persuasivos, por lo que se puede afirmar que su finalidad es ilustrar el reportaje.
				Resumen de reportaje por medio de imágenes: ambas imágenes pertenecen a la misma publicación. Ninguna tiene elementos persuasivos que influyan en su contenido. Parece que el objetivo de ambas es sólo servir de ilustración.							
14	Thinkstock	Azúcar: En la imagen prácticamente sólo aparecen dos elementos que es azúcar en polvo y comprimida en cubos y los recipientes en	La línea es la unión que forman los dos recipientes llenos de azúcar, pues están acomodados en diagonal y le dan movimiento a la imagen.	Colores Cálidos:  Café: en el contexto de esta imagen, este tono lleva a un ambiente otoñal, dado el contraste de los recipientes con el fondo. Es severo pero confortable.	Objetos estáticos: Recipientes, azúcar.	Inicio del reportaje	No se presentan elementos	No se presentan elementos	No se presentan elementos	No se presentan elementos	Es una imagen sin elementos persuasivos que se enfoca en representar al azúcar exclusivamente. Parece que su función es ilustrar.

		donde parte de esta sustancia se encuentra depositada. El punto de la imagen sería el azúcar depositada sobre los moldes, pues se encuentra en el medio y es el único elemento presente.		Blanco: es el color natural del azúcar, en la imagen se usa también como tono de fondo. Transmite un sentimiento de pureza y neutralidad.							
15	Sin información	Hay una inminente separación entre el botón y el ojal, dado que el pantalón no le queda a la persona que lo está portando. Este fenómeno se representa justo en el medio de la imagen y sería el punto.	Es una imagen muy cortada, con pocos elementos, no parece tener una dirección, origen o final, por lo tanto, no hay una línea que la guíe.	Colores Fríos:  Azul: es un tono frío y eso es lo que transmite, frialdad y dado que prácticamente es el único color de la imagen, igualmente tiene un dejo de pesadumbre.	Una persona	Mitad del reportaje	No se presentan elementos	Supresión: Es una imagen sumamente cortada. Es una persona. Sólo se ve una parte que es el área del estómago, la persona no se puede abrochar el pantalón, dado que parece tener sobrepeso.	No se presentan elementos	No se presentan elementos	Esta imagen busca recalcar el elemento del sobrepeso. Su contenido no está relacionado directamente con el título, pero al leer el texto resulta lógica su aparición. Aunque es útil para el fin que se persigue, dada su estética, resulta muy grotesca.
				Resumen de reportaje por medio de Imágenes: tanto la imagen 14 como la 15 pertenecen al mismo contenido periodístico. Parece que la función de ambas es tan sólo ilustrar, las imágenes son planas y hay un gran contraste entre la primera y la segunda, pues en una la estética es impecable mientras que la otra es una foto muy mal lograda.							
16	Sin información	Pizza: Es el elemento que está	A pesar de que la pizza es el punto de la imagen, hay	Colores Cálidos:  Naranja:	Objetos estáticos:	Inicio del reportaje	No se Presentan Elementos	Supresión: La foto no está bien enfocada, el	No se presentan elementos	No se presentan elementos	Parece que el objetivo de esta imagen es ilustrar lo que

		<p>sosteniendo el niño, se localiza en el medio y es el único objeto que está enfocado claramente, por lo tanto, esta imagen es el punto.</p>	<p>otros dos elementos, que junto con esta sobresalen por su posicionamiento. La botella, el recipiente y la pizza forman un triángulo unido por líneas imaginarias. Estas líneas, serían la línea principal de la imagen.</p>	<p>Es un color que simboliza entusiasmo, muy indicado para la botella de agua de un niño de primaria.</p> <p>Rojo: Naturalmente es el color de la pizza, pues el jitomate, que es uno de sus ingredientes principales le da esta tonalidad. Culturalmente se le relaciona con la alegría.</p> <p>Colores Fríos:</p> <p>Azul: Es un color muy frío, refleja limpieza y tranquilidad. Aunque en este caso quizás simplemente coincidió en ser el color de la ropa del niño.</p> <p>Verde: es el fondo de la imagen, aunque contrasta con su origen, pues el verde es un color que evoca a la naturaleza y sólo se pueden apreciar alimentos procesados.</p>	<p>Pizza, botella de plástico, una parte de recipiente para comida.</p> <p>Niño.</p>			<p>único elemento que se ve claramente es el pedazo de pizza sostenido por la mano del niño. A su vez, hay mucha luz que la distorsiona, por lo que incluso hasta es doloroso para la vista.</p> <p>Aun así, se entiende que el propósito es demostrar al niño comiendo la pizza.</p>		<p>comúnmente se encuentra en las loncheras de los niños como desayuno escolar. Se trata de enfatizar principalmente el consumo de la pizza, pues es un alimento chatarra.</p>
--	--	---	--	---	--	--	--	---	--	--

17	Sin información	Lata de refresco: Este objeto está en el centro de la imagen, a pesar de que no se ve el nombre de la marca, es altamente identificable por sus colores.	Los pasteles y el refresco, están colocados en línea de forma horizontal. Son tres puntos que están sumamente juntos, precisamente la proximidad entre los tres, forma la línea principal de la imagen.	<p>Colores Cálidos:</p> <p><b>Rojo:</b> Este color es la insignia de la marca que la lata representa, "Coca cola". Es un color que evoca alegría y pasión, sin embargo, en esta imagen no se percibe esa sensación.</p> <p><b>Café:</b> Está presente en la bolsa y en los pastelitos. Es un color cálido que evoca realismo y realmente es el color natural de esos elementos, pues el pastel parece ser de chocolate y las bolsas de papel son marrones. Pero de nueva cuenta, no logra transmitir esa sensación, quizás es el sentido opaco que tiene la imagen.</p> <p><b>Blanco:</b> es un color neutro y se usa como fondo. Normalmente transmite paz y pureza, pero quizás por la tonalidad de la imagen. Hace que se vea sin vida.</p>	Objetos estáticos: Bolsa de papel, lata de refresco, dos pastelitos.	Mitad del reportaje, ubicada exactamente después del cuarto párrafo.	No se presentan elementos	No se presentan elementos	Supresión: En esta imagen se pueden apreciar muy claramente los elementos mostrados, dos pastelitos y un refresco. Sin embargo, sólo se ve la parte trasera de la lata pues sale volteada, esto con la finalidad de ocultar el nombre del producto y la marca.	No se presentan elementos	Parece que el objetivo de esta imagen es claro: mostrar un lunch desbalanceado. Para eso muestra los pastelitos y un producto cliché del sobre peso que es el refresco.
----	-----------------	--	---	--	---	--	---------------------------	---------------------------	---	---------------------------	---

18	Sin información	Comida dentro de la lonchera. La toma en picado del elemento, hace que la atención de la foto recaiga en el centro y esto es directamente en el conjunto de alimentos depositados dentro de la lonchera. Estos alimentos forman un todo, que es precisamente el conjunto, siendo así el punto de la imagen.	El punto de la imagen son todos los elementos que conforman un conjunto de alimentos. Este conjunto, la cabeza de la niña y el sándwich que está sosteniendo, están muy próximos. La unión de los tres puntos le da estabilidad y dirección a la imagen, está es la línea.	<p>Colores Cálidos:</p> <p>Rosa: A pesar de que sólo está presente en las orillas de la lonchera, el color resalta bastante y le da vida a la imagen. Además de que este es un color que está ligado a la feminidad, lo cual insta a pensar que la persona que está comiendo es una niña.</p> <p>Naranja: El color está ahí dado que es el color natural de la fruta que está dentro de la lonchera, sin embargo, le da entusiasmo a la imagen.</p> <p>Colores Fríos:</p> <p>Azul: es el color de fondo de la mesa, es bastante frío, no le da presencia a la imagen.</p>	Objetos estáticos: Lonchera, uvas, mandarina, sándwich.  Niña	Mitad del reportaje, ubicada después del cuarto párrafo.	No se presentan elementos	Supresión: La imagen se reduce a la comida de la lonchera y a la persona cortada. No se ve la cara de lo que parece ser una niña, tan sólo se ve parte de su cabello.	No se presentan elementos	No se presentan elementos	En esta parte se trata de mostrar otro tipo de alimentos, que eran aquellos lonches saludables, pues se cuenta con frutas, carbohidratos y proteínas. La imagen es perfecta para sólo hacer énfasis en la comida.

19	Sin información	Niña del fondo: Tal vez la niña por sí sola no sobre sale, pues no tiene algo distinto a los demás. Su posición en el medio hace que se convierta en el punto.	Cada uno de los niños que sale en la fotografía es un punto. Los niños están prácticamente formados dentro de la imagen, a pesar de que están sentados. Esta fila forma la línea de la imagen.	<p>Colores Cálidos:</p> <p>Rojo: Es el color del uniforme de los niños. Refleja pasión y fuerza.</p> <p>Amarillo: Es el color de la luz, por lo que no resulta raro que se use como fondo en las paredes de la escuela. Le da vida a la imagen.</p> <p>Colores Fríos:</p> <p>Azul: Curiosamente contrasta con los uniformes de los niños. Su uso aporta tranquilidad a la mente y disipa temores, con estas características, resulta obvio el por qué se usa en un ambiente escolar.</p>	Objetos estáticos: loncheras, vasos, comida.  Siete niños	Final del reportaje	No se presentan elementos	No se presentan elementos	No se presentan elementos	No se presentan elementos	Esta parecería ser una imagen de conclusión, ilustrativa y ocasional. Todos los niños aparecen comiendo. Sobre sale una manzana, aunque no está bien focalizada pues se ve un tanto borrosa, pero tal vez se le invita al lector a quedarse con esa idea: lunch escolar=frutas.
				La imagen ilustra el texto, pues comúnmente, lo que dice el discurso en el texto, se ejemplifica con la imagen. No hay muchos elementos persuasivos obvios y las imágenes no tienen mucha estética, sin embargo, parece cumplir con el objetivo.							