

¿CÓMO LEER RÁPIDO Y COMPRENDERLO TODO?

Lea...

aquí te ayudaremos

Por Lic. Adriana Martínez
y Dr. Miguel Alfonzo

INTRODUCCIÓN

Señales de que eres un analfabeta funcional y no te has dado cuenta

¿Eres capaz de escribir una carta de reclamo atendiendo a su estructura correctamente? ¿Puedes leer un prospecto médico o un manual de instrucciones y enterarte de todo lo que dice? ¿Podrías indicarle a un transeúnte cómo llegar hasta el lugar por el cual te preguntó? ¿Alguna vez has sido rechazado de un empleo por no entender una de las preguntas de la solicitud? Si tienes dificultades para realizar alguna de estas – aparentemente sencillas– tareas; o si, por el contrario, no podrías realizar ninguna de las



Jefa del Dpto de Biblioteca del INHRR. Lic. en Biblioteca (UCV).

El analfabetismo funcional se define como la incapacidad de un individuo de emplear eficientemente sus habilidades de lectura, escritura y cálculo en tareas comunes o cotidianas.

mismas, quizás eres un analfabeto funcional y tú ni lo sospechabas. No te preocupes, no es grave y somos muchos quienes lo sufrimos.

El analfabetismo funcional se define como la incapacidad de un individuo de emplear eficientemente sus habilidades de lectura, escritura y cálculo en tareas comunes o cotidianas, como en las antes mencionadas, o como al escribir un e-mail formal o comprender un artículo extenso en la prensa. Se diferencia del analfabetismo absoluto en cuanto a que éste se caracteriza por la incapacidad total de las habilidades de lecto-escritura. Por otra parte, mientras el analfabetismo absoluto ha estado siempre asociado a la pobreza y a bajos índices de escolarización, el analfabetismo funcional

afecta a países desarrollados en los que la escolarización es total y los sistemas educativos están consolidados.

Se diferencia del analfabetismo absoluto en cuanto a que éste se caracteriza por la incapacidad total de las habilidades de lecto-escritura. Por otra parte, mientras el analfabetismo absoluto ha estado siempre asociado a la pobreza y a bajos índices de escolarización, el analfabetismo funcional afecta a países desarrollados en los que la escolarización es total y los sistemas educativos están consolidados.

En concreto, en un informe de 2013 la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos) alertaba del analfabetismo funcional que adolecen países como España o Italia, en los que los niveles de comprensión lectora o capacidad matemática se sitúan en los últimos puestos entre los países desarrollados, lejos de los primeros puestos que ocupan países como Japón o Finlandia. Es más, en 2015 se calculó que la Unión Europea contaba con hasta 73 millones de analfabetos funcionales adultos y que hasta un 20% de los menores de 15 años no contaban con las capacidades de lectura y escritura básicas.

Uno de los retos a los que se enfrenta cualquier sistema educativo en la actualidad es el de las nuevas tecnologías. La preferencia por el audiovisual frente a la información impresa es, de hecho, uno de los focos de origen del analfabetismo funcional. La televisión o los contenidos multimedia de la computadora ganan frente a los densos y extensos textos escritos. Aún con excepciones, la serie Game of Thrones vence ante la colección de libros que la inspiró. El ingente consumo de contenidos a través del celular, así como las nuevas formas de comunicación surgidas gracias a

la aparición de aplicaciones para el propio teléfono, son otra vertiente del problema cuyas implicaciones conocemos todos aquellos que nos comunicamos vía e-mail o WhatsApp.

La solución pasa por desestigmatizar el analfabetismo funcional y no responsabilizar completamente al individuo. El problema es social, colectivo, y por lo tanto la solución debe ser política. Así, los sistemas educativos, sean del país que sean, deberían adoptar en sus planes las nuevas herramientas de comunicación y educar a través de las mismas. Por otro lado, cabría pensar en que estos mismos sistemas deberían hacer mayor hincapié en la preparación cívica de sus alumnos. No basta con enseñar a leer, escribir o calcular, sino que hay que educar en la dimensión funcional de estas habilidades como herramientas críticas de sociabilización. No es cuestión de fabricar seres que sepan leer libros, sino humanos que puedan comprenderlos y compartir el conocimiento aprehendido. Y donde dice "libros" puede referirse a cualquier texto impreso, incluso en formato digital, esencial en el proceso de formación de ciudadanos libres y formados.

Asimismo, el analfabetismo funcional trae consigo otros tipos de carencias cognitivas igual de alarmantes: el analfabetismo cultural y el analfabetismo moral. El primero hace referencia a la falta de conocimientos derivada del analfabetismo funcional, mientras que la segunda se refiere a la falta de criterios morales derivada, también, del nulo desarrollo de nuestras habilidades cognitivas de comunicación y comprensión. Siguiendo con el hilo argumental, no tiene sentido formar alumnos y alumnas que sabiendo leer, escribir o calcular, no puedan desarrollar su vida como sujetos conocedores de su propio entorno, capaces de almacenar, descifrar y compartir el conocimiento, o simplemente tomar decisiones de corte moral que afecten a su círculo más próximo y, por supuesto, a sí mismos.

LA LECTURA RÁPIDA, UNA HERRAMIENTA PODEROSA QUE DESDE JOVEN SE PUEDE APRENDER

Leer es aprender, avanzar, es el medio para crecer a nivel intelectual y ampliar nuestras propias fronteras, explorando nuevos mundos que se abren a cada página que leemos. Por otro lado, es uno de



los hobbies más asequibles y duraderos. Entendemos que la lectura es una de las aficiones más frecuentes y es un pasatiempo para todas las edades por lo que es un hábito que debemos cultivar.

Desde que se nos enseña a leer estamos adquiriendo conocimientos, cuando se es niño y se aprende el a, b, c, y se

empieza a formar las palabras con las letras del abecedario, se comienza esa exploración de las palabras, las sílabas a medida que se va creciendo y avanzando en los diferentes niveles de estudios. Debemos saber que hay diferentes tipos de lectores y métodos de lecturas y que es necesario conocer para definir qué tipo de lector nos gustaría ser.

En nuestra rutina de clases leemos ya no tanto por placer, sino por obligación, es cuando por salir del paso nos gustaría leer tres libros en cinco minutos, pero nuestro cerebro no funciona así, aunque si se puede adiestrar para leer más rápido y para que se entienda lo que se lee, debemos entender que el leer muy rápido y no entender nada, al final es como si no supiéramos leer. Lo ideal sería poder leer tan deprisa como surge el pensamiento, pero nuestros ojos son muchos más lentos leyendo de lo que es el cerebro procesando esa información, por lo que acaba distrayéndose; les explicamos porque: Cuando leemos nuestros ojos no siguen el texto de una manera continuada, sino que se hacen saltos y haciendo pausas, también se detienen en puntos de fijación en los que se leen bloques de significado, que pueden ser una palabra, un grupo de palabras o una frase entera, y tenemos que entender que cuantos más puntos de fijación se hagan más lenta será la lectura y por lo tanto la comprensión del texto será peor; El "truco", por tanto, es entrenar a los ojos para que realicen movimientos más fluidos al leer, una mayor velocidad de lectura se asocia a una mejor comprensión lectora,

En tal sentido, **Juan Guerrero** representante en España del método **Progentis** un método para mejorar la comprensión lectora que incluye técnicas para que los estudiantes sobre todo aprendan a leer más rápido, explica sobre esa velocidad lenta de lectura que: *"Normalmente el lector lento, el que lee a razón de 150 a 200 palabras por minuto, aproximadamente, o bien lee de viva voz los vocablos, o bien lo va haciendo mentalmente durante el curso de su lectura, tiene un mal hábito de lectura que dificulta en extremo las cosas: por una parte, disminuye la velocidad lectora, con la consecuente pérdida de tiempo, y por otra, asegura una mala comprensión del pensamiento que se expresa en el texto, ya que la lectura lenta, "palabra por palabra", rompe el pensamiento en pequeños trozos, lo cual hace imposible, o en extremo difícil, captarlo globalmente en su fluido devenir"*.

También es importante entender que vivimos en la era de la sociedad del conocimiento, una sociedad inmersa en tecnología y contenido digital, donde el acceso al conocimiento es universal y la comunicación escrita digital es inmediata y sin fronteras. Todo esto está abriendo una brecha

en el aprendizaje, la velocidad a la que debo aprender se está separando exponencialmente de la velocidad a la que puedo aprender. Internet ha ampliado esa brecha cada vez más, y si un profesional quiere seguir formándose y manteniéndose al día con las novedades de su trabajo, no le queda más remedio que buscar y leer mucha información. En tal sentido Guerrero señala que *“la habilidad de la lectura se desarrolla a lo largo de la educación primaria, alcanzado su madurez en esta etapa (10 - 11 años aproximadamente) ya que, usualmente, la técnica de lectura no se perfecciona más. El adulto aumenta su vocabulario y la comprensión de temas más complejos, pero no así la cantidad de información que puede leer. Ahora bien, la cantidad de información que una persona debe leer, para su desarrollo profesional y personal, sí aumenta a lo largo de toda la vida. Esta brecha entre lo que puedo y debo leer motiva déficit de aprendizaje”*.

El informe **PISA**, que evalúa la competencia de los estudiantes en diversos ámbitos a nivel internacional, incluyó por primera vez en 2009 la lectura digital, o lo que es lo mismo, la lectura en internet (que incluye la navegación por sus páginas y el manejo de hipervínculos) y de textos electrónicos. En 2012, el informe determinó que, en general, *“el rendimiento de los alumnos en lectura digital está estrechamente relacionado con el rendimiento en lectura impresa”*, y concluyó que *“podría aprovecharse el interés y las habilidades de los alumnos en lectura digital para iniciar un ‘círculo virtuoso’ a través del cual una lectura más frecuente de textos digitales se tradujera en mejores resultados en lectura, lo que a su vez daría lugar a un mayor disfrute de la lectura y también a mejores resultados en lectura impresa”*.

Debido a lo antes expuesto y para ayudarles a adquirir una forma de lectura que les va hacer de mucho provecho, les dejaré

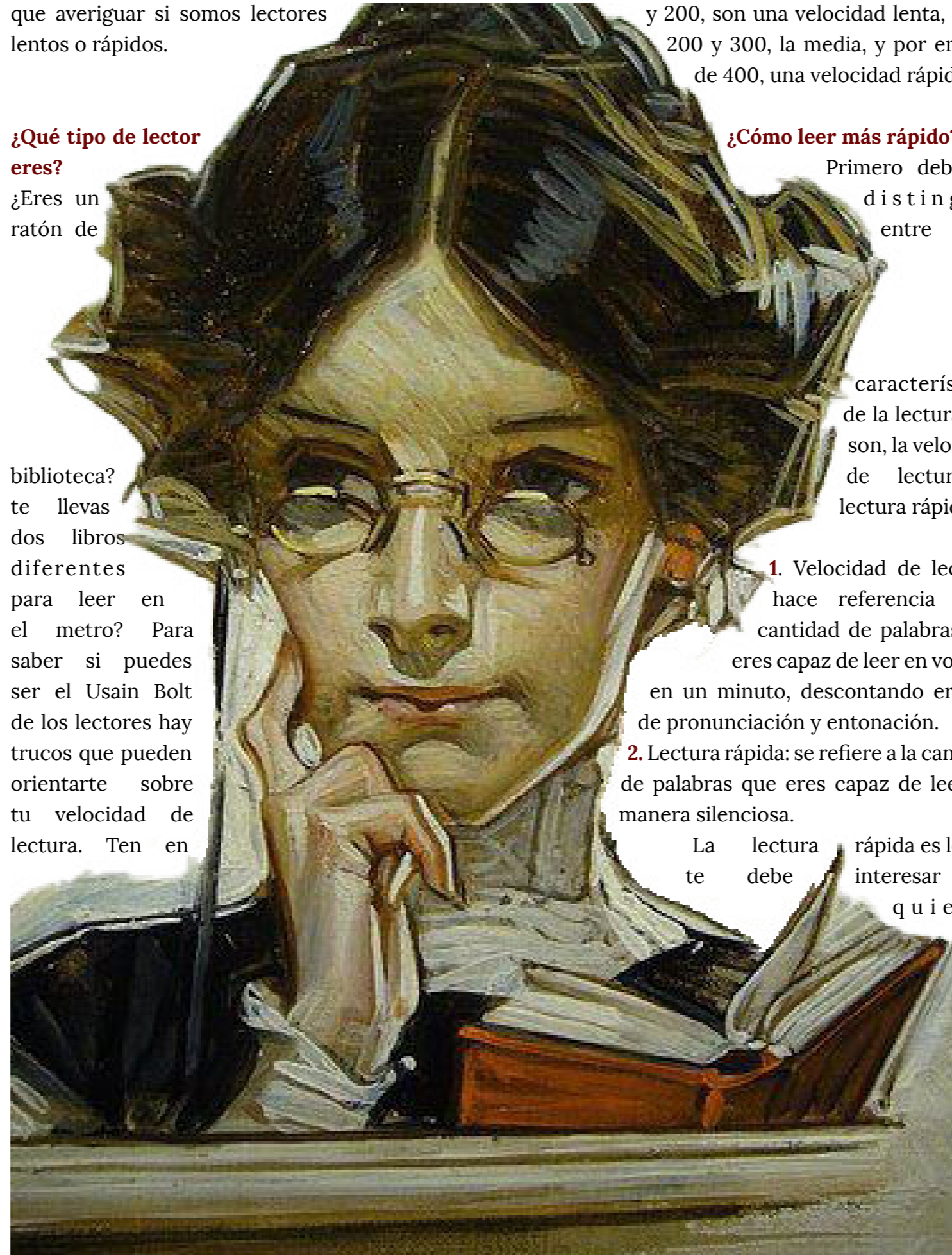
unos tips sobre cómo podemos leer con más celeridad, pero antes tendremos que averiguar si somos lectores lentos o rápidos.

¿Qué tipo de lector eres?

¿Eres un ratón de

biblioteca?

te llevas dos libros diferentes para leer en el metro? Para saber si puedes ser el Usain Bolt de los lectores hay trucos que pueden orientarte sobre tu velocidad de lectura. Ten en



cuenta los siguientes datos de las palabras que puedes leer por minutos: si están entre 100 y 200, son una velocidad lenta, entre 200 y 300, la media, y por encima de 400, una velocidad rápida.

¿Cómo leer más rápido?

Primero debemos distinguir entre dos

características de la lectura que son, la velocidad de lectura y lectura rápida.

1. Velocidad de lectura: hace referencia a la cantidad de palabras que eres capaz de leer en voz alta en un minuto, descontando errores de pronunciación y entonación.
2. Lectura rápida: se refiere a la cantidad de palabras que eres capaz de leer, de manera silenciosa.

La lectura rápida es lo que te debe interesar si quieres

aprender más y leer más rápido. Es una colección de métodos enfocados en aumentar considerablemente la velocidad media de lectura sin sacrificar la comprensión lectora ni de la receptividad ya que esta información se queda luego de leer.

Para ello, debes:

Entrenar tu campo visual

Cuando lees el ojo va dando saltos entre las palabras en lugar de avanzar de forma lineal. Mira una palabra en el centro de este párrafo. Sin desviar el ojo, intenta leer las palabras que están alrededor. La cantidad de palabras que alcanzas a ver es tu campo visual y debes entrenarlo.

Ampliar tu vocabulario

Aprende palabras nuevas, este es un trabajo que se va desarrollando durante la misma lectura, cada vez que veas una palabra rara o que no conoces, detente para buscar su significado y anótalo en el margen de la hoja o en tu celular. De esta forma, irás ampliando tu vocabulario.

Esto es importante ya que cuando el ojo y el cerebro detectan una palabra que no conocen, se detienen y ahí perderás valioso tiempo. Además, esto aumentará tu nivel de comprensión lectora.

Realizar lecturas críticas

Es el análisis profundo de lo que se lee, no sólo debes entender el tema, sino investigar el contexto del autor, la situación histórica que rodea al libro y su historia, todo esto para llegar a nuevas conclusiones o inferencias. Este análisis profundo se hace para encontrar conclusiones no explícitas que te conducen a nuevos resultados, también llamados inferencias. Las inferencias son un razonamiento en el que se extraen conclusiones no explicadas dentro del texto,



conduciéndote así a un nuevo resultado.

Practicar

Practica la lectura durante tres o cuatro semanas intentando mejorar comprensión, rapidez y aumentar el campo visual durante 15 a 30 minutos cada día. Cada semana, cronométrate leyendo un capítulo de uno de

tus libros y mide el número de páginas por hora que puedes leer.

No cometer estos errores comunes

El defecto más generalizado al que se enfrentan los lectores más jóvenes en la denominada lectura rápida es un excesivo

análisis de las palabras o la lectura palabra por palabra. A veces esta costumbre se acompaña por movimientos de labios y de boca. Otras veces, se sigue con el dedo las palabras que se van leyendo.

La habilidad y el hábito de la lectura es una gran herramienta durante la época de estudiante, te ayudará a ahorrar tiempo de estudio y, utilizando una técnica adecuada, aumentará tu comprensión lectora.

REFERENCIAS

<https://lecturaagil.com/2-simples-tecnicas-lectura-rapida/>

<https://blog.ipler.com/lectura-rapida-conoce-como-hacerlo-y-los-beneficios-que-te-brinda.>

<https://blog.ipler.edu.co/como-leer-mas-rapido-tecnicas-lectura-rapida>

<https://blog.ipler.com/lectura-rapida-como-leer-320-palabras-por-minuto>

https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2018-04-09/leer-rapido-metodo-tim-ferriss_1544793/

<https://culturacolectiva.com/estilo-de-vida/senales-de-analfabetismo-funcional>

Otros Tips.

Además, ten presente lo siguiente que también te ayudará a ser un lector rápido, ya sea leyendo el periódico o un libro para la universidad, leer rápido es una habilidad que nos permite ahorrar tiempo. Para poder lograr aumentar la velocidad de nuestra lectura y comprender el contenido.

1. Primero lee el texto por encima. Revisa el documento, cómo está estructurado, cuántos párrafos tiene y si tiene otros elementos como gráficos o fotografías. Así te familiarizas con la forma del texto y cuando lo lees por segunda vez, lo harás más rápido.

2. Evita repetir las palabras. Leemos más lento cuando repetimos las palabras que leemos. Para eliminar este hábito puedes escuchar algo de música instrumental.

3. Lee bloques y no palabras. No es necesario leer la oración completa para comprenderla. El cerebro es capaz de llenar los vacíos. No te detengas en cada palabra que lees puesto que esto tomará mucho más tiempo.

4. Marca el ritmo. Usa un objeto como un lapicero para poder establecer la velocidad de lectura.

5. No releas. Termina el texto por completo y no te pares a releer cuando no entiendas una oración o frase. Por lo general, más adelante se engloba la idea general que nos explica aquello que no comprendíamos.

6. Mide cuántas palabras puedes leer por minuto. Trata de vencer poco a poco esa marca y pronto leerás rápido sin problemas.

7. Usa un marcador como guía, tu dedo o un lápiz.

8. Trata de captar la información cada vez más rápido. Empezando con una palabra y aumentando progresivamente la velocidad.

Como has podido leer Existen múltiples técnicas de lectura rápida que te ayudarán a aumentar tu velocidad al leer cualquier tipo de texto sin que tu comprensión o tu capacidad de almacenar información disminuyan. Aprender a leer rápido es todo un desafío, ya que se trata de cambiar los hábitos de toda una vida al momento de leer, pero no te preocupes, estas estrategias de lectura rápida son muy efectivas y harán que este proceso sea mucho más práctico y fácil