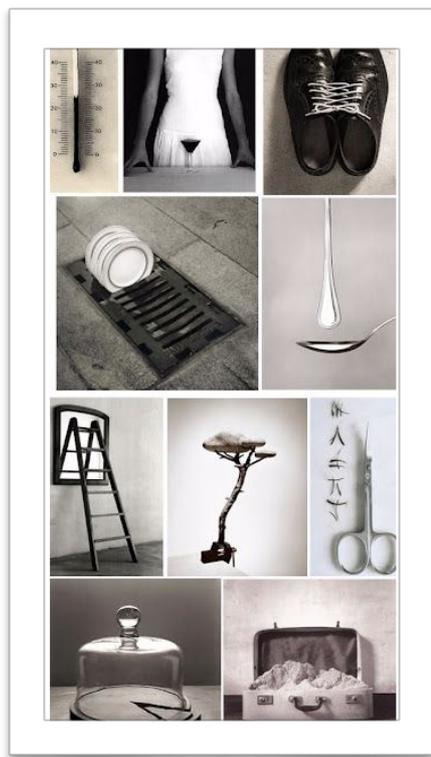


¿QUÉ ES UN LA IDEA CENTRAL DE UN TEXTO?

El tema de un texto es una frase capaz de expresar su significado completo, esto es, una exposición muy breve de su idea principal, en torno a la cual pueden distribuirse algunas otras ideas secundarias.



¿CÓMO REDACTAR BIEN EL TEMA O IDEA CENTRAL DE UN TEXTO?

PASO PRIMERO: DELIMITAR EL TEMA DEL TEXTO

“EL TEMA DE UN TEXTO ES EL RESUMEN DEL RESUMEN”

Esta puede ser una manera práctica de delimitar el tema o idea central. Se trata de prescindir de todos los detalles que contiene el resumen y quedarse únicamente con la idea principal. Podríamos ir avanzando si tratamos de dar respuesta a estas **dos preguntas**:

¿Qué he entendido en las líneas?

¿Qué es, en esencia, lo que el texto “me dice”? ¿Cuál es la idea central, la que de ningún modo podría eliminar sin perder el sentido del conjunto?

¿Qué he leído entre líneas?

¿Qué es lo que el/a autor/a “me quiere decir”? Quizá no esté explícito en el texto, pero entiendo que ese es, en definitiva, el mensaje importante, clave, que se pretende comunicar. Lo he leído “entre líneas”.

Las respuestas a estas dos preguntas (que pueden coincidir en algunas ocasiones) nos proporcionarán la clave.

PASO SEGUNDO: ESCRIBIR LA IDEA CENTRAL/TEMA DEL TEXTO

“SEGUIREMOS LA REGLA DE LAS 3C”

3C: Procuraremos expresar nuestra idea central de modo Conciso, Claro y Concreto:

- * **Conciso** (breve, en pocas palabras, en forma de sintagma nominal (*))
- * **Claro** (cualquier persona que lo lea debería saber “de qué trata el texto”)
- * **Concreto** (debe referirse a “este texto en particular” y no a otro cualquiera que trate temas semejantes)

(*) Un sintagma es un conjunto de palabras que transmiten una idea pero no forman una oración con sentido completo. En el caso de un sintagma nominal, lo que expresa es un concepto, un tema, una idea más o menos concreta.

Veámoslo a través de un ejemplo:

Trabajaremos con este texto:

Hacer ejercicio con regularidad ayuda a perder peso, relaja tensiones y previene enfermedades. Media hora de gimnasia, realizada cinco veces por semana, supone un cambio de vida que merece la pena experimentar. Entre sus múltiples ventajas está el hecho de que aumenta las defensas naturales, previene la osteoporosis, retrasa la artrosis, moldea el cuerpo y controla el peso. También elimina el cansancio, relaja las tensiones, libera del estrés y produce sustancias naturales que ayudan a sentir euforia, alegría y optimismo.

¿Qué dice el texto? ¿Qué quiere comunicar?

Después de leer con detenimiento el texto y prestar atención a su estructura (he subrayado algunas partes que me ayudan a ver las ideas principales), podríamos decir que el texto trata de... **que hacer ejercicio con regularidad, es bueno para la salud y tiene muchas ventajas.**

¿Cómo lo redacto?

Esta podría ser la idea fundamental, pero le falta un poco de elaboración para que quede perfecta. Tratemos de buscarle un formato más adecuado (un formato de sintagma, que será más breve y personal):

Las ventajas y bondades del ejercicio físico regular, o Los beneficios del deporte para la salud

¡Cualquiera de estas dos soluciones sería mucho más interesante! ¡Ahí lo tenemos: el tema, bien redactado!