|  |  |
| --- | --- |
|   |  |
| COLEGIO DE BACHILLERES, PLANTEL 5 “SATÉLITE”TALLER DE LECTURA Y REDACCIÓN I INTENCIÓN COMUNICATIVA DE LOS TEXTOS |
| PROFESORA: ALEJANDRA PRIETO VILLALPANDOALUMNO: |

**INSTRUCCIONES**: Anota sobre la línea el tipo de intención comunicativa que se emplea en cada texto.

|  |
| --- |
| TEXTO 1Dormir una hora más reduce un 36% la posibilidad de que los niños sean obesosDormir una hora más reduce un 36% la posibilidad de que los niños sean obesosDormir una hora adicional reduce hasta en un 36% las posibilidades de que los niños padezcan sobrepeso, lo que convierte al sueño en una nueva arma contra la obesidad infantil, según aseguran los expertos del Centro de Investigación Biomédica en Red-Fisopatología de la Obesidad y la Nutrición (CIBERobn).En este sentido, sus estudios han evidenciado que una elevada proporción de niños obesos presenta una disminución en las horas de sueño, ya sea por pasar muchas horas delante del televisor, ordenador o videoconsola, como por presentar algún trastorno como apnea, insomnio, ronquidos o sonambulismo.Según explican los especialistas, la obesidad infantil es un problema "de primer orden" que mantiene ocupada a la comunidad médico-científica en la búsqueda de soluciones. No obstante, se ha demostrado que los niños que duermen bien tienen menos incidencia de obesidad y ocho horas no son, a su juicio, "suficientes para un sueño reparador"."La situación ha empeorado en los últimos años", alertan, realidad que tiene un reflejo directo en las estadísticas, pues entre el 25% y el 30% de los niños padece algún trastorno del sueño en la actualidad.Por ello, entre las medidas de 'higiene del sueño', recomiendan que los adultos duerman de seis a ocho diarias y los niños hasta diez. Además, recuerdan que es importante no disponer de televisor dentro de la habitación ni leer en la cama o ver películas o programas que estimulen la actividad cerebral por lo menos una hora antes de acostarse. **El 10% de la población padece ronquidos y apnea**En conjunto, alrededor del 10% de la población mundial padece ronquidos y apnea, y en países con altos índices de población con exceso de peso, como México, esa cifra sube al 15%. Este dato revela, según los expertos, la relación directa que existe entre obesidad y los trastornos del sueño.Existe una explicación química al hecho de cómo se comporta el organismo durante el sueño, al parecer la falta de éste influye en varias de las hormonas que regulan el apetito. Así, por ejemplo, se aumenta la producción de ghrelina (la que aumenta las ganas de comer) y disminuye la de leptina (la que suprime el hambre), lo que hace que la gente coma más.     Según un reciente estudio de la Universidad de Stanford (Reino Unido), las personas que duermen menos de cinco horas, comparado con aquellas que duermen ocho, producen mayores niveles de grelina y descenso en los de leptina, lo que acaba provocando una sobrealimentación y, en último término, una notable ganancia de peso. |
| **TEXTO 2**http://t1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRDIsLIRkNrz-G7SHJVQSlyTElXSQ6FV7w0to60WpTIhKSOBDGf |
| **TEXTO 3****http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTbsIOFT_Hl63qXVuXRk1s94lVDyAoiKR6iX7OJ6keFlleXIAC2Bw** |