

BLOQUE 1 · ENTENDER EL TEXTO

El tema

¿De qué va el texto? En una línea.

Un amigo te pregunta: **«¿De qué iba el texto del examen?»**. No le recitas el texto entero ni le cuentas tu vida: se lo dices en **una línea**. Eso que le dices es el **tema**.

LA DEFINICIÓN

El tema es la idea central del texto, dicha en una frase breve, objetiva y sin verbo.

Se escribe como un sintagma nominal (SN): un sustantivo de núcleo y sus complementos.



El tema es la etiqueta del táper

La etiqueta no te cuenta la receta ni te dice si están ricas: te dice **qué hay dentro**. El tema hace lo mismo con el texto.

La fórmula secreta

ASUNTO
¿De qué habla?
el móvil

+

ENFOQUE
¿Qué aspecto?
cómo afecta a la atención en clase

=

TEMA
La influencia del móvil en la atención en clase

Otro: el turismo + lo que provoca en los barrios = **Los efectos del turismo masivo en los barrios**.

OJO: el tema dice **de qué** habla el texto, no **lo que opina** el autor. Lo que opina es la **tesis**, y la vemos en el vídeo 2.

Cómo es un buen tema

Cinco rasgos. Si cumple los cinco, tienes el 0,5 en el bolsillo.

1 Breve
Una línea, entre 5 y 10 palabras más o menos. Nunca un párrafo.

2 Nominal
Un SN: empieza por un sustantivo y **no lleva verbo conjugado**.

3 Objetivo
Sin opinión: ni la del autor ni la tuya. Nada de *terrible*, *por culpa de*...

4 Preciso
Ni tan general que valga para mil textos, ni tan concreto que hable de un detalle.

5 Con tus palabras
No copies una oración del texto. Los correctores lo notan y lo penalizan.

El zoom: ni lejos, ni pegado

🔭 **Muy lejos**	**«La tecnología»**	Vale para mil textos. No dice nada.
🎯 **Justo**	**«La dependencia del móvil en la adolescencia»**	**Cubre todo el texto. ¡Este!**
🔬 **Muy pegado**	**«Las 150 veces al día que Lucía mira el móvil»**	Es un ejemplo del texto, no su idea.

EL MOLDE (CÓPIALO Y RELLÉNALO)

Sustantivo abstracto + **de / en / entre / como** + **asunto** + **lo que lo concreta**

- La **pérdida** de vocabulario entre los jóvenes
- La **relación** entre el deporte y el bienestar emocional
- Las **consecuencias** del turismo masivo en los barrios
- La **lectura** como refugio en la era de las pantallas

Qué NO es el tema

Los 6 errores que más puntos restan. Todos sobre el mismo texto: uno sobre el móvil en clase.

1 Un título o una palabra suelta

× *«El móvil»*

Demasiado general: vale para mil textos.

2 Una oración con verbo (minirresumen)

× *«El autor dice que los alumnos miran el móvil y no atienden»*

Eso empieza a ser un resumen, no un tema.

3 La tesis (la opinión del autor)

× *«Los móviles deberían prohibirse en clase»*

Eso es lo que **piensa** el autor, no **de qué** habla.

4 Un ejemplo o un dato del texto

× *«El alumno que recibió 40 notificaciones en una hora»*

Demasiado concreto: es un apoyo, no la idea.

5 Una oración copiada del texto

× *«Vivimos pegados a una pantalla»*

Copiar literalmente resta. Usa tus palabras.

6 Tu opinión o palabras valorativas

× *«La horrible adicción al móvil»*

Horrible es tu juicio. El tema es objetivo.

✓ **La influencia del móvil en la atención de los alumnos en clase**

TRUCO: la **prueba del sí / no**. Si alguien puede contestarte «estoy de acuerdo» o «no estoy de acuerdo», no has escrito el tema: has escrito la **tesis**.

LO QUE PIDE EL EXAMEN
Tema: 1 línea.

LO QUE ESCRIBE MEDIO GRUPO
Tema: media cara del folio.

OJO: evita las muletillas *«El texto habla de…»* o *«El tema es que…»*. Ese **que** te mete un verbo detrás y conviertes el tema en una oración.

Cómo sacar el tema en 4 pasos

Un método. Sirve para cualquier texto: columna, artículo, ensayo o editorial.

1 Lee entero y busca las pistas

Fíjate en el título, en el primer párrafo y en el último: ahí suele asomar la idea central. Pero cuidado: en las columnas el título puede ser una metáfora o un juego de palabras.

2 Caza las palabras clave

Subraya las que se repiten y, de otro color, sus sinónimos y palabras de la misma familia o del mismo campo. Si una palabra aparece una y otra vez, ese es el asunto.

3 Aparta el «relleno»

Tacha mentalmente *anécdotas, ejemplos, datos y citas*. Apoyan la idea, pero no son la idea. Si los quitas, el texto sigue diciendo lo mismo.

4 Pregúntate dos cosas y usa el molde

¿De qué habla? (asunto) y **¿qué aspecto le interesa?** (enfoque). Júntalo con el molde: sustantivo abstracto + de/en/como + asunto.

ANTES DE ENTREGARLO: LAS 4 PRUEBAS

- ☐ **Prueba del paraguas.** ¿Cubre todo el texto, no solo un párrafo?
- ☐ **Prueba del sí / no.** ¿Nadie puede estar «de acuerdo» o «en contra»? Bien: no es la tesis.
- ☐ **Prueba del sustantivo.** ¿Empieza por un sustantivo y no lleva verbo conjugado?
- ☐ **Prueba del amigo.** ¿Alguien que no ha leído el texto sabría de qué va?

TRUCO: ¿te atascas? En el **borrador** escribe: «Este texto habla de ___ y, en concreto, de ___». Luego borra el «habla de» y quédate con los sustantivos. Ese es tu tema.

LOS COLORES QUE VAS A USAR EN LOS EJEMPLOS

título / pistas · palabra clave que se repite · su campo (sinónimos, familia) · el enfoque (qué aspecto) · *anécdotas y ejemplos* · opinión del autor (tesis)

Ejemplo 1 · El método en acción

Texto de práctica escrito al estilo de una columna PAU.

título / pistas · palabra clave que se repite · su campo (sinónimos, familia) · el enfoque (qué aspecto) · *anécdotas y ejemplos* · opinión del autor (tesis)

Elogio del aburrimiento

Hace unos días, en la sala de espera del dentista, conté once personas. Las once miraban una pantalla. Nadie hojeaba una revista, nadie miraba por la ventana, nadie se aburría. Y pensé que quizá estamos perdiendo algo valioso sin darnos cuenta: el aburrimiento.

Durante siglos, aburrirse fue inevitable. *Los niños inventaban juegos con un palo y una caja; los adultos dejaban volar la mente mientras esperaban el autobús.* En esos ratos vacíos nacían las ocurrencias, los proyectos, las preguntas. Hoy, en cambio, cualquier minuto muerto se rellena con un vídeo, una notificación o un mensaje. El móvil nos ofrece entretenimiento infinito, y lo aceptamos sin pensar.

Muchos escritores y científicos cuentan que sus mejores ideas les llegaron paseando o en la ducha, es decir, en momentos en los que no hacían nada.

Por eso, deberíamos defender esos momentos de vacío. Aburrirse no es perder el tiempo: es dejar sitio para que aparezca algo nuevo. La próxima vez que esperes el autobús, guarda el móvil. Puede que se te ocurra algo.

Pasos 1 y 2 · Asunto

aburrimiento sale **5 veces** (con *aburrirse*, *se aburría*) y su campo, otras 4: ratos vacíos, minuto muerto…

Paso 3 · Relleno

La sala del dentista, el palo y la caja, los escritores en la ducha: *ejemplos*. Sin ellos, la idea sigue en pie.

Paso 4 · Enfoque

¿Qué le interesa del aburrimiento? Que lo **estamos perdiendo** por el móvil y que sirve para crear.

✕ «El aburrimiento» → **muy general**.

✕ «La sala de espera del dentista» → **es la anécdota**.

✕ «Aburrirse es necesario para crear» → **es la tesis**.

✕ «El texto dice que ya no nos aburrimos» → **oración con verbo**.

✓ **El valor creativo del aburrimiento, amenazado por las pantallas**

Ejemplo 2 · Cuidado con el título

Aquí el título es una metáfora y el texto empieza con una historia. Dos trampas.

Ciudades escaparate

La panadería de Rosa cerró en marzo, después de cuarenta años. No le faltaban clientes: le faltaban vecinos. El edificio de enfrente se había convertido en apartamentos turísticos, y el local ahora vende helados y camisetas con el nombre de la ciudad.

Lo de Rosa no es una excepción. En muchos barrios céntricos, los pisos de alquiler se transforman en alojamientos para visitantes, los precios se disparan y quienes vivían allí de toda la vida tienen que marcharse a la periferia. Con ellos desaparecen la ferretería, el mercado, la escuela del barrio. Las calles se llenan de maletas con ruedas, pero se vacían de vida cotidiana.

Nadie discute que el turismo trae dinero y empleo. Pero una ciudad no es un parque temático. Cuando el centro se convierte en un escaparate para los que llegan, pierde a los que lo habitaban y, con ellos, su alma. Sin vecinos, las ciudades son decorados bonitos y vacíos.

Trampa 1: el título

«Ciudades escaparate» es una **metáfora**. Es bonita, pero no explica nada. Si la copias como tema, no te la dan por buena.

Trampa 2: la historia

El texto empieza con *Rosa y su panadería*. Es un **ejemplo**. La idea general llega después: «Lo de Rosa no es una excepción».

Asunto: el turismo (apartamentos turísticos, visitantes, maletas…). **Enfoque**: la marcha de los vecinos del centro (marcharse, desaparecen, se vacían, pierde).

✗ «El cierre de la panadería de Rosa» → **la anécdota**.

✗ «Ciudades escaparate» → **copia el título**.

✗ «El turismo trae dinero y empleo» → **idea secundaria**: no pasa la prueba del paraguas.

✗ «El turismo destruye el alma de las ciudades» → **la tesis**.

✓ **La expulsión de los vecinos de los centros urbanos por el turismo masivo**

También vale: **Los efectos del turismo masivo en la vida de los barrios**. Hay más de un tema correcto; lo que no puede faltar es el asunto y el enfoque.

Así lo piden y lo corrigen en la PAU

Cada comunidad lo pregunta de forma distinta, pero todas corrigen igual.

COMUNIDAD	CÓMO LO PIDEN	CUÁNTO VALE
Madrid	«Enuncie el tema del texto». En una o dos líneas como máximo y con tus palabras.	0,5 (de los 2 del comentario)
Castilla y León	Dentro del resumen: «indique el tema, la tesis y las ideas principales».	1 (todo el resumen)
Aragón	«Determine el tema del texto y la opinión manifestada por su autor/a».	1 (tema + opinión)
Andalucía	No lo pide aparte: «Identifique las ideas del texto, exponga [...] su organización e indique [...] su estructura».	1,5 (ideas, organización y estructura)
Extremadura y Galicia	Resumen (Galicia permite esquema, con enunciados nominales).	1

Aunque no te lo pidan con ese nombre, **necesitas el tema**: es la base del resumen, de las ideas, de la estructura y de tu texto argumentativo.

TEMAS REALES DADOS POR LOS CORRECTORES · MADRID, CURSO 2025-2026

Javier Gomá, «¿Cómo te gustaría ser recordado?» (*El Mundo*, 11/10/2025)
→ La **vida** intachable como modelo para el futuro

Lola Pons, *El español es un mundo* (2022)
→ El **periodismo** como escuela del lenguaje

Fíjate: 6 y 8 palabras, empiezan por sustantivo, sin verbo, sin opinión y con la estructura «X como Y».

✓ Lo que dan por bueno

- Un SN conciso: 1–2 líneas
- La idea central de todo el texto
- Con tus palabras
- Objetivo, sin valoraciones

× Lo que penalizan

- Limitarse a poner un título
- Convertirlo en un minirresumen
- Copiar frases del texto
- Meter tu opinión personal

Practica con textos que han caído (temas propuestos por mí, no oficiales)

· Editorial «Tener trabajo y ser pobre» (*El País*, 21/10/2024) · Andalucía, junio 2025 → **La pobreza laboral en España**

· Rocío García Vijande, «Vivir no debería ser tan complicado» (*El País*, 26/01/2025) · Canarias, 2025 → **Las dificultades actuales para lograr una vida estable**

Fuentes: criterios oficiales PAU 2025 y 2025-26 de Madrid (UAM, URJC), Castilla y León (USAL), Aragón (Unizar), Andalucía, Extremadura (UEx) y Galicia (CIUG). Los modelos cambian: comprueba cada curso el de tu comunidad.

Tu caja de herramientas

Las palabras que hacen que un tema suene a 10.

1 · EMPIEZA POR UNO DE ESTOS NÚCLEOS

Importancia	**La importancia de...** · **El valor de...** · **La necesidad de...**
Causa y efecto	**Las causas de...** · **Las consecuencias de...** · **La influencia de... en...**
Cambio	**La evolución de...** · **La transformación de...** · **La pérdida de...**
Relación	**La relación entre... y...** · **El contraste entre...** · **... como...**
Problema	**Los riesgos de...** · **Las dificultades de...**

2 · Nominaliza: convierte el verbo en sustantivo

usar → **el uso**	perder → **la pérdida**	depender → **la dependencia**
cambiar → **el cambio**	crecer → **el crecimiento**	desaparecer → **la desaparición**
aprender → **el aprendizaje**	influir → **la influencia**	aislarse → **el aislamiento**

Los jóvenes **dependen** del móvil → La **dependencia** de los jóvenes del móvil

3 · Cambia esto por esto

× cosas	✓ **aspectos, factores**
× la gente	✓ **la sociedad, la ciudadanía**
× los chavales	✓ **los adolescentes, los jóvenes**
× hoy en día	✓ **en la actualidad**
× lo malo de	✓ **los inconvenientes de**
× usar mucho	✓ **el uso excesivo de**

4 · Cómo escribirlo en el examen

✓ **Tema:** la pérdida de vocabulario entre los jóvenes.

✓ El tema del texto es **la pérdida de vocabulario...**

× El tema es **que** los jóvenes pierden vocabulario.

⚠ **OJO:** si tu comunidad pide el tema **dentro del resumen**, preséntalo con un verbo: «El texto **aborda / analiza / reflexiona sobre** la pérdida de...».

Reto: ¿cuál es el tema?

Elige la opción correcta y explica qué le pasa a las otras. Sin mirar los apuntes.

Texto A

Mi abuela guardaba las cartas de su hermano en una caja de lata. Hoy nadie escribe cartas: enviamos mensajes que se borran solos, hacemos fotos que nunca imprimimos y audios que no volveremos a escuchar. Tenemos más recuerdos que nunca, pero quizá nunca los hemos cuidado menos.

(a) Las cartas de la abuela
(b) La fragilidad de los recuerdos en la era digital
(c) Hoy no cuidamos nuestros recuerdos

Texto B

Ya nadie hace una reunión: hace un «meeting». No vamos a una tienda de saldos, sino a un «outlet». Los anglicismos entran en el español a toda velocidad, sobre todo a través de internet y la publicidad. Algunos desaparecerán pronto; otros se quedarán, como antes se quedaron «fútbol» o «líder».

(a) Los anglicismos
(b) Internet y la publicidad
(c) La rápida entrada de anglicismos en el español actual

Texto C

Lucas llega a casa a las cinco y no termina los deberes hasta las nueve. No le queda tiempo para el deporte, ni para leer por placer, ni para descansar. Unas pocas tareas bien pensadas sirven más que horas de ejercicios repetitivos. Quizá el problema no sea hacer deberes, sino hacer demasiados.

(a) Hay que poner menos deberes
(b) El exceso de deberes escolares y sus consecuencias
(c) Lucas no tiene tiempo para nada

Texto D · Escríbelo tú

Este año el estadio se llenó para ver a la selección femenina. Hace diez años, esos mismos partidos se jugaban casi en secreto, sin cámaras ni patrocinadores. El cambio no ha sido casual: lo han empujado las jugadoras, los clubes y una afición que exigía verlas.

.....

.....

E · Nominaliza y convierte en tema

1. Los bosques **desaparecen**.

.....

2. Los precios **suben**.

.....

3. Los jóvenes **se aíslan**.

.....

Soluciones

Corrígete con otro color y apunta en tu ficha de dudas lo que no entiendas.

Texto A · ✓ b) La fragilidad de los recuerdos en la era digital

a) es la anécdota del principio: **muy concreto**. **c)** lleva verbo y se puede estar de acuerdo o no: es **la tesis**.

Texto B · ✓ c) La rápida entrada de anglicismos en el español actual

a) es un título de una sola palabra: **muy general**. **b)** es un detalle (el cauce por el que llegan): **no pasa la prueba del paraguas**.

Texto C · ✓ b) El exceso de deberes escolares y sus consecuencias

a) es **la tesis** (y lleva verbo). **c)** es **el ejemplo** de Lucas.

Texto D · ✓ Respuestas válidas

- **La creciente visibilidad del fútbol femenino**
- **El auge del fútbol femenino y sus causas**

No valen «El fútbol» (muy general) ni «El estadio lleno» (el ejemplo).

E · Nominalizaciones

1. La **desaparición** de los bosques
2. La **subida** de los precios
3. El **aislamiento** de los jóvenes

LO QUE TIENES QUE LLEVARTE DE ESTE VÍDEO

- **El tema es de qué habla el texto: asunto + enfoque.**
- **Se escribe como un SN: breve, objetivo, sin verbo y con tus palabras.**
- **Ni muy general, ni un ejemplo, ni la tesis, ni el título copiado.**
- **Método: pistas → palabras clave → fuera el relleno → molde → 4 pruebas.**

TRUCO: el siguiente vídeo es **la tesis**: lo que **opina** el autor sobre este tema. Con el tema bien sacado, la tesis sale casi sola.