

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

Nada humano me es ajeno

COLEGIO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

LICENCIATURA EN COMUNICACIÓN Y CULTURA

Alimentación nutritiva y divertida para niños

Radio Pollito: cápsulas radiofónicas

TRABAJO RECEPCIONAL
PARA OBTENER EL TÍTULO EN
COMUNICACIÓN Y CULTURA

PRESENTA
ALEJANDRO MALDONADO ORDUÑA

Directora del trabajo recepcional
Mtra. Leticia Gallegos Duarte

México, D. F. Enero 2015.

SISTEMA BIBLIOTECARIO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO COORDINACIÓN ACADÉMICA

RESTRICCIONES DE USO PARA LAS TESIS DIGITALES

DERECHOS RESERVADOS ©

La presente obra y cada uno de sus elementos está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor; por la Ley de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, así como lo dispuesto por el Estatuto General Orgánico de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México; del mismo modo por lo establecido en el Acuerdo por el cual se aprueba la Norma mediante la que se Modifican, Adicionan y Derogan Diversas Disposiciones del Estatuto Orgánico de la Universidad de la Ciudad de México, aprobado por el Consejo de Gobierno el 29 de enero de 2002, con el objeto de definir las atribuciones de las diferentes unidades que forman la estructura de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México como organismo público autónomo y lo establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Por lo que el uso de su contenido, así como cada una de las partes que lo integran y que están bajo la tutela de la Ley Federal de Derecho de Autor, obliga a quien haga uso de la presente obra a considerar que solo lo realizará si es para fines educativos, académicos, de investigación o informativos y se compromete a citar esta fuente, así como a su autor ó autores. Por lo tanto, queda prohibida su reproducción total o parcial y cualquier uso diferente a los ya mencionados, los cuales serán reclamados por el titular de los derechos y sancionados conforme a la legislación aplicable.

UACM4 TST 700

Agradecimientos

La curiosidad de esta hoja de agradecimientos es que es prácticamente lo último que escribí durante el periodo de la elaboración de mi tesis y lo primero que se va a poder leer. Quiero agradecer a las personas que me han brindado su ayuda para poder dar este paso en mi vida académica. Irma y César, mis padres: que desde el inicio me acompañaron a formarme académicamente y tanto su apoyo como dedicación estuvieron presentes. A César, a Mau y a Pao, mis hermanos: que ya va 1 de 4 a nivel licenciatura, ojalá y si ustedes quieren poder ser 2 de 4, 3 de 4 y finalmente 4 de 4 😊, su compañía es felicidad y la felicidad es lo más grande que hay en el mundo. A Dani, mi novia: que gracias a su apoyo desde que la conocí mis calificaciones han sido de 9 y 10, ojalá la hubiera conocido antes 😊, gracias por su apoyo fundamental en la elaboración, logística, etc., de "Radio Pollito", sin ella hubiera sido muchísimo más difícil. A mi abue Lupita, por sus innumerables bendiciones. A mi familia Maldonado, que a pesar de la distancia siempre los tengo presentes, a mi familia Orduña, por su apoyo y su compañía, a la familia Reyes, por su participación y esfuerzo en "Radio Pollito" y a todos los participantes, vecinos y amigos. A la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, representada por mi directora, Leticia Gallegos: que sin su orden y dedicación, quien sabe cuanto tiempo estaría perdido. A mis lectores: Octavio Serra, que gracias a sus consejos y sugerencias, "Radio Pollito" dio más forma y ganar de escuchar, a Cecilia Thomsen, que me corrigió un sin fin de cosas, a Fernando Casanova, que me puso los pies sobre la tierra y a Ruth Guzik, por su apoyo y tiempo desde Seminario II. Por último quiero agradecerme a mí mismo porque he pasado muchos, muchísimos años en la escuela y por fin puedo darme la satisfacción de titularme y que gracias a mi optimismo pude dar un paso importante en mi formación personal.

Índice

Introducción	5
Objetivo general	
Objetivos específicos	
Público al que va dirigido	
Planteamiento del problema	
1. Investigación documental	10
1.1 Dimensiones de desarrollo de un niño en la segunda infancia	
(7 a 11 años):	10
1.1.1 Erik Erikson	11
1.1.2 Jean Piaget	14
1.1.3 Terry Faw	17
1.1.4 María Montessori	18
1.2 La imaginación, la creatividad, la experimentación, la participación y el juego en la educación del niño	21
1.2.1 La imaginación y la creatividad	21
1.2.2 La experimentación	24
1.2.3 La participación	26
1.2.4 La relación del niño con el juego	27
1.2.5 Ejemplo del modelo de educación Montessori	29
1.3 La alimentación	31
1.3.1 Recorrido histórico de la alimentación en México, del siglo XVI al presente.	31
1.3.2 ¿Qué come un niño de 7 a 11 años en México?	38
1.3.3 Diferencia entre nutrición y alimentación	40

1.3.4 La alimentación nutritiva para un niño de 7 a 11 años	41
1.3.5 Comida chatarra	45
1.3.5.1 La publicidad de la comida chatarra	49
1.3.5.2 Experimentos con la comida chatarra	50
1.3.6 Alimentos transgénicos	52
1.3.7 Trastornos alimenticios	55
1.3.8 Comida vegetariana	59
1.4. Hábitos alimenticios	63
1.4.1 Concepto de <i>Habitus</i> abordado por Aristóteles, Tomas de Aquino y Pierre Bourdieu	63
1.4.2 Recomendación de hábitos alimenticios saludables para niños de 7 a 11 años	68
1.4.3 La importancia de la actividad física en los niños de 7 a 11 años	70
1.5 Hallazgos fundamentales de la investigación para la propuesta de la serie radiofónica	74
1.6 Estado de la cuestión del tema en el medio elegido	78
1.6.1 Programas dirigidos al público infantil	79
1.6.2 Programas dirigidos a un público más amplio incluidos los niños	81
1.6.3 Programas cuyo tema principal es la alimentación	83
1.6.4 Programas que abordan temas de la salud y la alimentación	84
1.6.5 Programas para ofrecer soluciones a enfermedades	87

2. Proceso de producción (bitácora)	91
2.1 Argumentación de las decisiones y estrategias elegidas	91
2.1.2 Título	91
2.1.3 Tema	92
2.1.4 Objetivos específicos	92
2.1.5 Justificación del medio y del formato	93
2.1.6 Secciones	96
2.1.7 Eslogan	99
2.1.8 Logotipo	100
2.1.9 Personajes	101
2.1.9.1 Justificación de las voces de los personajes	106
2.1.10 Audiencia	107
2.1.11 Periodicidad	107
2.1.12 Duración	107
2.1.13 Canales de transmisión	108
2.1.14 Difusión y promoción	112
2.1.15 Empresas con responsabilidad social	112
2.1.16 Equipo humano de producción	111
2.1.17 Créditos	111
2.1.18 Escaleta	117
2.2 Cronología del proceso de producción	118
2.3 Hallazgos fundamentales del proceso de producción	121
3. Guion de la serie radiofónica	128
Fuentes documentales	279

Introducción

El presente trabajo busca contribuir a mejorar los hábitos alimenticios en la población infantil del Distrito Federal y prevenir enfermedades o trastornos alimenticios futuros. Con este fin, se realizará una serie radiofónica dirigida específicamente a los niños entre 7 y 11 años, puesto que la Fundación EROSKI (s, f.) menciona que dicha edad es adecuada para seguir con la formación de nutritivos hábitos alimenticios. Esta serie buscará, además, desarrollar su imaginación, su creatividad y su autonomía.

El presente trabajo se dividirá en los siguientes 3 apartados: 1.- Investigación documental, 2.- Proceso de producción (bitácora) y 3.- Guion de la serie radiofónica, tiene el fin de lograr que la producción de esta serie titulada "Radio Pollito" sea apropiada para el público infantil.

El **Objetivo general** de este trabajo es: investigar las características de la segunda infancia, así como su contexto alimentario, con la finalidad de fundamentar el diseño y la producción de una serie radiofónica que contribuya a mejorar los hábitos alimenticios de los niños entre 7 y 11 años de edad en el Distrito Federal. Los **Objetivos específicos** son los siguientes: establecer las características y necesidades educativas de los niños de 7 a 11 años de edad; mencionar los alimentos que han perdurado a lo largo de la historia de México a partir del siglo XVI y revelar las aportaciones nutricionales de los principales alimentos; mencionar una guía de alimentación para niños de la segunda infancia e indagar las consecuencias de los alimentos chatarra para mostrar los trastornos alimenticios más comunes y enunciar los beneficios que tiene la actividad física después de haber identificado los hábitos alimenticios adecuados para los niños de la segunda infancia; conformar

tanto la duración como las secciones de la serie radiofónica y antropomorfizar a 2 animales para que sean los locutores de "Radio Pollito"; y nombrar con creatividad la creación de los platillos divertidos, así como seleccionar chistes, adivinanzas, mitos, canciones e inventar cuentos y fábulas.

El público al que se dirige la serie radiofónica son los niños de 7 a 11 años de edad (segunda infancia) con un nivel socioeconómico bajo-medio y medio. Y de manera indirecta, también está dirigida a sus mamás.

El primer apartado se constituye por la investigación documental que da sustento a la serie radiofónica. Para alcanzar el objetivo planteado, es necesario conocer las **Dimensiones de desarrollo de un niño en la segunda infancia** por ser el público meta. Así que, se indagará sobre las ideas acerca del tema a Erik Erikson, Jean Piaget, Terry Faw y María Montessori. Se realizará una síntesis para plantear las dimensiones sociales, físicas, intelectuales-cognitivas, emotivas-afectivas y morales de desarrollo de un niño de 7 a 11 años. Para este proyecto, se abordarán dos conceptos fundamentales: **La imaginación y La creatividad**, así como **La relación del niño y el juego**.

También se desarrollará un apartado sobre **La alimentación** para dar un panorama del **Recorrido histórico** sobre las costumbres alimentarias en México desde el siglo XVI. Al llegar al presente siglo, se puede observar que las formas de la alimentación son diferentes; la forma de preparación, los ingredientes y el lugar donde se adquieren los alimentos. Por tanto, es fundamental conocer **Qué come un niño de la segunda infancia** en la actualidad.

Al seguir con el orden de esta investigación, es necesario saber cuál es la **Diferencia entre nutrición y alimentación**, aunque estos conceptos son parecidos, es preciso identificarlos para saber cómo llevar a cabo una **Alimentación nutritiva** en un niño de la segunda infancia.

Una clasificación de los alimentos más consumidos en la población infantil es la **Comida chatarra** o alimentos con poco valor nutricional, por lo que se abordará el papel que juega la **Publicidad** que incita al niño a consumir dichos alimentos. De igual forma, se hará mención de la **Comida transgénica**, que está presente en los alimentos que se consumen comúnmente en los hogares.

Se hará mención de los **Trastornos alimenticios** más comunes en México y **Las enfermedades** que genera llevar una alimentación no nutritiva. También se abordará la **Comida vegetariana** y se informará si este tipo de alimentación es recomendable y sana para un niño de la segunda infancia.

Al saber el tipo de alimentos que consumen los niños y los alimentos que son adecuados e inadecuados para su edad, es importante reconocer cuáles son los **Hábitos alimenticios de los niños en la segunda infancia**, y aún más importante, conocer qué es un hábito o habitus, retomando dichos conceptos de Aristóteles, Tomás de Aquino y Pierre Bourdieu.

Como se mencionó anteriormente, se abordará el desarrollo del niño en la segunda infancia, el tipo de alimentos que son adecuados para su desarrollo, así como los que se deben evitar para no padecer trastornos alimenticios o enfermedades, y para

finalizar el segundo apartado, se planteará **La importancia de la actividad física**, relacionada con la alimentación y los beneficios que genera practicarla en la niñez.

En el segundo apartado se indicará **El proceso de producción de la serie radiofónica (bitácora)** con **Título** "Radio Pollito", y se elaborarán 21 cápsulas radiofónicas sobre la alimentación nutritiva y divertida para niños con una **Duración** de 4 minutos con 40 segundos cada una. Dichas cápsulas contienen diferentes **Secciones** atractivas para el público infantil. Se propondrán diferentes vías para la **Difusión y Promoción** de "Radio Pollito", con la finalidad de proporcionar vehículos reales y concretos para su distribución. Con "Radio Pollito" se pretende lograr que los niños puedan adquirir hábitos alimenticios nutritivos para su edad; para ello se creó un **Eslogan**: come nutritivo con alimento divertido.

El tercer apartado consta del **Guion de las 21 cápsulas radiofónicas**, las cuales estarán integradas principalmente de entrevistas a alimentos, entrevista al nutriólogo, cuentos y fábulas.

La alimentación es esencial para todo ser vivo. Todos los humanos necesitan alimentarse para poder crecer y desarrollarse saludablemente. Los seres humanos, desde las culturas prehispánicas, han buscado nuevas estrategias y lugares para alimentarse pero no siempre se hace de la forma correcta. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF] (s, f), menciona para el caso de México que la desnutrición es más elevada al sur del país, con un 7.25% en las poblaciones urbanas y el doble en zonas rurales, mientras que la obesidad se eleva más al norte del país. Así pues, los padres de familia en México muchas veces no tienen hábitos

alimenticios adecuados, ya que por un lado se encuentra la desnutrición y por el otro la obesidad y sus hijos lo padecen. Por lo tanto se considera que se debe crear un medio que guíe principalmente a la comunidad infantil a tener mejores hábitos alimenticios.

La UNICEF (s, f) también señala que “México ocupa el primer lugar en obesidad infantil y el segundo en obesidad en adultos, precedido sólo por los Estados Unidos” (π 6). Por ello, es importante desarrollar una serie radiofónica sobre la alimentación, donde se estimulará a la población infantil a tener un criterio sobre una alimentación nutritiva. Asimismo, para lograr que el porcentaje de obesidad infantil pueda disminuir, se debe fortalecer la enseñanza de los niños sobre una alimentación nutritiva que les permita tomar sus propias decisiones y desde la infancia empiecen a forjar hábitos alimenticios favorables para su salud.

Otra razón importante para llevar a cabo el proyecto radiofónico, “Radio Pollito” es el consumo desmedido del refresco en México. De acuerdo con Euromonitor Internacional (Parametría, 2013), México ocupa el tercer lugar a nivel mundial en el consumo de este líquido, con un promedio de 119 litros por persona al año. Para disminuir el consumo de estas bebidas azucaradas es importante mejorar los hábitos alimenticios, y principalmente habrá que fomentar el consumo del agua, que es la bebida más saludable para el ser humano. Esto se debe a que el cuerpo humano está compuesto por gran cantidad de agua y su consumo es esencial, por lo que no puede remplazarse por ninguna otra bebida azucarada, jugo o refresco, ya que no aportan los beneficios que el agua ofrece.

De igual manera, con "Radio Pollito" se quiere mejorar la alimentación en el Distrito Federal, es decir, que el consumo de la comida transgénica, la comida congelada y la comida chatarra sea disminuido. Armando Ahued (en Sánchez, 2013, 12 de noviembre), Secretario de Salud del Distrito Federal, menciona que a pesar del impuesto que se aplicó a partir del 2014 a la comida chatarra, no va a disminuir su consumo, específicamente por el público infantil que gusta más de este producto. En esta investigación se va a demostrar lo perjudiciales que pueden llegar a ser estos alimentos si no se consumen adecuadamente.

Por lo anterior, se llegó al siguiente planteamiento del problema, el cual guiará toda la investigación ¿Cómo se pueden mejorar los hábitos alimenticios de los niños de 7 a 11 años de edad en el Distrito Federal?

1. Investigación documental

1.1 Dimensiones de desarrollo de un niño en la segunda infancia (7 a 11 años)

Un niño de la segunda infancia se encuentra en pleno desarrollo social, emocional, físico, moral e intelectual y en un momento importante de su niñez. Al respecto, el Doctor Agustín Morón Marchena (en Secretaría de Educación Pública, 2005) señala:

La segunda infancia comprende desde los seis o siete años hasta la pubertad, con la cual se va iniciar la adolescencia. La principal característica de esta fase, es que ahora el niño ya se sumerge plenamente en el mundo real e intenta adaptar su comportamiento a las variables condiciones externas. Se produce asimismo

una fuerte identificación del niño con el padre y de la niña con la madre, con lo que ello supone una aceptación de papeles sexuales y sociales (p. 86).

De acuerdo con Agustín Morón Marchena, la identificación del niño con su padre y la niña con su madre, hace que la familia juegue un papel significativo en esta segunda infancia. Y son, precisamente los padres, los encargados de guiar a sus hijos a tener mayor gusto por los alimentos nutritivos.

Otra definición de la segunda infancia, la aporta Terry Faw (1981), quien explica que esta etapa inicia a los 6 años y se extiende hasta los 12. Faw señala que es un transcurso lento y parejo que lo encamina a la adolescencia. La escuela juega un papel de mayor jerarquía que la familia haciéndolo determinante a esta edad, sin dejar de lado a sus pares, ya que influyen en la forma de socializarse.

A continuación se van a describir las características y necesidades del desarrollo infantil según Erik Erikson, Jean Piaget, Terry Faw y María Montessori. Esta investigación se enfocará en el rango de edad que más se ajuste a la segunda infancia, es decir de 7 a 11 años. Se ha realizado una síntesis de las características de los niños en 5 dimensiones: social, física, intelectual-cognitiva, emotiva-afectiva y moral.

1.1.1 Erik Erikson

De acuerdo con el Doctor George Boeree (2012), Erik Erikson postula 8 fases del desarrollo humano. Llama crisis a cada fase y redefine la teoría de los estadios de Sigmund Freud, que solamente tenía 5 fases. Las primeras 5 fases de Erikson comprenden la infancia, la niñez y la adolescencia; y las tres fases restantes se refieren a la edad adulta:

1ª Fase – Confianza vs. desconfianza (infancia, de los 0 al año).

2ª Fase – Autonomía vs. vergüenza y duda (niñez temprana, de los 2 a 3 años).

3ª Fase – Iniciativa vs. culpa (de los 3 a los 6 años).

4ª Fase – Laboriosidad vs. inferioridad (de los 6 a los 12 años).

5ª Fase – Identidad yoica vs. confusión de roles (adolescencia, de los 12 a 18 años).

6ª Fase – Intimidad vs. aislamiento (adulto joven, los años 20's).

7ª Fase – Generabilidad vs. autoabsorción (adultez, de los 20's tardíos a los 50's).

8ª Fase – Integridad vs. desesperación (edad madura 50's) (p. 9).

La 4ª fase: laboriosidad vs. inferioridad es la que se refiere relativamente a la segunda infancia. A continuación se presenta una síntesis de las características y necesidades del infante, de acuerdo con Henry Maier (1976) y con el Doctor George Boeree (2012):

Dimensión social

- El niño empieza a entender la necesidad de encontrar un espacio con personas de su edad, ya que se siente desplazado de las personas adultas.
- Quiere manejar las ocupaciones a las que se enfrenta.
- Busca ser más productivo en su entorno.
- Evoca sentimientos de inferioridad por su edad pero se atreve a experimentar cosas para superarlo.
- No conoce completamente sus límites sociales.
- Quiere crear lazos con el sexo opuesto.
- Su grado de concentración para comunicarse con personas de su misma edad le es importante.

- Sus vecinos y la escuela toman mayor importancia para él.

Dimensión física

- Su maduración física es lenta.
- Se esfuerza para desarrollar sus cualidades corporales.

Dimensión intelectual-cognitiva

- Debe domesticar su imaginación.
- Se dedica a la educación.
- Desarrolla habilidades para cumplir exigencias de la sociedad.
- Su maduración psicológica es lenta.
- Tiene una idea de conocer sus límites psicológicos.
- Quiere conocer su entorno lo más posible.
- Adquiere una capacidad mayor para relacionarse.

Dimensión emotiva-afectiva

- Pierde el miedo al enfrentarse con las otras personas.
- Se siente realizado al obtener éxitos en relación con los demás.
- No le gusta fracasar.
- Manifiesta sentimientos competitivos.
- La competencia se vuelve fundamental.
- Debe desarrollar el sentimiento del éxito.

Dimensión moral

- Actúa de acuerdo con lo que vive en el medio social.
- Hacia el final de la infancia empieza a renunciar a sus hábitos para incorporar los valores de la adolescencia.

- Reconoce que paulatinamente se tiene que distanciar de su vida familiar.

Erikson enfatiza las características del desarrollo social e intelectual cognitiva, y le da menor importancia a la dimensión física del niño.

1.1.2 Jean Piaget

Jean Piaget especificó 4 periodos en el desarrollo cognitivo del niño. A continuación se presenta una tabla elaborada por Ed Labinowicz (1998):

Periodos y niveles propuestos por Piaget para el pensamiento infantil

	Periodos	Edades	Características
Periodos preparatorios, prelógicos	Sensomotriz	Del nacimiento hasta los 2 años	Coordinación de movimientos físicos, prerrepresentacional y preverbal.
	Preoperatorio	De 2 a 7 años	Habilidad para representarse la acción mediante el pensamiento y el lenguaje; prelógico.
Periodos avanzados, pensamiento lógico	Operaciones concretas	De 7 a 11 años	Pensamiento lógico, pero limitado a la realidad física.
	Operaciones formales	De 11 a 15 años	Pensamiento lógico, abstracto e ilimitado.

Fuente: (Ed Labinowicz, 1998, p.60).

El periodo de operaciones concretas abarca la edad de 7 a 11 años, rango que se asimila a la segunda infancia. En seguida se presenta una síntesis de las dimensiones del desarrollo de las operaciones concretas descritas por Jean Piaget, de acuerdo con las obras: de Jean Piaget (1973), Jean-Marie Dolle (2009) y Jonh H. Flavell (1984).

Dimensión social

- Es capaz de manifestar sus pensamientos en relación de los otros.
- El contacto con el ambiente físico lo convierte más productivo.
- Adquiere mayor sentido social de igualdad.
- Aprende a escuchar la opinión de los demás.
- Adquiere la capacidad para cooperar con los demás.
- Con el respeto mutuo crea el sentimiento de la justicia.

Dimensión física

- No se encontró información acerca del aspecto físico en estos autores.

Dimensión intelectual-cognitiva

- Por medio del juego simbólico, manifiesta la necesidad de volver a crear al mundo según las exigencias de su imaginación lúdica.
- Tiene mayor capacidad mental para ordenar sus ideas.
- Busca diferentes soluciones a los problemas.
- No es capaz de elegir entre diferentes posibilidades.
- Los conocimientos adquiridos se basan en su razonamiento lógico.
- Razona menos de lo que ve y se basa en la configuración.
- Piensa antes de actuar.
- Tiene una mayor capacidad de reflexión.
- Cimenta su razonamiento.
- Tiene dos tipos de abstracción: la física; que se refiere a contenidos extraídos del objeto y continúa vinculándose, y la lógico-matemática; que es reflexiva y constructiva.
- Sus acciones se vuelven realizables en pensamientos irreversibles.

- Empieza a tener noción de lo horizontal y lo vertical.
- Desarrolla la habilidad de simbolizar, almacenar, retener y reflexionar sobre los resultados de sus propias experiencias cotidianas.
- Puede recitar los términos numéricos en el orden correcto sin enumerar algún objeto concreto durante el proceso.

Dimensión emotiva-afectiva

- El juego simbólico permite mejorar la creatividad y la imaginación.
- Se preocupa por su éxito y su fracaso.
- Es creativo.
- Piensa que todas las personas son autónomas.

Dimensión moral

- Adquiere conciencia de la reversibilidad.
- Aprecia un hecho desde diversas perspectivas.
- Su enfoque moral se detiene por la falta de explicaciones congruentes.
- Quiere conocer el mayor número de reglas posibles para ajustarse a sus actividades.
- Crea una necesidad de ordenar su voluntad.

Tanto Jean Piaget, como Erik Erikson, hacen mayor referencia a la dimensión social, intelectual, emocional y moral, mientras que las características físicas son poco abordadas por ellos. Sin embargo, Terry Faw menciona con mayor énfasis las características físicas.

1.1.3 Terry Faw

Según Terry Faw (1981), la segunda infancia comprende desde los 6 hasta los 12 años. El niño muestra en esta fase de desarrollo una serie de cambios lentos. A continuación se intenta presentar una clasificación más clara que la del autor, presentada en su libro *Teoría y problemas de psicología del niño*:

Dimensión social

- La interacción social es un elemento importante que influye en el niño.
- La formación de grupos sociales es una parte que lo ayuda a estabilizarse.
- De 6 a 10 años los grupos son informales, mientras que los de 10 años son más formales.
- La aceptación, el rechazo y el auto-control son comportamientos que el niño ve y aprende de sus padres.

Dimensión física

- Su crecimiento es uniforme.
- Tiene un crecimiento de estatura considerable. A los 6 años su estatura promedio es de 1.14 m y a los 12 años es de 1.52 m.
- Su peso es continuo y estable. A los 6 años su peso promedio es de 20 kg y a los 12 años es de 43 kg.
- Las niñas de aproximadamente 10 años son más altas y pesadas.
- Su sistema neurológico es casi maduro.
- Sus huesos se hacen más largos.
- Sus músculos se vuelven más grandes.
- Los niños se vuelven más rápidos y fuertes.

Dimensión intelectual-cognitiva

- El desarrollo cognitivo es un elemento importante que influye en él.
- Maneja con mayor facilidad los conceptos abstractos.
- Tiene diferentes percepciones de la realidad.
- Piensa de forma descentralizada.
- Representa simbólicamente los acontecimientos pasados.

Dimensión emotiva-afectiva

- No se encontró información acerca de esta característica.

Dimensión moral

- No se encontró información acerca de esta característica.

Terry Faw (1981) señala que los niños de 6 a 12 años empiezan a desarrollar los cambios físicos que los encaminan a la adolescencia, pero esto puede variar dependiendo de sus grupos culturales y de sus genes.

1.1.4 María Montessori

La Fundación Argentina María Montessori (s, f) plantea 4 periodos evolutivos en el ser humano llamados "Planos del Desarrollo" o "El ritmo constructivo de vida" que desarrolló la pedagoga María Montessori.

Plano 1.- Inicia en el nacimiento y termina a los 6 años (mente absorbente).

Plano 2.- Inicia a los 6 años y termina a los 12 años (mente razonadora).

Plano 3.- Inicia a los 12 años y termina a los 18 años (mente humanística).

Plano 4.- Inicia a los 18 años y termina a los 24 años (mente especialista) (s, p).

El segundo Plano de Desarrollo es el relativo a la segunda infancia. A continuación se presenta una clasificación de las características de este plano, de acuerdo a las

siguientes fuentes: María Montessori (1986), Dimitrios Yagglis 1989), La Fundación Argentina María Montessori (s, f.) y La Asociación Montessori Málaga (s, f.):

Dimensión social

- Su sentido social se desarrolla en un clima de calma y aceptación mutua.
- Busca independencia.
- Busca modelos para imitar.
- El trabajo individual deberá crear un nuevo tipo de individuo y permitir de este modo el progreso social.
- Tiene facilidad para despertar el sentido social y busca la supresión de los obstáculos que se oponen a la libertad de movimiento.

Dimensión física

- Es inmensamente activo.
- Ningún esfuerzo muscular es independiente de la inteligencia.
- Crece fuerte y sano.

Dimensión intelectual-cognitiva

- No tiene límites con su imaginación.
- Cuestiona lo que ve.
- Es capaz de aprender diferentes idiomas al mismo tiempo.
- Se muestra orgulloso de las operaciones matemáticas que pueda lograr.
- Su perfeccionamiento lo impulsa a actuar.
- Todo ejercicio constituye un trabajo global de la inteligencia.
- Explora el mundo con su imaginación y su pensamiento crítico.

- Al manipular las cosas adquiere conocimiento.
- La imaginación constituye la fuerza más grande en esta edad.
- Es capaz de estudiar distintas áreas disciplinarias: Astronomía, geografía, física, química, biología, historia, lingüística, geometría, entre otras.

Dimensión emotiva-afectiva

- No envidia las cosas de los demás.
- Tiene actitud pacífica.
- Goza vivir.
- Disfruta la disciplina.
- Se encuentra en contacto con las experiencias culturales y naturales.
- Se motiva por su propia formación.

Dimensión moral

- La edad infantil es una edad de vida interior que lo conduce al crecimiento, perfeccionamiento y al mundo exterior.
- Su moral y su bondad pueden ser discutidas.
- Es más consciente de sí mismo.
- El sentido del bien y de lo bueno no es adquirido por recompensas o amenaza del castigo.
- Consolida su conciencia moral.
- La libertad debe considerarse como una finalidad de la educación.

Montessori desarrolló con mayor profundidad los aspectos intelectual-cognitivo y moral. Para ella, el desarrollo moral es una parte fundamental en el crecimiento del niño para poder crear la formación del hombre y por tanto poder desarrollar los

aspectos más humanos, al hacer que los niños aprendan el cuidado de las plantas y de los animales, y poder evitar la envidia y los deseos por una recompensa en el trabajo a través de una educación integral.

1.2 La imaginación, la creatividad, la experimentación, la participación y el juego en la educación del niño

1.2.1 La imaginación y la creatividad

Los autores mencionados anteriormente han planteado específicamente dos conceptos que a continuación se van a desarrollar con mayor profundidad, debido a su importancia para "Radio Pollito"; uno de ellos es "la imaginación" y el otro es la "creatividad".

El cerebro humano no sólo es un órgano que reproduce o conserva las experiencias vividas, también es capaz de combinar, reelaborar y crear elementos de dichas experiencias para crear nuevos planteamientos proyectados hacia el futuro. Sobre la imaginación Lev Semiónovich Vigotsky (2001) menciona que: "a esta actividad creadora del cerebro humano, basada en la combinación, la psicología la llama imaginación o fantasía" (p. 13). Por otro lado, el diccionario de la Lengua Española (2001) tiene 4 significados: 1. Facultad del alma que representa las imágenes de las cosas reales o ideales. 2. Aprensión falsa o juicio de algo que no hay en realidad o no tiene fundamento. 3. Imagen formada por la fantasía. 4. Facilidad para formar nuevas ideas, nuevos proyectos, etc. Estas definiciones nos muestran que la imaginación tiene diferentes significados o abarca muchos aspectos, o como lo menciona Kieran Egan (1992) "La imaginación se sitúa en una especie de cruce donde se intersecan e interactúan la percepción, la memoria, la generación de ideas,

la emoción, la metáfora y, sin duda, otros importantes aspectos de nuestra vida" (p.14).

Lev Semiónovich Vigotsky menciona que tal vez, en estos días se pueda entender que la imaginación es un aspecto de lo irreal o lo fantasioso, y siempre va a ser base de la actividad creadora en los aspectos de la vida cultural que hacen posible la creación científica, artística y técnica (2001). Es decir, la imaginación se encuentra presente en todos los ámbitos culturales y gracias a ella se pueden llevar a cabo las invenciones humanas.

Lev Semiónovich Vigotsky destaca que es importante resaltar que la imaginación del niño es más pobre que la del adulto. La imaginación está en constante desarrollo y va de la mano con el crecimiento del niño y culmina con su madurez en la edad adulta, por tanto, los niños tienen la capacidad de imaginarse menos cosas que los adultos, pero son los niños los que confían en su fantasía y al tener un menor control de ella, se cree que el niño tiene mayor espontaneidad de la imaginación a diferencia del adulto que ya no es libre (2001).

A continuación se resumen las 4 formas básicas que ligan la actividad imaginadora con la realidad para ver a la imaginación como una forma vital y necesaria para el ser humano, de acuerdo con Lev Semiónovich Vigotsky (2001).

1. Consiste en que toda elucubración se compone siempre de elementos tomados de la realidad, extraídos de la experiencia anterior del hombre.
2. Esta vez no se realiza entre elementos de construcción fantástica y la realidad, sino entre productos preparados de la fantasía y algunos fenómenos

complejos de la realidad. No se limita ésta a reproducir lo que asimile de pasadas experiencias, sino que parte de ellas y crea nuevas combinaciones.

3. Es el enlace emocional, el que se manifiesta como el sentimiento y toda emoción tiende a exhibirse en determinadas imágenes concordantes con ella.
4. Consiste su esencia, en que el edificio erigido por la fantasía puede representar algo completamente nuevo, no existente en la experiencia del hombre ni semejante a ningún otro objeto real; pero al recibir forma nueva, al tomar nueva encarnación material, esta imagen cristalizada, convertida en objeto, empieza a existir realmente en el mundo y a influir sobre los demás objetos (p. 17-25).

Estos puntos que ligan la actividad imaginadora con la realidad, resaltan las experiencias vividas del hombre, la creación de nuevas combinaciones con base a sus experiencias, las emociones, y finalmente, llevan a que el hombre pueda representar algo completamente nuevo que solamente era capaz de formar parte en su imaginación.

Ahora, en cuanto al concepto de la creatividad, el diccionario de la Lengua Española (2001) lo define como: 1. Facultad de crear. 2. Capacidad de creación. Consecuentemente, el concepto "crear", el mismo diccionario de la Lengua Española (2001) lo define así: 1. Producir algo de la nada. 2. Establecer, fundar, introducir por vez primera algo; hacerlo nacer o darle vida, en sentido figurado. 3. Instituir un nuevo empleo o dignidad. 4. Hacer, por elección o nombramiento, a alguien lo que antes no era. Otra definición más, ahora por Glady Emma Beba (2008) en su libro *Niñez – Resiliencia – Creatividad* es:

La creatividad en el camino de crear, de re-crear, es volver a definir, volver a estructurar para lograr la producción de algo nuevo o diferente como realización del sí mismo en una integración de recursos cognitivos, imaginativos, afectivos, sensoriales, motóricos. Todo ello se resumirá en la aparición de un producto original de una relación que surge por una parte, de la necesidad del individuo y, por otra, de los materiales, acontecimientos, personas o circunstancias de la vida (p. 86).

Glady Emma Beba señala que la creatividad se encuentra en lo posible, lo caótico, lo real, lo inconsciente, y lo desconocido, y son impulsados hacia una oportunidad nueva o diferente donde el niño es capaz de transformar y transformarse (2008). Entonces, tanto la creatividad como la imaginación son dos conceptos que están relacionados entre sí, por sus definiciones compartidas como la creación de algo nuevo. Para finalizar este apartado se cita textualmente a Juan Román Maldonado Castillo, un niño de 7 años que le mencionó a su mamá un día mientras jugaba: "Sabías que si no tienes imaginación no te diviertes".

1.2.2 La experimentación

A continuación se resumirá el texto *Ciencia en educación infantil: la importancia de un "rincón de observación y experimentación" ó "de los experimentos" en nuestras aulas* de María José Cabello Salguero (15 de enero, 2011) que deriva de su extensa investigación sobre el tema.

En la educación infantil es necesaria la experimentación del niño con los objetos y materiales de su entorno, y existe una infinidad de vivencias que pueden favorecer

una actitud científica hacia el conocimiento. Por ejemplo: la lluvia, germinar un frijol, el rayo del sol; ya que son sucesos que el niño puede observar, experimentar, manipular y reflexionar, y de los cuales se pueden extraer diversos conocimientos.

Es recomendable que los experimentos partan de lo más cercano de los niños para que les provoquen sorpresa, curiosidad y proximidad conceptual, para que sean accesibles a su etapa de conocimiento, o como lo llamaría Vigostky "zona de desarrollo próximo", que es la distancia que existe entre el nivel de desarrollo real y el nivel de desarrollo potencial, es decir, las actividades que el niño es capaz de realizar por sí mismo y las actividades en las que requiere de ayuda.

La experimentación hace posible que los niños puedan resolver por sí mismos los problemas que se les puedan plantear, ya que son capaces de aprender de forma activa, y en esta edad es necesario manipular, experimentar, ensayar y hasta errar, lo cual les permitirá estructurar la información.

Algunos ejemplos sobre las actividades que pueden llevar a cabo los niños son:

Actividades con agua. Por ejemplo: mezclar, disolver, hacer flotar objetos.

Actividades con el aire. Por ejemplo: hacer un molino.

Actividades con plantas. Por ejemplo: anotar cambios del crecimiento de una planta.

Actividades con espejos. Por ejemplo: localizar partes del cuerpo.

Actividades de medida. Por ejemplo: medir partes del cuerpo u objetos.

Recetas de cocina. Por ejemplo: observar los diferentes pesos de los alimentos que se van a utilizar, textura, color, tamaño, cantidad que se requiere.

Estas actividades deben ser apoyadas por el educador o por una persona responsable que procure informarles durante el proceso para que los niños puedan tener un significado de las cosas.

Para finalizar, es de suma importancia destacar que las actividades que se lleven a cabo deben estar relacionadas con la vida cotidiana de los niños, con lo que conocen, con lo que pueden ver, manipular y experimentar tanto en la escuela como en la casa.

1.2.3 La participación

Otro concepto elemental para "Radio Pollito" es la participación y Mario Kaplún menciona que una participación auténtica del oyente no se construye sobre las bases tan ficticias y que los medios de masas no pasan de ser una flecha de derecha a izquierda (1978). A pesar de ello, Mario Kaplún puntualiza que la participación hace posible que las personas tengan la oportunidad de incorporar conocimientos y apropiárselos en poco tiempo (1998).

Kaplún, señala que una radio educativa no puede considerarse participativa cuando el oyente es alumno que solamente recibe conocimientos e información por parte del profesor. Mientras que el profesor, debe procurar que los programas de radio sean participativos y dialógicos (1978).

Mario Kaplún sigue el esquema de Juan Díaz Bordenave, quien propone distinguir tres tipos de educación:

- Educación que pone énfasis en los contenidos.
- Educación que pone énfasis en los resultados

- Educación que pone énfasis en el proceso.

El primer tipo de educación (contenidos) propone que el sujeto aprenda. El segundo tipo de educación (resultados) propone que el sujeto haga, mientras que el tercer tipo de educación (proceso) propone que el hombre piense (1978).

De acuerdo con Mario Kaplún, el cambio principal del tercer tipo de educación (proceso) consiste en el paso de un hombre acrítico a un hombre crítico; un hombre que asuma su propio destino, capaz de superar sus tendencias egoístas e individuales y abrirse a los valores comunitarios y solidarios (1978). Y si se aplica a “Radio Pollito” en lugar de ser el hombre, van a ser a los niños.

Para finalizar, se debe puntualizar que el problema para que los oyentes puedan conformar o integrarse en la comunicación del medio radiofónico se encuentra en debate, o dicho en palabras de Mario Kaplún (1978) “es una cuestión actualmente en debate y sobre la cual no hay aún respuestas ni soluciones definitivas” (p.124).

1.2.4 La relación del niño con el juego

La relación del niño con el juego, ésta se remonta a épocas antiguas. José Luis Díaz Vega (1997) menciona que el juego ocupó un lugar importante en el antiguo Egipto con prácticas lúdicas y diferentes juguetes como silbatos, figuras pequeñas y pelotas de cuero. Asimismo que en la Grecia clásica, los juguetes eran manufacturados en casa, entre ellos había sonajeros, columpios, pelotas, muñecas, aros y estatuillas de terracota. En la Roma Imperial, los niños y jóvenes imitaban a los adultos ya que tenían de referencia a los guerreros y los deportistas de los días de grandeza de dicho imperio. Ya en el continente Americano, y en particular en las culturas

prehispánicas, destaca el juego de pelota, un juego especie de boliche con bolas de piedra, el *patolli que era* parecido al juego de dados pero utilizaban frijoles con marcas. En la época de la Colonia predominaron los juguetes europeos y los que eran manufacturados en la Antigua España, tenían formas de vida del conquistador.

Jean Piaget (1961) menciona que el juego se constituye posteriormente a la imitación del niño, y se lleva a cabo por el placer de dominarlo, por otro lado Luciano Hernando Mercado (2009) señala que el juego interactúa con la fantasía y la realidad, es decir, lo mágico con lo concreto.

Gregorio Fingermann (1970) afirma que el juego es factor para que los niños tengan confianza en sí mismos, permite transmitir ideas de generación en generación conformándose el *folklore* de cada región, los niños buscan el placer del propio juego, se crean un mundo mágico, saben que son ficticios, lo toman muy en serio y lo disfrutan plenamente. Para complementar lo que afirma Gregorio Fingermann, Luciano Hernando Mercado (2009) señala que los niños al llevar a cabo el juego, tienen sensaciones de agrado, tienen la facultad natural de la libertad, forjan asociaciones en su memoria comprensiva, lo realizan por espontánea voluntad, es ficticio, pautado, y el tiempo como el espacio son indefinidos.

En cuanto a las innumerables clasificaciones que se le han hecho al juego, María Asunción Prieto García-Tuñón y Rogelio Medina Rubio destacan la clasificación de Jean Piaget ya que desarrolló una teoría intelectual gracias a sus minuciosas y sistemáticas observaciones (2005). Jean Piaget (1961) divide el juego en 3 grandes tipos: 1- Juegos de ejercicio (aproximadamente hasta los 2 años). 2- Juegos

simbólicos (aproximadamente de los 2 hasta los 7 años) y 3- Juegos de regla (de los 7 años en adelante).

El juego de reglas es el que se refiere relativamente a la segunda infancia. De acuerdo con Jean Piaget (1961), este juego de reglas es la actividad lúdica del ser socializado, los juegos se aproximan al trabajo adaptado y continuo, son juegos de combinaciones sensorio-motoras (carreras, lanzamiento de bolas) o intelectuales (cartas) y de competencia (sin esto, las reglas serían innecesarias), y el niño tiene mayor conciencia que conlleva el juego.

En resumen, los niños tienen toda la libertad imaginativa para crear sus propios juegos, lo disfrutan absolutamente de inicio a fin, muestran alto grado de espontaneidad y su satisfacción es inigualable.

1.2.5 Ejemplo del método de educación Montessori

La Primaria Montessori de Santo Domingo (s, f) señala que María Montessori implementó un sistema de aprendizaje conocido como Método Montessori y fundó en 1907 su primera casa de Bambini en Roma. La Fundación Argentina María Montessori (s, f) señala que los niños desarrollan sus capacidades cognitivas con el apoyo de un adulto que funge como guía. Con sus investigaciones fue capaz de consolidar la enseñanza y el aprendizaje autónomo de cada niño, quitar el control del maestro hacia el alumno de las escuelas tradicionales. También logró que el niño desarrollara sus capacidades cognitivas, emotivas y sociales en un ambiente preparado. María Montessori (1986) describe un principio de su propio método como:

En conclusión, para María Montessori el ambiente que se necesita en el aula es de suma importancia para que el niño se desarrolle de la mejor manera posible, por tanto, el método Montessori favorece el desarrollo adecuado del niño, porque aprende a su ritmo y es capaz de conocer y desarrollar sus propias habilidades con el adulto que funge como guía.

En resumen se puede decir que, de acuerdo con Erickson, Piaget, Faw y Montessori, en la segunda infancia el niño es capaz de experimentar cosas, imaginar sin límites, sentirse realizado al tener éxitos, buscar independencia, cooperar con los demás y más con los de su edad, ser creativo, ser activo, aprender a escuchar la opinión de los demás y explorar el mundo con su imaginación, por tanto, el niño se encuentra en la edad apropiada para poder aprender hábitos alimenticios adecuados para su salud y “Radio Pollito” está planeado para poder cubrir las necesidades de los niños de 7 a 11 años principalmente, y fungir como guía para su sana alimentación nutritiva.

1.3 La alimentación

1.3.1 Recorrido histórico de la alimentación en México, del siglo XVI al presente.

La alimentación es una necesidad básica del ser humano que garantiza su propia supervivencia. La forma de alimentarse no siempre es la misma ya que depende de las costumbres, el entorno social y del territorio demográfico de cada región, en este caso la del territorio mexicano, y para poder subrayar la gran variedad alimentaria

que se tiene, a continuación se mencionarán los diferentes ecosistemas¹ que existen actualmente en el país, de acuerdo con la Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales (s, f, s, p).

- Selva Alta Perennifolia o Bosque Tropical Perennifolio.
- Selva Mediana o Bosque Tropical Subcaducifolio.
- Selva Baja o Bosque Tropical Caducifolio.
- El Bosque Espinoso.
- El Matorral Xerófilo.
- El Pastizal.
- La Sabana.
- La Pradera de Alta Montaña.
- El Bosque de Encino.
- El Bosque de Coníferas.
- El Bosque Mesófilo de Montaña o Bosque de Niebla.
- Los Humedales.

Como se puede apreciar, el territorio mexicano tiene una ubicación que goza de diferentes ecosistemas, por tanto posee una gran variedad de lugares que le permite tener una gran gama de alimentos.

Para conocer los diversos tipos de comida que se utilizaban en la época prehispánica, Norah Estrada Márquez (2004) menciona en su escrito *La alimentación en el México antiguo* cuáles son los principales alimentos de origen animal, vegetal, de grano y las frutas:

¹ Para conocer detalladamente cada uno de los ecosistemas, se puede consultar la Cruzada Nacional por los Bosques y el Agua "*Tipos de Ecosistemas que existen en México*" en el siguiente enlace: <http://cruzadabosquesagua.semarnat.gob.mx/ecosistemas.html>

Alimentos de origen animal

Numerosos pescados y mariscos, manatí, caracol de río, más de 247 especies de insectos, gallinas, gallos de papada (guajolote), faisanes, perdices, codornices, patos, venado, jabalí, (puerco de la tierra), pájaros de caña, palomas, ardillas, liebres y conejos, perros (llamadas tlalchichi), topos, ratas de campo, ranas, armadillos, monos, tepezcuintles, iguanas, tortugas y serpientes.

Alimentos vegetales y granos

Quelites, quintoniles, maíz, cacao, frijoles, semilla de amaranto o alegría (hauhtli), chile de diferentes especies, pepitas de calabaza, papas de varios tipos, aguacates, chilacayotes, huauzontles, nopales, alga espirulina, yerba santa o acuyo, achiote, la herbácea conocida como chipilín, epazote, palmitos, vainilla, chaya, jitomate, tomate, cebollín, ejotes, hongos, algas, verdolagas, malva, mezquite, flor de colorín, xoconostles y chayotes.

Frutas

Piña, plátano, chirimoya (anona), mamey, guayaba, peruétano, zapote amarillo, negro y blanco, papaya, guanábana, chicozapote, chirimoya, más de veinte variedades de ciruela, nanche, pitahaya, uva silvestre (totoloche), tuna, mora, cacahuete y capulín.

La cocina prehispánica, incluía varios guisados cotidianos y comidas de temporada que se servían en las principales fiestas en honor a los dioses, así como a los

diferentes cultivos agrícolas que se relacionaban con el clima de las estaciones del año (p. π 4).

José N. Iturriaga (1998b) señala que los alimentos básicos que han perdurado en México desde la época pre-colonial hasta nuestros tiempos son: el maíz, el chile y el frijol. Estos alimentos se han cosechado desde esa época y han formado parte de la dieta mexicana. El maíz de las tortillas aporta los carbohidratos y también las calorías que se convierten en energía, tiene proteínas, contiene un aporte calórico bajo y un alto contenido en agua, además de que se metaboliza con facilidad y es digestivo. El frijol es una leguminosa que aporta mucha proteína y tiene mucha calidad en sus aminoácidos. El chile es rico en vitaminas y es el vegetal con mayor concentración de ácido ascórbico que se conoce y sobre todo provoca una alta digestibilidad de las proteínas del maíz y del frijol, (π 1).

Además de los 3 alimentos básicos antes mencionados, el chocolate ha sido un elemento culinario fundamental en la historia de la alimentación mexicana, Willian Curley menciona en su texto, que el chocolate, desde sus orígenes, se empleaba para la elaboración de diversos platillos mexicanos como el mole y el atole, y para algunos pueblos prehispánicos, más que ser un alimento era también parte de su religión, ya que lo empleaban en diversos rituales para venerar a sus dioses. Con la llegada de los españoles, el chocolate fue de suma importancia ya que los conquistadores lo consideraron un manjar y lo exportaron a diversas zonas de Europa para su satisfacción y su comercialización (2013).

En la época colonial, con la llegada de los españoles al territorio mexicano, se introdujeron diferentes alimentos y al mismo tiempo se crearon nuevos platillos. A

continuación se presenta una síntesis de los alimentos de origen animal, los vegetales, los granos y las frutas que José N. Iturriaga menciona en su texto *Las cocinas de México I (1998a)* que se incorporaron al territorio mexicano:

Los alimentos de origen animal que se importaron:

Gallina, cabra, cerdo, borrego y res (leche, crema, queso y manteca).

Los alimentos vegetales y granos que se importaron fueron:

Aceituna, aceite de oliva, acelgas, ajo, alcachofa, arroz, avena, berenjena, betabeles, calabazas de variedades más pequeñas que las mexicanas, canela, cebada, cebolla, centeno, chícharos, cilantro, coles, haba, espinacas, garbanzo, lechuga, lenteja, menta, orégano, pepino, perejil, pimienta blanca y negra, rábano, romero, trigo, zanahoria y vinagre.

Las frutas que se importaron fueron:

Almendra, avellana, dátil, higo, limón, melón, naranja, nuez, pasa, plátano, toronja y Uva (π 1, 2, 5, 6, 7).

Con la llegada de dichos alimentos, se pudo tener una mayor variedad nutricional y ocasionó que las personas pudieran tener una alimentación más rica y sobre todo de mayor degustación.

A principios del siglo XIX, con el inicio del movimiento armado Insurgente se consumaba la Independencia de México, sin embargo la comida mexicana no tuvo cambios representativos. Mario Camberos Castro menciona que se consumieron los

mismos alimentos para cada clase social; la clase alta consumía los alimentos de mejor calidad y se deleitaba con los mejores platillos como el mole poblano y los chiles en nogada; mientras que la clase pobre consumía principalmente tortillas, frijoles, chile y en raras ocasiones, nenepile, menudo y chocolate (El Informador, 2010).

Mario Camberos Castro menciona que durante la revolución mexicana, el ejército se caracterizaba por consumir alimentos de la región que se encontraban; como el mole, la barbacoa, los tacos, la tortilla, la salsa, los frijoles, el chile, el pulque entre otros. Muchos de los platillos que empezaban a ser típicos en algunas regiones rebasaron sus fronteras territoriales, y pudieron llegar a más poblados debido al movimiento revolucionario y a sus constantes recorridos en la República Mexicana (El Informador, 2010).

En la década de los años 50's se incorporaron rápidamente los alimentos *fast food* o comida rápida, que fueron aceptados por las personas de clase alta, clase baja y todas las condiciones sociales. Salvador Castro (2007) menciona: "La chatarra alimentaria llegó para quedarse y poner en peligro de muerte a millones de mexicanos" (s, p). Más adelante se abordará el tema de la comida chatarra enfocado principalmente a los niños en la segunda infancia.

Actualmente, el ritmo de vida que llevan las personas en la Ciudad de México, es un factor que hace que se modifiquen los hábitos alimenticios, frente a esto la industria alimentaria y la industria tecnológica, permiten que en pocos minutos se tenga un delicioso y apetitoso platillo. Hoy en día, los alimentos pre-cocidos, congelados,

deshidratados, transgénicos y procesados, han hecho que la hora de la comida se convierta en una herramienta clave para el ahorro de dinero, esfuerzo y energía, e incluso atentar contra la propia identidad de un pueblo, como lo menciona Yuridia Iturriaga (2002): “Una cocina puede haber llegado a ser factor de identidad de un pueblo y no ser en absoluto gastronómica... los mexicanos comparten un mismo conjunto de conocimientos y de prácticas del comer” (π 9-10). Una de las razones por la cual se ha impulsado el menú de la comida rápida y sencilla es debido al tiempo, ya que muchas veces los adultos, los jóvenes e incluso los niños, no disponen del tiempo suficiente para consumir sus alimentos a la hora del descanso de sus actividades. Los consumidores son atraídos por la etiqueta “listo para servirse” e ignoran completamente la información nutricional, guiándose por el estándar de comida fácil, rápida y sencilla, que ocasiona serias consecuencias que hoy en día, de acuerdo con la UNICEF, han puesto a México en el primer lugar de obesidad infantil y con severos problemas de salud (s, f).

Se recuerda que los alimentos que han perdurado desde la época prehispánica y gracias al valor nutritivo que brindan al organismo se decidió recuperarlos para esta investigación y los principales son el maíz, el frijol, el chile y el chocolate, así que dichos alimentos serán retomados para la producción de la serie radiofónica debido a su valor nutritivo. Para finalizar este apartado y valorar a la Cocina Mexicana, La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO] reconoció el 16 de noviembre del 2010 a la Cocina Tradicional de México en la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad (CONACULTA: 2010).

1.3.2 ¿Qué come un niño de 7 a 11 años en México?

De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], en el Distrito Federal había 1.982,642 niños de 0 a 14 años en el 2012. La forma en que se alimentan cada uno de ellos puede variar por diferentes causas:

Contexto El lugar donde se vive geográficamente y los tipos de alimentos que se dan por temporada en cada región, hacen que la alimentación en los niños sea variada.

Hábitos alimenticios Los hábitos alimenticios de los niños son reflejo de los padres y sus familiares, es por eso que algunos niños no siempre comen a la hora que lo deberían de hacer, y las cantidades que ingieren pueden o no ser adecuadas para su edad.

Gusto de alimentos Los niños pueden elegir los alimentos de su preferencia y desde pequeños adquieren sus gustos sin saber cuáles pueden ser más nutritivos para ellos, y aunque no tengan agrado por algún alimento deben al menos probarlo.

Nivel socio-económico Tanto la carencia de recursos económicos como la riqueza pueden provocar que los niños coman de manera no nutritiva y tener como consecuencia los trastornos alimenticios, y con ello las enfermedades.

Una forma de saber qué es lo que comen los niños en la segunda infancia, es conocer los lugares donde los padres compran sus alimentos. Una encuesta realizada por el INEGI (2011) expone los lugares que prefieren las personas para comprar sus alimentos, ya sea que se encuentren dentro o fuera de su casa, sin

embargo la alimentación puede ser variada según el día, la hora e incluso la temporada del año. Los 10 lugares más mencionados fueron los siguientes, por orden de recurrencia:

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------|
| 1) Mercado. | 6) Supermercados. |
| 2) Tianguis o mercado sobre ruedas. | 7) Tiendas departamentales. |
| 3) Vendedores ambulantes. | 8) Compra fuera del país. |
| 4) Tienda de abarrotes. | 9) Tiendas de membresía. |
| 5) Tienda específica del ramo. | 10) Tiendas de conveniencia. |

Como se puede apreciar, el mercado ocupa el primer lugar de recurrencia donde los padres compran sus alimentos, seguido por los mercados sobre ruedas y los vendedores ambulantes. Por su parte, Pedro García Urigüen (2012) menciona los productos que más consumen los niños a nivel escolar:

- | | |
|----------------------------|---------------------------|
| 1) Leche (79%). | 6) Dulces (61%). |
| 2) Tortillas (77%). | 7) Verduras (59%). |
| 3) Refresco (74%). | 8) Jugo (57%). |
| 4) Agua embotellada (64%). | 9) Botanas (53%). |
| 5) Frutas (63%). | 10) Cereal de caja (53%). |

En la encuesta anterior que expone los alimentos más consumidos por los niños y se observa que en el primer lugar se encuentra la leche. Cabe hacer notar que el refresco ocupa el tercer lugar, que es una bebida con mucha azúcar y es más consumida que el agua embotellada, mientras que el jugo no se especifica si es natural o embotellado. La única comida rápida que se encuentra en la encuesta, son las botanas, sin olvidar los dulces que se encuentran en el sexto lugar y en el décimo los cereales de caja.

Ahora que ya se abordaron los productos más consumidos por los niños, en el siguiente apartado, se va a mencionar cuáles son los alimentos que debería comer un niño a esta edad.

1.3.3 Diferencia entre nutrición y alimentación

Para conocer lo que debe comer un niño de 7 a 11 años, es importante mencionar la diferencia conceptual entre la alimentación y la nutrición, ya que se encuentran ligados y en ocasiones se pueden llegar a confundir.

Por un lado, Ara Roldán (2007) señala que la alimentación se centra en conceptos sociales, culturales y psicológicos; implica seleccionar, preparar y consumir los alimentos. Por otro lado, la nutrición se refiere al proceso celular, que es el paso posterior de la alimentación, y se refiere al conjunto de procesos fisiológicos donde el organismo se encarga de recibir, absorber y transformar las sustancias que contienen los alimentos. Por ende, primero se lleva a cabo la alimentación para que la nutrición se pueda realizar, mientras que los alimentos están compuestos por el conjunto de sustancias que ayudan a conformar un equilibrio perfecto en el ser humano.

También es importante mencionar la diferencia entre alimenticio y alimentario. Alberto Gómez Font (2006) lo explica así: “Alimenticio es lo que comemos, y alimentario (industria, política, comercio) es lo que no podemos comer, pero nos permite comer con más o menos variedad y calidad” (p. 37). En otras palabras, alimenticio es cuando se come y alimentario es el medio que posibilita la alimentación.

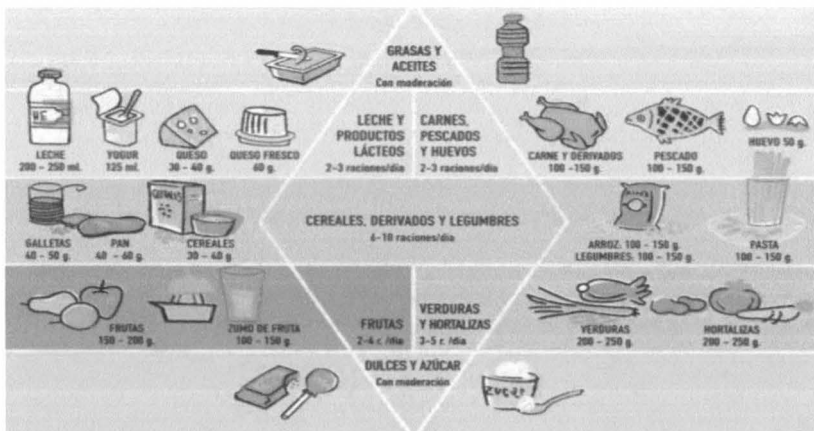
1.3.4 La alimentación nutritiva para un niño de 7 a 11 años

¿A qué se le considera una alimentación nutritiva?, ¿qué beneficios tiene?, estas preguntas serán el comienzo para abordar este apartado.

Ara Roldán (2007) señala que no hay una propuesta universal que se aplique a todas las personas del mundo para llevar a cabo una alimentación nutritiva, debido al temperamento de cada persona, a su edad, a la época de vida, al país, a las estaciones del año y a sus constituciones, pero a pesar de que todas las personas no se alimentan de la misma forma sí se puede tener una alimentación de mejor calidad, nutritiva, variada y sobre todo equilibrada.

Para comenzar, la Fundación EROSKI (s, f. a) señala que la alimentación tiene que ser equilibrada, variada y en cantidades adecuadas, depende de las características de cada persona para garantizar un buen estado nutritivo y de bienestar. En la siguiente imagen se muestra el "Rombo Nutricional" sobre las raciones que se debe consumir al día.

Rombo Nutricional



Fuente: Fundación EROSKI (s, f, a. π 1).

En el Rombo Nutricional expuesto por la fundación EROSKI, se muestra la clasificación de los alimentos esenciales que debe consumir una persona. Al centro del rombo se encuentran los alimentos que aportan la mayor cantidad de vitaminas, minerales y fibra, estos elementos son esenciales para el desarrollo humano. Las frutas, las verduras y las hortalizas deben de ser consumidas de manera considerable ya que contienen vitaminas importantes. De igual modo, los alimentos de origen animal forman parte importante del Rombo Nutricional porque se encuentran en el lado contrario de las frutas, las verduras y las hortalizas. Y por último, en ambos extremos están los alimentos cuyo consumo tiene que ser moderado o reducido, en este grupo se encuentran las grasas, aceites, dulces y azúcares, los cuales son los principales componentes de lo que conocemos como la comida chatarra.

A continuación se presenta un plan de alimentación para niños de 6 a 10 años del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos [INTA] de la Universidad de Chile (s, f).

Guía de alimentación

Alimento	Aporta	Cantidad por día	1 porción es igual a...
Lácteos descremados	Proteínas. Calcio. Vitaminas A y B.	3 porciones	1 taza de leche descremada. 1 yogurt bajo en calorías. 1 trozo de queso 3x3 cm. 1 rebanada de queso blanco. 1 lámina de queso mantecoso.
Pescado, carne y huevos	Proteínas. Hierro. Zinc. Cobre.	1 porción	1 presa chica de pescado. 1 presa chica de pollo o pavo sin piel. 1 bistec a la plancha o asado. 1 huevo. 1 taza de legumbres.
Verduras	Vitaminas A y C. Antioxidantes. Fibra dietética.	3 porciones	1 plato de lechuga, repollo, coliflor, apio o brócoli. 1 tomate regular. ½ taza de acelgas, espinacas, zanahorias, betarragas o zapallo.
Frutas	Vitaminas A y C. Antioxidantes. Fibra dietética.	2 Porciones	1 naranja, manzana, pera o membrillo. 2 duraznos, kiwis o tunas. 2 damascos o ciruelas. 1 rebanada de melón. 1 taza de uvas o cerezas.
Pan, cereales y papas	Calorías. Hidratos de carbono. Fibra dietética. Proteínas.	3 porciones	½ hallulla o marraqueta. 1 rebanada de pan integral. 2 rebanas de pan molde. 4 galletas de agua o soda. ¾ taza de arroz, fideos o papas cocidas. 1 taza de maíz, habas o arvejas frescas.
Este plan de alimentación incluye la pequeña cantidad de aceite que se agrega a las ensaladas y una pequeña cantidad de azúcar y sal.			

Fuente: (Olivares, S., Zacarías, I. y González CG. s, f, *Guía de alimentación del escolar 6 a 10 años del INTA de la Universidad de Chile.*).

Con la anterior guía de alimentación, se puede tener un criterio de las porciones que no se deben dejar escapar en la alimentación de un niño, cabe destacar que la carne no se encuentra como un alimento que se debe consumir regularmente. Es importante recordar que todos los alimentos mencionados forman parte del “Rombo Nutricional”. En cuanto a los alimentos conocidos como comida chatarra, Olivares, S. et al, no mencionan su consumo directamente, aunque podrían ser consumidos de manera ocasional, debido a que contienen calorías, las cuales se encuentran incluidas en la guía de alimentación.

Se ha mencionado en el Rombo Nutricional de la Fundación EROSKI (s, f. a), que se debe consumir de 6 a 10 raciones de pan, galletas, cereal, arroz o pasta, de 2 a 3 raciones de leche, yogurt, queso, carne, pescado o huevo, de 2 a 4 frutas o zumo de frutas, de 3 a 5 verduras u hortalizas y consumir con moderación las grasas, aceites, dulces y azúcares. Mientras que en la guía de la alimentación del INTA de la Universidad de Chile (s, f) señala que los niños de 6 a 10 años deben consumir 3 porciones al día de leche, 1 presa de pescado, carne o huevo, 3 porciones de verduras, 2 de frutas, 3 porciones de pan, cereales, papas y pequeñas cantidades de aceite, azúcar y sal. Existen alimentos que son esenciales para el desarrollo humano porque aportan los nutrientes necesarios para su crecimiento. Lo único esencial que le faltaría mencionar al INTA y a la Fundación EROSKI, es el consumo de agua pura, ya que es primordial para el ser humano, y el Instituto Nacional de Salud Pública y la Secretaría de Salud (2006) aconsejan tomar de 6 a 8 vasos al día.

Como conclusión, se puede entender que para tener una “alimentación nutritiva” se deben consumir más frutas, verduras, cereales, menos proteínas, y en menor medida azúcares y grasas. De acuerdo al dato de la UNICEF, México ocupa el

primer lugar en obesidad infantil (s, f) y uno de los principales causantes son los malos hábitos que se tiene con la alimentación (más adelante se abordará el tema), y lo que comúnmente se conoce como la comida chatarra. Cabe mencionar una diferencia importante sobre el azúcar natural y la blanca o refinada. Por un lado; el Instituto de Estudios del Azúcar y la Remolacha [IEDAR] menciona que el azúcar natural tiene como principal característica nutricional la fuente de energía, además de que su consumo no tiene un efecto negativo sobre la calidad nutricional en una dieta (s, f), y por el otro lado, de acuerdo con la Licenciada en Nutrición Julieta C. Ferreyra, el azúcar blanca se considera como calorías vacías, ya que durante su refinamiento pierde vitaminas y minerales que el cuerpo necesita para procesarla, y si se consume en exceso se puede relacionar con las enfermedades cardiovasculares, la obesidad y la acumulación de grasa (s, f). Para concluir, menciona el IEDAR (s, f) "El papel del azúcar como parte de una alimentación equilibrada se ha visto especialmente discutido" (p. 3). Así que, si se consume azúcar es mejor hacerlo con moderación y de preferencia no refinada.

1.3.5 Comida chatarra

El término de comida chatarra se refiere a los alimentos que contienen mayor cantidad de azúcar, grasas, condimentos, harinas o sal y son de bajo nivel nutricional. Carola García Calderón (2011) señala: "La comida chatarra se le denomina comúnmente a aquellos alimentos de bajo valor nutritivo, que poseen altos contenidos de azúcares, harinas o grasas, tales como botanas, refrescos, pastelillos, dulces o cereales" (p.172). Blanca Valadez (2010, 8 de febrero, s, p) señala que en nuestro país se gastan alrededor de 240 mil millones de pesos al año para consumir productos chatarra y sólo 10 mil millones de pesos en el consumo de 10 alimentos básicos. Cabe destacar que los niños consumen aproximadamente más de 20 mil

millones de pesos en estos productos durante un ciclo escolar. Su consumo desmedido perjudica la salud del ser humano y en mayor medida la de un niño, ya que puede ocasionar un problema de salud crónico, debido a que este tipo de alimentos son los que generalmente gusta más la comunidad infantil, son de fácil acceso y de bajo precio. Alejandro Calvillo Unna (2010, 17 de enero, p. 1) señala que la adicción en los alimentos también representa un daño a la salud, que puede ser controlada por los adultos pero no por los niños, ya que obedecen sus deseos de satisfacer un producto energético disfrazado de sabor, además, los productos ricos en azúcar, grasa o sal estimulan las neuronas que forman parte del sistema circuito opioide encargado del placer en el cuerpo y sus efectos son similares a drogas como la morfina y la heroína. Laura Beatriz Montes de Oca Barrera (2011), menciona:

“Pese a que los niños y jóvenes sigan los consejos del Osito Bimbo para tener una vida positiva al estilo Coca-Cola, llena de sonrisas tipo Sabritas, no dejarán de ser adictivos a la chatarra. Pese a que hagan ejercicio y coman frutas y verduras, la adicción los perseguirá de por vida...” (152).

Por ello, es importante que los niños empiecen a darse cuenta que el consumo de productos chatarra son adictivos y que paulatinamente deben de consumirlos en menor cantidad posible por su propio estado de salud.

De manera particular, el refresco, es una bebida preparada que de acuerdo con Euromonitor Internacional (en Parametría, 2013), México ocupa el tercer lugar a nivel mundial en el consumo del refresco, solamente por debajo de Argentina y Chile, con un promedio de 119 litros por persona al año. Odín Ramos (en Televisora

Venezolana Social, 2010) señala que resulta dañino para la salud ya que estos productos contienen ácidos que provocan la descalcificación en los huesos, producen asma, urticaria y alergias.

A continuación se presenta un cuadro realizado por Alianza por la Salud Alimentaria (2013, π 13) que muestra la cantidad de azúcar que contienen los refrescos consumidos en México.

Contenido de azúcar en refrescos de diversas marcas

Refresco de 600 ml	Gramos de azúcar	Cucharadas de azúcar
7 up	70 g.	14
Coca Cola	63 g.	12
Delaware Punch	75 g.	15
Dr. Pepper	62.4 g.	12.48
Fanta	56 g.	11
Fanta sabor fresa	78 g.	15.6
Fresca	53 g.	10.6
Fuze tea	75 g.	15
Mirinda	78 g.	15.6
Orange Crush	21.3 g.	4 Contiene sucralosa ²
Peñafiel sabor fresa	27.5 g.	5.5 Contiene sucralosa
Pepsi	68 g.	13.6
Sangría Señorial	66 g.	13.2
Senzao Guaraná	63 g.	12
Sidral Mundet	60 g.	12
Sprite	54 g.	10

Fuente: (Alianza por la Salud Alimentaria, 2013).

El refresco es una bebida de la que se debe tener mucho cuidado porque contiene grandes cantidades de azúcar, sal y grasas. Debido a la publicidad, los productos chatarra han sido capaces de penetrar en la cultura mexicana y generar cambios en la alimentación de nuestra población al dirigirse a los niños como su principal público.

² Sucralosa: Endulzante artificial sin aporte energético.

1.3.5.1 La publicidad de la comida chatarra

La publicidad en los medios masivos, y principalmente en la televisión, juega un papel determinante en la dieta y los hábitos alimenticios que se modifican a lo largo de la vida de los infantes. La mayoría de los anuncios televisivos están dirigidos a los niños, ya que son el público más frágil de la sociedad, y los grandes consorcios que fabrican alimentos y bebidas destinan grandes cantidades de su presupuesto para anunciarse. Carola García señala que Grupo Bimbo, Barcel, Pepsico (fabricante de Pepsi Cola, Sabritas y Gamesa), Coca-Cola, Unilever, Kraft Foods, Nestlé y Kellogg's (2011, p. 177) han podido mantenerse como los principales líderes en venta, debido a la persuasiva publicidad que es dirigida a los niños ya que utilizan artistas de moda, colores llamativos y están enfocados en la estación del año para vender un alimento innecesario y poco nutritivo.

La Alianza por la Salud Alimentaria (2013) señala que lamentablemente más del 90% de los productos que se dirigen a los niños no son recomendables y además son los de menor calidad nutricional.

De acuerdo con el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición, Salvador Zubirán (en García, 2011), México es la principal nación que transmite la mayor cantidad de anuncios sobre comida chatarra a nivel mundial. Carola García (2011) señala que tal vez, uno de los caminos que se debería de seguir es la restricción de comerciales en horarios específicos para niños, así como prohibir que los mismos niños aparezcan en los comerciales, como se ha llevado a cabo en varios países.

1.3.5.2 Experimentos con la comida chatarra

Para conocer un poco más el funcionamiento de la comida chatarra en el cuerpo humano; *Morgan Spurlock* y el Investigador Naturista Daniel González, realizaron unos experimentos que demuestran el daño producido por la comida chatarra en el organismo.

1.- *Super Size*

Morgan Spurlock en su documental titulado *Super Size Me* (2004) se dio a la tarea de consumir únicamente productos de *Mc Donald's* (hamburguesas, papas, refrescos y helados principalmente) durante un mes, bajo la supervisión de un cardiólogo, un gastroenterólogo, un médico general y un nutriólogo. El experimento lo llevó a cabo debido al alto índice de obesidad en su país. Durante los treinta días, Morgan Spurlock tuvo las siguientes reacciones:

- Aumento de peso.
- Dolor de cabeza.
- Apetito sexual bajo.
- Depresión.
- Menor energía.
- Taquicardia.

Este documental, es un ejemplo de lo que puede ocasionar el consumo de los refrescos y la comida rápida, y queda demostrado lo dañino que puede llegar a ser dicha comida si se consume excesivamente. Y muchas veces es gracias al manejo de la publicidad que se tiene.

2.- **Televisora Venezolana Social**

El Ingeniero en Alimentos Odín Ramos y el Investigador Naturista Daniel González, invitados en el programa TV Foro 2010 conducido por el periodista William Castillo en Venezuela, realizaron 3 experimentos que demuestran el daño producido por la comida chatarra en el organismo: refresco, chetos o productos *snack* y tang.

- **El refresco**

Uno de los experimentos que llevaron a cabo fue con el refresco, en el cual sumergen un hueso de pollo por medio día y en el momento de retirarlo sale manchado de color negro (mismo color que el refresco). El ingeniero en alimentos Odín Ramos explica que el color del hueso se debe a un químico en el refresco llamado “Negro brillante” o E151, libera histaminas que provocan alergias, asma y urticaria. Otro hueso que estuvo dentro del refresco por 15 días, al igual que el primero, quedó de color negro, además de encontrarse en un estado de descalcificación que puede provocar osteoporosis, hernias discales y dolor de huesos en una persona. La descalcificación se debe a 5 ácidos que contiene el refresco: ácido málico, ácido gluónico, ácido acético, ácido ascórbico o cítrico (totalmente químico) y ácido fosfórico. Y concluyen con la mención de que si se consume dicho producto se tendrá osteoporosis, en cuanto a los niños, tendrán osteoporosis prematuramente, por lo tanto las personas que se enfermen tendrán que adquirir productos para tratar de curarse, lo que provocaría el enriquecimiento del sector farmacéutico.

- **Chetos**

El segundo experimento que llevaron a cabo fue con los chetos. Odín Ramos menciona que los chetos están hechos de cartón, carboximetilcelulosa (CMC), derivado del petróleo y con colorante artificial: tartracina. Para demostrar que no es un producto saludable quemaron los chetos. Como resultado se hicieron negros y pequeños, porque son derivados del petróleo, y menciona que si fuera otro producto como galletas de maíz no se tendría el mismo resultado. El consumo de este producto puede provocar dolor de cabeza, migraña y estreñimiento.

- **El *tang***

El tercer experimento fue con el *tang*, una bebida instantánea en polvo con sabor a frutas. El proceso que llevaron a cabo fue teñir una prenda de color blanco con el polvo del *tang*. Mencionan que eso mismo pasa con el estómago de las personas que lo consumen, pues es capaz de destruir la flora intestinal y provocar la gastritis. Otro elemento que contiene este producto es la eritrosina, que es un colorante de color rojo, violeta o azul y provoca foto sensibilidad. También produce xenoestrógenos, sustancia que al momento de entrar al torrente sanguíneo se camufla como una hormona que produce poca producción espermatozoide y en las mujeres produce endurecimiento del útero.

Con estos experimentos se demuestra el daño que la comida chatarra puede provocar en el organismo humano. Este daño es causado por el consumo regular y peor aún, excesivo de la comida chatarra. Ya que este tipo de alimentos son los que la mayoría de las veces buscan los niños ya sea por sus colores, su forma o por su sabor, sería adecuado fomentar una conciencia crítica sobre su consumo moderado.

1.3.6 Alimentos transgénicos

Además de la comida chatarra, los alimentos transgénicos representan un daño para la salud, y muchas veces son consumidos sin saberlo. Pero ¿qué es un alimento transgénico?, ¿cuáles son los principales riesgos para la salud? y ¿qué productos no son recomendables para su consumo?

De acuerdo con *Greenpeace* (2012) [Organización no Gubernamental que protege y defiende al ambiente], un transgénico: "Es un ser vivo creado artificialmente con una técnica que permite insertar genes de virus, bacterias, vegetales, animales, e incluso

de humanos a otro espécimen totalmente distinto” (p.3). Los principales riesgos para la salud al consumir alimentos transgénicos son los siguientes: provoca alergias, altera la fertilidad y produce nuevas toxinas.

Greenpeace (2012) se dio a la tarea de conocer si las empresas elaboran los productos alimenticios comúnmente consumidos en México y con algún tipo de ingrediente transgénico. Este organismo solicitó a las empresas que le brindaran la información sobre el proceso de elaboración de sus productos, y en la siguiente lista se muestran aquellas empresas que no accedieron a dar la información requerida, por tanto, su preparación no es confiable:

Chocolates

- Cal-C-tose.
- Carlos V (Nestlé).
- Chocomilk (Nestlé).
- Hershey`s.
- Larin.
- Milkyway.
- MNM`S.
- Nesquick (Nestlé).

Dulces

- Coronado (Bimbo).
- Gelatinas Yomi (Lala).
- Jell-o (Kraft).
- Marinela (Bimbo).
- Mermelada Kraft.
- Ricolino (Bimbo).
- Sonrics (Pepsico).

Lácteos

- Alpura.
- Lala.
- Danone.
- Nestlé.
- Nido (Nestlé).

Aceites

- Aceite 1-2-3 (La corona).
- Aurrera (Wall Mart).
- Capullo.
- Maravilla.
- Nutrioli.

Enlatados y conservadores

- La costeña.
- Herdez.
- Clemente Jaques.
- Del fuerte (Herdez).

Mayonesas

- Del fuerte (Herdez).
- Hellman´s (Unilever).
- La costeña.
- Mc Cormick´s (Herdez).

Botanas

- Barcel (Bimbo).
- Nestlé.
- Sabritas (Pepsico).

Cereales

- Kellog`s.
- Nestlé.
- Milpa Real (Bimbo).

Pan y galletas

- Bimbo.
- Gamesa (Pepsico).
- Kellog`s.

Congelados

- Haagen Dazs (General Mills).
- Holanda (Unilever).

Sopas y pastas

- Maggi (Nestlé).
- Maruchan.
- Sopas Knorr (Unilever).

Bebidas

- Coca Cola.
- Pepsico.
- Jumex (excepto la línea Mí primer jugo).

Harinas, tortillas y granos

- Tía Rosa (Bimbo).
- Maseca (Gruma).
- Maizena (Unilever).

- Marinela (Bimbo).
- Wonder (Bimbo).
- Tía Rosa (Bimbo).
- Quacker (Pepsico).

Las marcas proporcionadas en la anterior lista, son una síntesis de los productos que se consumen en México y principalmente por los niños. *Greenpeace* (2012)

recomienda consumir productos naturales en los tianguis y evitar los supermercados, es decir, tratar de consumir productos lo más naturales y frescos posibles.

En este apartado se mostraron los principales alimentos chatarra y transgénicos que se consumen en México, así como algunos daños que provocan si se consumen de una manera regular, y peor aún, excesivamente. Maite Plazas señala que si se ingieren con mesura y la base es una dieta correcta, no ponen en riesgo la salud del niño (2004), sin embargo, los niños se encuentran más vulnerables a la adicción de estos productos densamente energéticos disfrazados de sabor.

1.3.7 Trastornos alimenticios

Debido al consumo, tanto excesivo como mínimo, de alimentos y productos con alto contenido en grasas y azúcares, se han desarrollado trastornos alimenticios que afectan a los adultos y paulatinamente afectan más a los niños.

A continuación se presentarán los trastornos alimenticios más comunes en México. Pero antes, es necesario identificar qué es un trastorno alimenticio. Rosa María Baños, Cristina Botella y Conxa Perpiña (2006) mencionan: "Los trastornos alimenticios son cuadros clínicos que se caracterizan por graves alteraciones de la conducta alimentaria" (p. 29), la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa son las más comunes, causan dificultades físicas o incluso la muerte.

Otra definición sobre trastornos alimenticios la proporciona el Instituto Nacional de Salud Mental (2011): "El trastorno alimenticio es una enfermedad que causa graves perturbaciones en su dieta diaria" (p. π 1). Se describe como una forma de

alimentarse en raciones mínimas o en raciones excesivas. De igual manera que Baños y otros, apunta que la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa son los trastornos más comunes, y añaden el trastorno por Atracón.

A continuación se presenta un cuadro comparativo que recopila información sobre los trastornos alimenticios más comunes, su definición, sus características, consecuencias y enfermedades que conlleva, basado en la información del Instituto Nacional de la Salud Mental (2011) y de Maoushka Monro (2002).

Trastorno Alimenticio	Anorexia	Bulimia	Atracón
Definición	La persona que padece este trastorno se ve a sí misma pasada de peso y su alimentación es medida o nula.	La persona que padece este trastorno ingesta grandes cantidades de alimento sin disfrutarla, para después provocar el vómito.	La persona que padece este trastorno no tiene control para llevar a cabo su alimentación, debido a que la ingesta de alimentos es desmedida e inadecuada.
Características	<ul style="list-style-type: none"> -Alimentación restringida. -Adelgazamiento extremo. -Miedo a subir de peso. -Imagen corporal distorsionada. -Se obsesiona con el peso. 	<ul style="list-style-type: none"> -Miedo al aumento de peso. -Obsesión por perder peso. -Insatisfacción con su cuerpo. -Muchas veces conlleva al atracón. -Tiene depresión. 	<ul style="list-style-type: none"> -Comen más rápido de lo normal. -Baja autoestima.
Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> -Pérdida de masa corporal. -Se debilita el cabello y las uñas. -Piel seca. -Fatiga muscular. -Presión sanguínea baja. -Daño cerebral. -Cansancio. 	<ul style="list-style-type: none"> -Garganta y glándulas salivales inflamadas. -Dientes sensibles. -Reflujo excesivo. -Irritación intestinal. -Deshidratación. 	<ul style="list-style-type: none"> -Riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares. -Riesgos de desarrollar presión arterial elevada. -Se siente culpable y avergonzado.
Enfermedad	<ul style="list-style-type: none"> -Anemia. -Desnutrición. -Diabetes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Enfermedades cardiovasculares. -Osteoporosis. -Diabetes. 	<ul style="list-style-type: none"> -Obesidad. -Sobrepeso. -Diabetes.

Fuente: Instituto Nacional de la Salud Mental (2011) y Maoushka Monro (2002).

Al observar el cuadro comparativo, se puede concluir que los trastornos alimenticios surgen en la mayoría de los casos debido a la importancia de la Imagen Corporal³

³ El concepto de "Imagen Corporal" es patentada por Paul Ferdinand Schilder, quien la reconoce como: "La imagen que forma nuestra mente del propio cuerpo, es decir, el modo en que nuestro

[IC]. Sobre esto, Jean-Martin Charcot (Habermas 1989, en Baños et al, 2006) “Reconocía que las alteraciones de la IC eran manifestaciones relevantes de los trastornos alimenticios” (p. 31).

Los trastornos alimenticios conducen principalmente a padecer enfermedades, entre las que destacan: la diabetes, causa de muerte número 1 en México, según la Alianza por la Salud Alimentaria (2013); la obesidad, México ocupa el primer lugar en obesidad infantil, de acuerdo con la UNICEF (s, f); y la desnutrición, afecta de manera significativa el sur del país, menciona la UNICEF (s, f).

Asimismo, Manuela Lopera señala que los trastornos alimenticios afectan a uno de cada nueve niños, en la mayoría de los casos al finalizar la segunda infancia (2013). Muchas veces las formas de alimentación en el país están basadas en pensamientos o creencias de ciertos alimentos que perjudican o benefician la salud. Estas creencias o mitos, pueden aparecer en el entorno familiar, en los medios de comunicación o simplemente en pensamientos que una misma persona crea sin corroborarlo con un especialista.

Pero, ¿qué es un mito? Victoria Eugenia Bolado García (2002) en Confederación de Consumidores y Usuarios [CECU], (2008) expone la definición: “La palabra mito se relaciona con cuentos, fábulas, personas o cosas, a las que se asocia características, y cualidades que no poseen. Estos mitos son verdaderos para los que creen en ellos, pero en realidad carecen de fundamento” (p. 3). Es importante saber por qué surgen los mitos, y aún más importante, reconocer aquellas creencias

cuerpo se nos manifiesta” (Baños et al, 2006). La imagen corporal en los trastornos alimentarios: ¿En qué pueden ayudar las técnicas de realidad virtual [sic]. En Psicología de los trastornos de alimentación. Universidad Pontificia de Salamanca. Conferencia. P. 33.

que pueden perjudicar la salud o aquellos que dejan de ser un mito y pasan a ser una realidad sin basarse en el conocimiento científico.

Muchas veces los niños crecen enraizados a mitos (sin fundamento) y creencias falsas, y dejan de comer ciertos alimentos que son prioritarios para su crecimiento y desarrollo. Una de las interrogantes que puede ser inquietante para los papás es: ¿Qué tan recomendable es una alimentación vegetariana en la dieta del niño? En el siguiente apartado se abordará el tema sobre esta dieta, que para muchas personas no es recomendable en los niños, pero para otras personas es la mejor fuente de alimentación.

1.3.8 Comida vegetariana

Las dietas vegetarianas o semi-vegetarianas forman parte importante en algunas dietas alimentarias de los niños. Antes de comenzar a plantear qué tipo de dietas vegetarianas existen, es importante saber qué es la comida vegetariana. De acuerdo con La Asociación Americana de Dietética (2009), una dieta vegetariana se entiende como aquella alimentación que no incluye carne de animales, pescados, aves, ni mariscos. La alimentación puede variar de acuerdo con la persona, es decir, al tipo de dieta vegetariana que lleve.

Las principales razones, según La Asociación Americana de Dietética (2009) para llevar este tipo de dietas pueden ser las siguientes:

- Creencias religiosas.
- Alergia o disgusto a ciertos alimentos.
- Preocupación por el medio ambiente y bienestar animal.

Existen muchas más razones por las cuales una persona pueda considerar tener una dieta vegetariana, entre ellas por la salud. De igual forma, es importante conocer y distinguir las diferentes formas de dietas vegetarianas que existen. A continuación se presenta una tabla de acuerdo con Kristy M. Hendricks (2001) sobre las diferentes formas de alimentación que existen y los alimentos que consumen principalmente.

Tipos de alimentos consumidos dentro de diferentes dietas vegetarianas

Dieta	Carne de res y cerdo	Pescado y ave	Productos lácteos	Huevos	Verduras, granos, nueces, semillas, alimentos de soya
Dieta tradicional	X	X	X	X	X
Semi-vegetariana		X	X	X	X
Lacto-ovovegetariana			X	X	X
Lactovegetariana			X		X
Ovovegetariana				X	X
Vegan ⁴					X

Fuente: (Hendricks 2001, p.135).

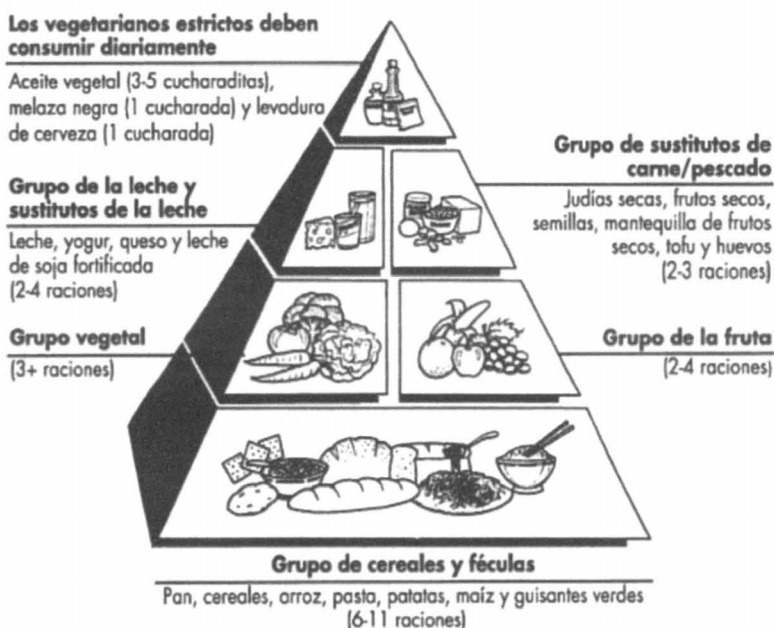
Como se puede apreciar en el cuadro anterior, una dieta tradicional es la que se recomienda consumir comúnmente, esto quiere decir que se come la mayoría de los alimentos de acuerdo al Rombo Nutricional. De ahí sigue la dieta de aquellas personas que no consumen carnes, pescados, productos lácteos, huevos y finalmente aquellas personas que no consumen algún producto derivado de animales. Un punto importante a destacar, lo ofrece Luz Guerrero al señalar que los

⁴ El vegetariano macrobiótico típicamente come en forma semejante al vegan, sin embargo sí puede consumir mariscos. Otros alimentos que se eliminan de la dieta macrobiótica incluyen vegetales de la familia de la hierba mora, frutas tropicales y edulcorantes procesados.

veganos no consumen productos obtenidos de animales; como miel, huevos, leche, y mariscos (2014).

Para poder entender con mayor claridad qué tipo de alimentos se consumen en una dieta vegetariana, a continuación se muestra la pirámide nutricional vegetariana de acuerdo con L. Morgan Sarah y L. Weinsier Roland (2000) y al igual que en el Rombo Nutricional, la parte más amplia, es la que con mayor frecuencia se debe consumir:

Pirámide de Nutrición Vegetariana



Fuente: L. Morgan, Sarah y L. Weinsier, Roland (2000) "Pirámide Nutricional Vegetariana" p.11.

Por ser una pirámide nutricional vegetariana; las grasas, las carnes de animales y derivados no aparecen, y son suplantados con alimentos que de acuerdo a los

vegetarianos contienen los mismos o más nutrientes, pero ¿qué tan recomendable es una dieta vegetariana en un niño?, ¿contiene los mismos nutrientes que una dieta tradicional?

En una entrevista que se realizó el día 14 de junio del 2013 al Nutriólogo Rafael Moreno Medina, mencionó que una dieta vegetariana no contiene los mismos nutrientes que una dieta tradicional y que no recomienda este tipo de dietas en un niño, debido a que la carne es un alimento que aporta gran cantidad de nutrientes y deben de ser consumidas por lo menos 2 veces a la semana.

Por otra parte, Kristy M. Hendricks (2001) menciona los siguientes beneficios de una dieta vegetariana: la disminución de enfermedades crónicas; como las cardiopatías, diabetes y algunos cánceres. Y cabe mencionar que Emanuele Djalma Vitali (1982) señala que se debe tener mayor cuidado si las personas optan por alimentarse con un régimen totalmente vegetal porque se puede carecer de proteínas.

Se puede concluir que cada persona decide la forma en que se va alimentar, de acuerdo a los alimentos de su agrado, la convicción de las personas, y en otras ocasiones es la propia voluntad la encargada de guiar la forma en que se va a alimentar. Pero si las dietas, tanto tradicional como vegetariana están bien planeadas, se puede satisfacer adecuadamente los nutrientes para cada persona. En cambio, los alimentos que consumen los niños no siempre los benefician nutricionalmente, debido a que los padres pueden tener hábitos que les transfieren a sus niños que pueden no ser adecuados para su salud, con consecuencias de problemas alimenticios en años posteriores.

1.4 Hábitos alimenticios

1.4.1 Concepto de *Habitus* abordado por Aristóteles, Tomás de Aquino y Pierre Bourdieu

De acuerdo con la Confederación (de ámbito estatal) de Consumidores y Usuarios (2008) los hábitos alimentarios se definen como:

Los hábitos adquiridos a lo largo de la vida que influyen en nuestra alimentación. Llevar una dieta equilibrada, variada y suficiente acompañada de la práctica de ejercicio físico es la fórmula perfecta para estar sanos. Una dieta variada debe incluir alimentos de todos los grupos y en cantidades suficientes para cubrir nuestras necesidades energéticas y nutritivas (p.4).

Entonces, estos hábitos se adquieren a lo largo de la vida, y para ir más a fondo con el concepto de hábito, Ana Teresa Martínez (2007) en su texto *Pierre Bourdieu: Razones y lecciones de una práctica sociológica. (del estructuralismo genético a la sociología reflexiva)* por su cabal información sobre dicho concepto, expone puntualmente a Aristóteles y Tomás de Aquino.

Empecemos con Aristóteles en el antiguo mundo griego clásico. Él, en aquel entonces, empleó la palabra *hexis*, que gracias a su traducción al latín se refería al *habitus* y lo abordó con un sentido puntual y con un análisis sistemático. Aristóteles ha empleado dicho concepto en diversos textos; 1. En *El libro de las categorías* lo utiliza como relativo (*pros ti*) y como cualidad (*poiotēs*), los cuales los relaciona con *diathesis* (disposición), y se refiere a una misma noción que puede ser considerada por diversos puntos de vista. 2. En el libro de *Metafísica Libro Cuatro* menciona que

la *hexis* es una disposición conformada por diversas partes con referencia a la raíz de la palabra tratándose de una cierta posición (*thesis*), misma que procede de *tithemi*, que se refiere a una condición de producir (*poiein*) o ser producido (*poieisthai*) llegar al hacer (*make*), y concluye que *thesis*, tiene su punto fuerte con relación a los otros. También menciona que esa posesión es una actividad (*energeia*) con doble sujeto: el que posee y lo que es poseído, además de puntualizar que la posesión es la disposición de un buen o mal estado por sí mismo o en relación a otra cosa. 3. En *el libro del alma* menciona que la *hexis* (*diathesis*) es una forma de *energeia*, o mejor dicho, una forma de *per-feccionamiento* y que siempre va a tener lugar en el ser viviente porque es difícil de removerla incluso cuando el sujeto se duerme.

Por otro lado, en el siglo XIII, fue Tomás de Aquino quien extendió este concepto aristotélico de manera sistemática en la parte central de su obra *Summa Theologiae*, en donde busca hacer del *habitus* la pieza de la armonía entre la condición humana finita y corporal con la posibilidad de merecer un destino eterno. Para empezar, Tomás de Aquino busca conciliar los textos de Aristóteles; *La Metafísica Libro Cuatro* y el de *Las Categorías*, acentúa el hecho de que el *habitus* es una cualidad que puede ser calificado como malamente o buenamente dispuesto. Menciona que el *habitus* pertenece a la cualidad de la sustancia, que hace referencia a la naturaleza y pretende convertir dicho concepto en una cualidad totalmente humana y para ello, Tomás de Aquino señala que la “naturaleza humana” parte de que el hombre es un ser compuesto por dos sustancias incompletas: el cuerpo y el alma. Por otro lado, en cuanto a la existencia de una necesidad del *habitus*, se requiere de un ser que esté en potencia con relación a su fin, y que pueda ser determinante de

varias maneras para diferentes cosas. Tomás de Aquino puntualiza, que el *habitus* es una posibilidad en dónde el ser humano actúa en conocimiento y voluntad de lo que puede hacer, además de ser adquirido por la repetición de los actos, es capaz de crecer, de desarrollarse, y de ese modo la disposición se convierte en *habitus*; así como la niña se hace mujer. También se trata de una participación más intensa que se encuentra condicionada por la práctica de los actos con mayor intensidad. También éste concepto tendrá diversos usos y se transformará en un concepto analógico con diversas aplicaciones: los vicios y las virtudes son *habitus*, el pecado original, los principios de la lógica, etc., algunos añadidos por la naturaleza y otros producidos en base a la propia acción de hombre sobre sí mismo o por la donación divina.

Un tercer autor que abordó el concepto de hábito, pero en el ámbito de la sociología fue Pierre Bourdieu y de acuerdo con Gilberto Giménez (1997) en su texto *La sociología de Pierre Bourdieu*, acude a 2 términos para definir el *habitus*: “disposición” y “esquema”; el primero descende de la herencia filosófica moral, el cual expresa el resultado de acciones organizadas con sentido estructuralista, mientras que el segundo, se asocia al sistema simbólico de Lévi-Strauss. En base a lo anterior, menciona que es como un sistema de esquemas interiorizados capaz de generar todos los pensamientos, acciones y percepciones de alguna cultura. También menciona que tiene un carácter multidimensional; que engloba el sistema de esquemas lógicos, las disposiciones morales, el registro de gestos y las disposiciones estéticas, y se puede superar las dimensiones de la psicología tradicional entre lo afectivo, corporal e intelectual. Otra definición que enfatiza, se refiere a un sistema de disposiciones con referencia a las prácticas capaces de

regular las conductas y preparadas para predecir las prácticas, ya que se componen de cierta manera y en ciertas circunstancias.

Por lo anterior, se puede entender que el concepto de hábito es una disposición que se refiere a una misma noción considerada por diversos puntos de vista. También es una cualidad ya sea mala o buenamente dispuesta. Es una posibilidad del ser humano que puede actuar en conocimiento y voluntad de lo que puede hacer, así como poder adquirirlos gracias a la repetición de los actos, los cuales crecen, se desarrollan y finalmente se convierten en hábitos. El hábito se relaciona con el comportamiento, la forma de ser y, en cuanto a la alimentación, el hábito es determinante para el crecimiento adecuado y sobre todo nutritivo de las personas, ya que la alimentación es una necesidad básica de todo ser vivo, pero ¿qué hábitos alimenticios conducen a tener una alimentación inadecuada en los niños?, ¿cómo influye la familia en crear hábitos adecuados en los niños? y todavía más importante, ¿qué hábitos son perjudiciales para la salud de un niño?

Muchas veces los niños crecen con hábitos que son inculcados o heredados por sus padres, de forma consciente o inconscientemente, y estos hábitos pueden ser virtudes o vicios. Así se puede decir que el tipo de alimentación, el gusto y las porciones que el niño consume, en la mayoría de los casos, son productos de los hábitos de casa. Maite Plazas (2004) explica:

En nuestra cultura, por lo general la madre es la encargada del cuidado del niño. Es ella quien decide qué va a comer el pequeño, cómo, cuándo, y dónde lo hará. La relación alimentaria es un proceso interactivo

en el que participan la madre y el niño, y se conforma por todas aquellas interacciones que suceden en torno a la alimentación: selección, compra, ingestión, actitudes y comportamientos (p. 63).

En la mayoría de los casos, las mamás de los niños forman una parte esencial en los hábitos que tienen, y pueden ser benéficos o perjudiciales para su salud. Una de las principales causas que conlleva a tener una conducta inapropiada en los hábitos alimenticios, es el sedentarismo. De acuerdo con Pedro García Urigüen (2012) según la Organización Mundial de Salud, la Organización Panamericana de la Salud, la Secretaría de Salud y el Instituto Nacional de Salud Pública, México se encuentra en el séptimo lugar mundial de población sedentaria. Lo que lleva a las personas a tener un mayor acercamiento con la comida y por tanto una mayor ingesta.

Por lo anterior, se puede provocar que las personas sedentarias consuman alimentos a cualquier hora del día, lo que resulta en un problema que incita a un posible trastorno alimenticio y sobre todo, se presenta redundante al combinarlo con la falta de ejercicio. El Doctor Manuel Aguilar Ortega (2013) menciona que si un niño consume más del promedio de calorías (2,100 calorías) no puede existir algún problema alimenticio, siempre y cuando realice actividades físicas para evitar la acumulación de grasa en el cuerpo.

Es importante insistir en la formación de buenos hábitos alimenticios desde temprana edad en los niños, fomentar el ejercicio y tener una adecuada alimentación. En el siguiente apartado se mencionarán los hábitos alimenticios más importantes que deben tener los niños de la segunda infancia.

1.4.2 Recomendación para el desarrollo de hábitos alimenticios en niños de 7 a 11 años

Maite Plazas (2004) señala que en la etapa preescolar y escolar se forman los hábitos y actitudes que aprenderán los niños a lo largo de toda su vida. A continuación se hará mención de algunas recomendaciones para niños entre 7 a 11 años sobre la ingesta de alimentos y bebidas que les ayude a desarrollar hábitos alimenticios nutritivos.

A) La primera recomendación se basa en 4 leyes que plantea Rafael Ramos Galván (1985) sobre los requisitos que se deben tener en cuenta al momento de alimentarse:

1. Ley de la cantidad: Debe ser suficiente para satisfacer las necesidades energéticas del organismo.
2. Ley de la calidad: Debe ser completo en su composición para ofrecer al organismo.
3. Ley de la armonía: Debe guardar una relación de proporciones entre los grupos alimenticios.
4. Ley de la adecuación: Depende del requerimiento del organismo.

Estas leyes ayudan a mantener un equilibrio entre el niño y el alimento. Explica la importancia del consumo suficiente, de calidad, las cantidades proporcionales y el consumo adecuado, y depende del requerimiento energético que necesite cada niño.

B) La segunda recomendación la aporta la Nutrióloga Ellyn Satter (en Plazas, 2004, p.64), quien para lograr una relación alimentaria positiva propuso una división de responsabilidades:

Los encargados (Padres, equipo de salud, maestros)	Responsables de qué alimentos ofrecen a los niños y cómo los ofrecen.
Los niños	Responsables de cuánto comen. Incluso, responsables de comer o de no hacerlo.

Por otro lado, se recomienda que el niño coma en un horario y lugar asignado, acepte los alimentos que le ofrecen y decida él mismo la cantidad de comida que va a comer.

C) La tercera recomendación proviene del Instituto Nacional de Salud Pública y la Secretaría de Salud (2006) con *La jarra del buen beber*, y aconsejan el consumo de bebidas apropiadas para tener una vida más saludable.

Jarra del buen beber



Fuente: Instituto Nacional de Salud Pública y Secretaría de Salud (2006) en Museo Tecnológico de la Comisión Federal de Electricidad (2013).

Con datos de *La jarra del buen beber*, se demuestra que el consumo del refresco no es recomendable, en cambio, el agua potable es lo que se debería tomar principalmente durante cada día.

Con las 3 recomendaciones planteadas anteriormente, el niño podrá crecer con un consumo de energía adecuado, con hábitos alimenticios recomendables a su edad y con la responsabilidad propia sobre su consumo.

1.4.3 La importancia de la actividad física en la segunda infancia

Realizar actividad física es determinante para todos los seres humanos, y especialmente para los niños. De acuerdo con el Programa Perseo (s, f) la actividad física es: "cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos del que resulta un incremento importante de la cantidad de energía consumida en relación al reposo" (p. 1). Los factores que una persona debe tener en cuenta para realizarlo, y de acuerdo al Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad de España existen 4 (s, f.):

1. Frecuencia. Cuántas veces una persona realiza actividad física a la semana.
2. Intensidad. Se refiere al esfuerzo logrado por cada persona.
3. Tiempo. La duración de cada sesión de actividad física.
4. Tipo. El tipo de ejercicio que se realiza.

En relación a la actividad física que se realice, se determinan las calorías que tiene que gastar de acuerdo a los 4 factores anteriores. Ya que si realiza una mayor duración de actividad física y su consume de energía es bajo, va a tener un peso menor (relacionado con el trastorno de la anorexia), en cambio, si se realiza menos actividad física y su consumo de energía es alto, va a tener mayor peso (relacionado

con el trastorno del atracón), pero si su actividad física y su gasto de energía es equitativo se tendrá un peso estable.

Se debe de tener cuidado con el ejercicio con aquellas personas que empiezan a padecer algún trastorno alimenticio. Por un lado, Marilyn Duker y Roger Slade (2008) señalan que la actividad física o el ejercicio en personas que sufren el trastorno alimenticio de la anorexia, por lo general no lo realizan por temor a aumentar de peso, y se debe de tener en cuenta que el ejercicio excesivo puede ser el inicio del padecimiento de este trastorno. Sin embargo, Fernando Fernández Aranda (1998) señala que es de sorprender que muchas jóvenes mujeres que han pasado desnutrición a lo largo de su vida presenten pocas complicaciones físicas. Por otro lado, Roberta Sherman y Ron Thompson (1999) mencionan que si la actividad física no es excesiva ni compulsiva en las personas que padecen el trastorno de la bulimia y del atracón, es lo más recomendable que puedan realizar.

A continuación se ejemplificará qué ejercicio deben realizar los niños, de acuerdo con la pirámide de actividad física de Corbin (2007).

Pirámide de Actividad Física infantil



Fuente: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. "La Pirámide de Actividad Física infantil". (2007).

La pirámide de actividad física infantil, muestra que principalmente se debe caminar mínimo una hora al día, seguido por el nivel 1, con caminatas apuradas y ayudar en las tareas domésticas todos los días. En el nivel 2, se recomienda practicar un deporte de su agrado. En el nivel 3, se recomienda practicar una actividad que tenga que ver con la flexibilidad, y por último, en el nivel 4, se recomienda limitar actividades sedentarias, como ver la televisión o navegar en internet.

Para poder lograr que los niños puedan empezar o mantener la actividad física que llevan a cabo, a continuación se mencionan algunos consejos propuestos por el programa Perseo (s, f):

- 1- Practicar actividad física en familia.
- 2- Apoyar a los niños a que realicen actividad física cada día.

- 3- Regalar aparatos u objetos que estimulen a los niños a practicar la actividad física.
- 4- Realizar actividades físicas que se repitan cada día.
- 5- Inculcar la idea en los niños de que la actividad física es saludable.
- 6- Que realicen actividades como subir escaleras, tareas domésticas o pasear a su mascota.
- 7- Sustituir el vehículo por la caminata o bicicleta.
- 8- Fomentar la actividad física recreativa acompañados de amigos y primos.
- 9- Abstenerse de realizar cualquier actividad física que pueda ser peligrosa (p. 4).

Estos consejos, sirven para que los niños los puedan llevar a cabo con el apoyo principal de sus familiares, aumenten la frecuencia y puedan tener como resultado, hábitos adecuados que les sirva de complemento para tener una alimentación equilibrada y como señala Alberto Cormillor, Claudia Chaufan, Silvia Squillace y Estela Dima (1995) "No hay nada mejor que la actividad física para complementar una alimentación saludable" (110).

Para concluir este apartado, es importante destacar que realizar actividad física mantiene en forma, y sobre todo saludable el organismo. La Fundación EROSKI recomienda hacer lo posible para que los niños lleven a cabo varias actividades físicas que, además de ayudar a fortalecer los órganos, de aumentar la oxigenación de los músculos, de incrementar la resistencia de los huesos, de nivelar los triglicéridos, el colesterol, la glucosa en la sangre y de mejorar la circulación tanto del sistema inmunológico como la digestión, el sedentarismo, las enfermedades cardiovasculares, el riesgo de padecer cáncer y la diabetes (s, f.a). Además, los mismos niños deben adquirir hábitos paulatinamente para que ellos mismos sean los

encargados y responsables de los alimentos que consumen, y considerar el agua como principal bebida mientras realizan sus actividades para evitar deshidratarse.

1.5 Hallazgos fundamentales de la investigación para la propuesta de la serie radiofónica

Recordemos que este proyecto se divide en 3 apartados: 1.- Investigación documental, 2.- Proceso de producción (bitácora) y 3.- Guion de la serie radiofónica. Mientras que el **Objetivo general** formó parte de la introducción que es: Diseñar y producir una serie radiofónica que contribuya a mejorar los hábitos alimenticios de los niños entre 7 y 11 años de edad en el Distrito Federal. Y a lo largo de esta investigación, se han podido presentar algunas recomendaciones útiles para que los niños de 7 a 11 años puedan mejorar sus hábitos alimenticios nutritivos. A continuación se mencionarán los más destacados.

En la segunda infancia el niño adquiere valores y conocimientos que lo encamina hacia la adolescencia. Es creativo, activo, se vuelve razonable, coopera con los demás y más con los niños de su edad, no conoce los límites de su imaginación, y es capaz de pensar con abstracción, mientras que los padres son los principales encargados de que sus hijos coman nutritivamente. Además, específicamente **La imaginación** y **La creatividad**, son dos elementos con los que todas las personas nacen y se desarrolla a lo largo de la vida, sin olvidar que los niños son los que confían más en la fantasía a diferencia de los adultos. Cabe resaltar que estas características favorecen y fundamentan a "Radio Pollito", porque los niños son capaces de realizar las actividades mencionadas en la serie radiofónica gracias a la espontaneidad que deriva de su imaginación. En cuanto a **La relación del niño y el**

juego, se destaca la libertad, la espontaneidad y el gusto que tienen los niños para llevarlo a cabo, y de acuerdo con la clasificación de los juegos de Jean Piaget, los niños de la segunda infancia sienten la necesidad de competir en un juego de reglas porque de lo contrario el juego no tendría sentido para ellos.

Al seguir el orden de la investigación, en el **Recorrido histórico de la alimentación en México a partir del siglo XVI**, se ha demostrado la variedad culinaria dentro del territorio nacional gracias a su ubicación geográfica, sus diversos ecosistemas y a la importación de los alimentos. Se puede destacar que los principales alimentos que han perdurado desde la época pre-colonial hasta la actualidad son el maíz, el chile, el frijol y el chocolate, y para ser más variada la dieta de los mexicanos como el Rombo Nutricional lo menciona, el movimiento revolucionario pudo llevar platillos típicos de ciertas regiones a otras, gracias a sus constantes recorridos en la República Mexicana.

Pedro García Urigüen menciona que en la actualidad **Lo que come un niño de la segunda etapa infantil en México** es en mayor cantidad la leche, seguida por la tortilla y el refresco, los cuales se pueden encontrar en los mercados, tianguis, con vendedores ambulantes o en tiendas de abarrotes, según una encuesta realizada por el INEGI, que son los lugares más frecuentes donde los padres compran los alimentos para su consumo, y para tener una **Alimentación nutritiva**, el Rombo Nutricional menciona que la leche se encuentra en el nivel de los lácteos; la tortilla se encuentra en el nivel de los cereales (el más importante); mientras que el refresco no aparece en algún nivel, ya que su consumo debe ser mínimo o nulo, y en lugar de esta bebida es recomendable tomar diariamente agua y considerar la ingesta

primordial de frutas, verduras, cereales, menos proteínas y en menor medida azúcares y grasas.

La **Comida chatarra** que es considerada de poco valor nutricional, ya que cuentan con cantidades excesivas de azúcares, grasas, sales, entre otras, que el cuerpo humano no necesita, y los **Alimentos transgénicos**, que son seres vivos creados artificialmente que se les puede inyectar genes, virus, bacterias, entre otros, a especímenes distintos, son productos de fácil acceso, con precios bajos y por su preparación rápida que se han incorporado de manera significativa en la cultura mexicana, incluidos en gran medida, los niños, quienes son guiados por la **Publicidad** en los medios masivos para adquirirlos. Por tanto, si se consumen pequeñas raciones y se lleva a cabo una dieta balanceada no pone en riesgo su salud, en cambio, si se consumen dichos productos de manera excesiva pueden generar **Trastornos alimenticios** como la anorexia, la bulimia y el atracón, y enfermedades como la diabetes (causa de muerte número 1 en México), la obesidad (México ocupa el primer lugar en obesidad infantil a nivel mundial), la desnutrición (afecta de manera significativa al sur del país) y la osteoporosis, entre otras.

En cuanto a la **Comida vegetariana**, se puede concluir que es un tipo de alimentación actualmente discutido, ya que por un lado no es recomendable que los niños la lleven a cabo por la falta de grandes cantidades de nutrientes, como la carne, y por el otro no se ingieren tantas calorías, grasas y se pueden prevenir diferentes enfermedades.

En relación con los **Hábitos alimenticios**, a grandes rasgos se puede decir que “hábito” se refiere a una misma noción que puede ser considerado por diversos puntos de vista, en el cual los humanos actúan con la voluntad deseada y la repetición de estos actos, hace que se conviertan en un *habitus*. Por tanto, la repetición de ciertos actos realizados por los padres, se convierte en hábitos alimenticios que los niños adquieren consciente o inconscientemente principalmente en sus hogares, y pueden ser nutritivos o dañinos para su salud sin saberlo.

Para que los niños puedan empezar a formar sus propios hábitos alimenticios, los padres son los encargados de orientarlos a comer de la manera más nutritiva posible, sin embargo, los niños deben empezar a ser responsables de sus propios hábitos. Así que, se destacan dos **Recomendaciones de hábitos alimenticios saludables**, que deben tener tanto los padres como los niños en cuenta, al momento de llevar a cabo su alimentación:

- 1.- Los padres deben poner la comida en la mesa y los niños serán los responsables de servirse lo que se vayan a comer.
- 2.- Deben tener en cuenta las 4 leyes de los requisitos sobre la alimentación: cantidad (debe ser suficiente para cada persona), calidad (alimentos de origen natural), armonía (consumo proporcional de los niveles del Rombo Nutricional) y adecuación (depende del requerimiento alimenticio de cada persona).

Por último, para que una dieta equilibrada pueda beneficiar a los niños adecuadamente, o de la mejor manera posible, se debe acompañar de **La actividad física**, convirtiéndola en un hábito, que de acuerdo a la fundación EROSKI (s, f. b),

su práctica frecuente ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares, reducir el riesgo de padecer diabetes y evitar la vida sedentaria.

1.6 Estado de la cuestión del tema en el medio elegido

Con la finalidad de hacer un estado del arte lo más completo posible, se realizó una búsqueda de cápsulas o programas radiofónicos que abordaran el tema de la alimentación nutritiva y/o que sean dirigidas a los niños en todas las estaciones de radio que se transmiten en la actualidad (abril del 2014) en el Distrito Federal, tanto frecuencia modulada (FM) como amplitud modulada (AM). Para ello, se llevó a cabo una búsqueda vía internet en las páginas informativas de Núcleo Radio Mil Comunicaciones, Imagen Telecomunicaciones, Universidad Iberoamericana, UAM Radio, Instituto Mexicano de la Radio, Radio IPN, Radio UNAM, Televisa Radio, MVS Radio, Ké Huelga Radio, Radio Radiorama, Radiodifusoras Asociadas, Radio Fórmula, Radio Educación, Radio trece, Radio RASA y de los grupos radiofónicos: Grupo Acir, Grupo Fórmula, Grupo Radio Centro, Grupo ABC Radio, Grupo Radiodifusoras Capital y Grupo Siete; así mismo, se llamó a Radio UNAM y a la Revista del Consumidor y se escuchó frecuentemente diversas estaciones de radio. Se ubicaron aproximadamente 62 estaciones y se detectaron más de 30 programas de radio dirigidos a niños o que hablan sobre la alimentación. Cabe mencionar que se escucharon todos los programas y las cápsulas radiofónicas encontradas.

A continuación se enlistan dichos programas:

- a) Programas dirigidos exclusivamente al público infantil.
- b) Programas dirigidos a un público más amplio incluidos los niños.
- c) Programas cuyo tema principal es la alimentación.
- d) Programas que aborda temas de la salud y la alimentación.
- e) Programas para ofrecer soluciones a enfermedades.

a) Programas dirigidos al público infantil

1. "Niñonautas" es un programa dirigido al público infantil, las locutoras son de edad adulta. El programa abarca una gran variedad de temas de interés infantil (dinosaurios, juegos, amor, animales, alimentos, etc.) y está conformado por 5 secciones: antecedentes de los temas tratados, datos curiosos, preguntas dirigidas al público que serán contestadas momentos después, entrevista a personas sobre un tema específico y actividades que los niños pueden realizar en casa. MVS Radio 102.5 FM lo transmite cada domingo de 09:00 a 10:00 de la mañana, mientras que Exa 104.9 FM reproduce un fragmento cada domingo de 10:00 a 10:30 de la mañana y de lunes a viernes aproximadamente a las 7:30 de la mañana transmiten una cápsula por MVS Radio 102.5 FM.
2. "De primates, primitos y primores... ¡La familia animal!" es un programa dirigido al público infantil, los locutores personifican a un animal invitado, a un primate y el tercero es un niño humano. El programa se centra en la entrevista del animal invitado en cada episodio (Mono araña, zorro, ballena, cara de niño, etc.); suelen dar su opinión desde el punto de vista humano y animal, proporcionan datos científicos, curiosos e interesantes y al final del programa, presentan la opinión de algunos niños sobre el animal entrevistado. Radio educación 1060 AM lo transmite cada sábado de 08:30 a 08:50 de la mañana.
3. "Niñosapiens" es un programa dirigido al público infantil, los locutores son niños y uno de ellos le da vida a un duendecillo. El programa es misceláneo, con temas de interés para los niños (tecnología, entrevistas, obras de teatro, etc.) y contiene 6 secciones: entrevista a una persona sobre su obra de arte o creación, adivinanzas o acertijos respondidos al final del programa, noticias actuales,

BIBLIOTECA UACM

reportaje de algún lugar de la Ciudad de México, cantante invitado a cabina y noticias inventadas con participación en cabina del público. Radio educación 1060 AM lo transmite cada sábado de 09:30 a 10:00 de la mañana.

4. "La pandilla 710" es un programa dirigido al público infantil, es moderado por un adulto que se encuentra acompañado por algunos niños aproximadamente de la segunda infancia. El programa es misceláneo con temas de interés infantil (juego de palabras, noticias, entrevistas, etc.) y contiene 5 secciones: noticias actuales (sociedad, culturales, deportivas, tecnológicas, etc.) en donde los niños en cabina dan su opinión, explicaciones científicas a fenómenos naturales, recomendación de actividades (teatrales, deportivas o culturales), entrevista a un grupo de música en cabina que además cantan en vivo y se hace mención de una letra (el moderador menciona una letra y los niños en cabina mencionan el mayor número de palabras que inician con esa letra). Interferencia 710 AM lo transmite cada sábado de 10:00 a 11:00 de la mañana.
5. "MC Microbitos" es un programa dirigido al público infantil, los locutores son juveniles que personifican a la niña Bibi y a su abuelo. En el programa se encuentran 6 secciones: datos relacionados con la ciencia, entrevistas en vivo para difundir eventos, elección del público para escuchar una canción, recomendación de libros, cuentan cuentos y leyendas. Interferencia 710 AM lo transmite cada domingo de 10:00 a 10:30 de la mañana.
6. "El chilpayate radio" es un programa dirigido al público infantil y la voz del conductor es de un adulto. El programa se centra en la entrevista a varios niños o adolescentes sobre un tema de interés (promoción de la lectura, prevención de

accidentes, chistes, Beatboxing o sonidos con la boca, compañía de teatro, etc.).
Radio ciudadana 660 AM lo transmite cada sábado de 12:30 a 1:00 de la tarde.

b) Programas dirigidos a un público más amplio incluidos los niños

7. “Colorín colorado” es una sección dentro del programa “Hoy con Mariano” dirigido en gran parte al público infantil, los locutores son de edad adulta. La sección se centra en las llamadas telefónicas de los niños para contar chistes, adivinanzas o acertijos y poderse ganar algún premio (bicicletas, x box, etc.), reproducen canciones y los locutores también cuentan algunos chistes. Joya 93.7 FM lo transmite en tres tiempos los días sábados: de 9:15 a 10:00, de 11:00 a 11:30 y de 12:30 a 1:00 de la tarde y de lunes a viernes aproximadamente a las 7:00 de la mañana.
8. “Caminito a la escuela” es una sección dentro del programa de “Toño Esquina y la muchedumbre” dirigido en gran parte al público infantil, el locutor es de edad adulta. La sección tiene gran contenido musical, y es acompañada por llamadas telefónicas, en su mayoría de niños, quienes cuentan chistes cortos, mencionan de forma creativa cómo se transportan a su escuela (en un carro volador, en un elefante, en un zapata, etc.) y en ocasiones regalan boletos para conciertos. Alfa 91.3 FM lo transmite de lunes a viernes de 7:00 a 8:00 de la mañana.
9. “Escucha a tu cuerpo” es un programa dirigido en gran parte al público adulto y en menor medida al público infantil, la locutora es de edad adulta. En el programa se abordan temas relacionados con los derechos humanos, la salud, la violencia infantil, la prevención de la violencia sexual infantil, etc.; se centra en la entrevista a especialistas del tema que se aborda y es acompañado por cápsulas que contienen la opinión de los niños, cápsulas informativas, fragmentos de

canciones, comentan y contestan preguntas del público y por último, recomiendan instituciones, centros de atención y organizaciones no gubernamentales (ONG) para el apoyo y atención al público. Radio educación 1060 AM lo transmite cada martes de 12:00 a 1:00 de la tarde.

10. "Tenemos tarea" es un programa dirigido en gran parte al público infantil, es moderado por un adulto que se encuentra acompañado por algunos niños invitados aproximadamente de la segunda infancia. El programa es misceláneo con temas relacionados con los niños (cuentos, bullying, violencia familiar, animales, ortografía, etc.) y contiene 5 secciones: entrevistan a algunos niños para que ofrezcan su punto de vista sobre el tema, el moderador y los niños en cabina entrevistan a una persona invitada, los mismos niños ofrecen su punto de vista, leen algunos fragmentos de algún libro y reciben llamadas del público. Radio educación 1060 AM lo transmite cada sábado de 10:30 a 11:00 de la mañana.

11. "Trovando para los niños" es un programa dirigido en gran parte al público infantil, los locutores son personas adultas. En el programa se suele abordar un tema por episodio (perros, canciones, la luna, etc.) con gran contenido musical y tiene las siguientes 4 secciones: acertijos; los niños pueden comunicarse para contestar y al final del programa son respondidos, canciones solicitadas por el público, cuentos y datos actuales del tema tratado. Radio UNAM 96.1 FM lo transmite cada domingo de 10:00 a 11:00 de la mañana.

12. "Imernautas" es un programa dirigido en gran parte al público infantil, los locutores son de edad juvenil; uno de ellos le da vida al personaje llamado Partenón que suele mencionar los antecedentes o datos históricos del tema

abordado. El programa tiene un gran abanico temático cultural (personajes artísticos, cine, literatura, tecnología, etc.) y dependiendo del tema que se desarrolla, se suele responder su origen, se mencionan datos curiosos, reproducen fragmentos de canciones y efectos de sonido relacionados al tema, describen una obra de arte para poderse la imaginar y cierran con algunos chistes. Interferencia 710 am lo transmite cada domingo de 10:30 a 11:00 de la mañana.

c) Programas cuyo tema principal es la alimentación

13. "Revista del Consumidor Radio Expres" es una cápsula radiofónica dirigida al público adulto, la locutora es de edad similar. La cápsula se enfoca a difundir información sobre productos que las personas consumen o adquieren (consumo de pescado, diabetes infantil, néctar de mango, mitos y realidades del cerdo, etc.); se describe el producto, se hacen comparaciones mundiales del consumo, recomendaciones, beneficios que conlleva su consumo y entrevistas a especialistas. Todas las estaciones de radio tanto AM como FM lo transmiten de acuerdo con su programación.

14. "Puente a la salud comunitaria" es un programa dirigido al público adulto, los locutores son de edad similar. El programa se enfoca a la entrevista de un productor, ingeniero o especialista de alguna fruta, verdura u hortaliza; se suele hablar de su producción, de sus costos, de sus propiedades nutricionales, de la comparación entre los invernaderos y su cultivo al aire libre, etc., además cuenta con cápsulas informativas sobre el producto. Radio ciudadana 660 AM lo transmite cada martes de 8:00 a 8:30 de la mañana.

15. "Kilo por kilo" es un programa dirigido al público adulto, la conductora es de edad similar. El programa tiene como tema principal la prevención de la obesidad y el sobrepeso, así como las enfermedades asociadas; se enfoca en la entrevista a especialistas sobre el tema en específico (consumo excesivo del azúcar, diabetes, odontología, etc.) y es acompañado por cápsulas informativas del tema. La b grande de México 1220 AM lo transmite los martes y los jueves de 12:00 a 12:30 de la tarde.

16. "El laberinto de los alimentos" es un programa dirigido a las personas adultas, el locutor es de edad similar. El programa tiene como tema principal la alimentación y lo conforman 5 secciones: mencionan recetas balanceadas, ofrecen recomendaciones de los alimentos, difunden ferias sobre diversos alimentos aledañas al Distrito Federal, exponen el procedimiento de la producción de los alimentos y proporcionan datos actualizados sobre la alimentación. Radio IPN 95.7 FM lo transmite cada sábado de 12:00 a 1:00 de la tarde.

d) Programas que abordan temas de la salud y la alimentación

17. "Salud y belleza" es un programa dirigido al público adulto, los locutores son de edad similar. El programa se centra en la conversación de los conductores sobre noticias actuales de México y el mundo, ofrecen recomendaciones sobre el amor, salud y enfermedades de las personas, leen y contestan llamadas del público y entrevistan a personas especializadas de algún tema (hipertensión, cantantes, sexualidad, etc.) en cabina o vía telefónica. Radio Fórmula 103.3 FM lo transmite de lunes a viernes de 10:00 a 11:00 de la mañana, cada sábado y domingo de 10:00 a 12:00 de la mañana y Radio Fórmula 970 AM lo transmite de lunes a

viernes de 09:30 a 11:00 de la mañana, y cada sábado y domingo de 10:00 a 12:00 de la tarde.

18. "Crónicas de salud" es un programa dirigido al público adulto, la locutora es de edad similar. El programa abarca temas sobre el bienestar mental, físico y social de las personas (trasplantes, inteligencia emocional, aceites omega 3, etc.) y se centra en la entrevista de uno o varios especialistas sobre el tema que se aborda. Imagen radio 90.5 FM lo transmite de lunes a viernes de 3:00 a 3:30 de la tarde, con repetición de martes a sábados de 03:00 a 03:30 de la mañana y lo más destacado de la semana cada domingo de 11:00 a 12:00 de la tarde.

19. "El club del atole y la guajolota" es un programa dirigido al público adulto, el locutor es de edad similar. El programa transmite gran contenido de géneros musicales como: ranchero, grupero, banda, regional y folklórica, además de pequeñas cápsulas que ofrecen estadísticas alimentarias, datos sobre la alimentación en México, datos sobre la actividad física, enfermedades derivadas de la alimentación y datos de cantantes. La más perrona 1410 AM lo transmite de lunes a sábados de 7:00 a 8:00 de la mañana.

20. "Martha Debayle" es un programa dirigido al público adulto, la conductora es de edad similar. El programa se centra en entrevistas sobre temas de familia, servicio de LOCATEL, lavado de trastes, agua gratis en restaurantes, el bajo peso del niño y obesidad. W radio 96.9 FM y W radio 900 AM lo transmite de lunes a viernes de 10:00 a 1:00 de la tarde.

21. "A buena hora...un espacio de prevención" es un programa dirigido al público adulto, la locutora es de edad similar. En el programa se suele abordar temas

sobre la salud humana y principalmente la prevención de enfermedades (mal de parkinson, cáncer de ovario, diabetes, cirrosis, epilepsia infantil, etc.) y se centra en la entrevista a un especialista sobre el tema que se aborda, además de responder dudas del público. Tropicalísima 1350 AM lo transmite de lunes a viernes de 12:00 a 1:00 de la tarde.

22. "La hora del buen provecho" es un programa dirigido al público adulto, el locutor es de edad similar. El programa se centra en la transmisión de canciones relajadas principalmente de la década de los ochenta en inglés, para que el público pueda comer de manera tranquila. Universal 92.1 FM lo transmite de lunes a viernes de 2:00 a 3:00 de la tarde.

23. "Las voces de la salud" es un programa dirigido al público adulto, el locutor es de edad similar. En este programa se abordan temas relacionados con la nutrición alimentaria, medicina, órganos y enfermedades; se enfoca en la entrevista a especialistas sobre el tema a tratar y es acompañado por canciones de música clásica. Radio UNAM 860 AM lo transmite cada jueves de 12:00 a 1:00 de la tarde.

24. "Baile por la prevención" es un programa dirigido al público adulto, los locutores son de edad similar. El programa promueve la salud y la actividad física e invita al público en general a bailar en las instalaciones del Instituto Mexicano de la Radio con música en vivo, ofrecen consejos o datos sobre la salud, enfermedades y prevención. Tropicalísima 1350 AM lo transmite cada sábado de 3:00 a 4:00 de la tarde.

25. "Mirando con Miró" es un programa dirigido al público adulto, el locutor es de edad similar. El programa aborda temas de economía, política, sociedad, salud, etc., suelen tener invitados y mencionan las noticias actuales del país y del mundo. Radio RASA 620 AM lo transmite los días domingos de 3:00 a 5:00 de la tarde.

26. "Noticiero de la salud" es un programa dirigido al público adulto, los locutores son de edad similar. El programa abarca temas sobre la salud humana (alergias, dormir adecuadamente, la miel del maguey, etc.), se enfoca en la entrevista a uno de los conductores, que es un doctor especializado en fórmulas herbolarias, ofrecen datos actualizados de las organizaciones de la salud y responden preguntas del público. Radio capital 830 AM lo transmite los martes y jueves de 11:00 a 12:00 de la tarde.

27. "Su médico radio" es un programa dirigido al público adulto, la locutora es de edad similar. El programa es platicado y aborda temas de la salud como: trastorno del sueño, disfunciones sexuales masculinas, la felicidad, la alimentación nutritiva, etc.; se enfoca en la entrevista de uno o varios especialistas del tema, cuenta con reportaje y algunas canciones. MVS radio 102.5 FM lo transmite los días domingos de 10:00 a 11:00 de la mañana.

e) Programas para ofrecer soluciones a enfermedades

28. "La luz de naturismo" es un programa dirigido al público adulto, los locutores son de edad similar. El programa abarca temas sobre la salud humana, nutrición, entrevistas a especialistas, remedios naturales y sanaciones; la conforman 5 secciones: entrevista en cabina de un especialista (medicina preventiva, iridología, universidad del amor, maíz, etc.), resuelven las dudas del público,

ofrecen tips de alimentación, promueven la lectura y recomiendan sus productos naturales. Radio 940 AM lo transmite todos los días de la semana de 8:00 a 10:00 de la mañana.

29. "Me muevo sin dolor... gracias doctor", es un programa dirigido al público adulto, el locutor es de edad similar. El programa abarca temas sobre la salud humana (osteoporosis, articulaciones, entre otras) y se enfoca en la entrevista a un especialista del tema a tratar, entrevistan a un doctor del mismo tema y recomiendan la clínica especializada del invitado. Radio RASA 620 AM lo transmite de lunes a viernes de 11:00 a 11:30 de la mañana y los sábados y domingos de 8:00 a 9:00 de la mañana.

30. "Todo sobre tu salud" es un programa dirigido al público adulto, el locutor es de edad similar. En el programa se suele abordar temas sobre la prevención de enfermedades (hiperacidez, complicaciones del cáncer, entre otras), los efectos negativos del envejecimiento y se centra en explicar los gastos médicos que implica el tratamiento con medicina convencional, menciona las posibles causas de la enfermedad que se expone en cada programa, invitan al público a conferencias o eventos para mejorar el bienestar de las personas, y por último, promociona una consulta médica que será analizada y diagnosticada por algunos especialistas. Radio RASA 620 AM lo transmite de lunes a viernes de 5:30 a 6:00 de la mañana.

31. "Excelencia médica" es un programa dirigido al público adulto, el conductor es de edad similar. Es un programa que abarca temas sobre enfermedades (trastornos en la vesícula biliar, crecimiento prostático, hernias de disco, síndrome metabólico, etc.), se conforma por dos secciones: primero, se encuentra la

entrevista a un doctor o especialista del tema que se aborda, recomiendan la clínica del invitado y contiene fragmentos musicales; y segundo, ofrecen testimonios de personas que han tratado su enfermedad. Radio RASA 620 AM lo transmite de lunes a viernes de 11:30 a 11:55 de la mañana.

32. "Atención a tu salud con medicina natural" es un programa dirigido al público adulto, la conductora es de edad similar. El programa es platicado y aborda temas de salud como: nutrición, bienestar, calidad de vida y medicina alternativa; se enfoca en la recomendación de medicamentos naturales que llegan a tener las personas, entrevistan a especialistas, mencionan recomendaciones informativas o para la preparación de platillos y ofrecen promociones para visitar su clínica. Radio RASA 620 AM lo transmite de lunes a viernes de 12:00 a 12:30 de la tarde.

33. "La salud es vida" es un programa dirigido al público adulto, el locutor es de edad similar. El programa aborda temas de carácter médico (cistitis, infección de vías urinarias, entre otras) y contiene dos secciones: entrevista a un especialista que proporciona consejos útiles para personas que padecen una enfermedad, y responde dudas en vivo del público que se comunica al programa, además promocionan su consultorio médico. Radio RASA 620 AM lo transmite de lunes a viernes de 12:35 a 1:30 de la tarde.

34. "Salud y armonía" es un programa dirigido al público adulto, el locutor es de edad similar. El programa promueve el bienestar físico, emocional y mental de las personas, se centra en la entrevista especializada en cabina sobre el tema que se aborda (relación de la fe con la salud, terapia o psicoterapia individual, entre otras), promueve la fundación, asociación o clínica del entrevistado, reproducen fragmentos de canciones y el público se puede comunicar para elegir un tema en

específico. Radio Ciudadana 660 AM lo transmite cada martes de 8:30 a 9:00 de la mañana.

35. "Con D de diabetes" es un programa dirigido al público adulto, la locutora es de edad similar. Este programa contiene cápsulas informativas conformadas por las siguientes 7 secciones: recomendaciones para tratar la diabetes, qué consumir en caso de tener diabetes, mencionan porcentajes estadísticos, entrevistan a especialistas del tema, promueven una vida saludable para prevenirla así como sus complicaciones que pueda tener y se recomienda la revista "diabetes soy". Radio educación 1060 AM lo transmite cada viernes de 12:00 a 1:00 de la tarde.

36. "Alternativas para tu salud" es un programa dirigido al público adulto, los locutores son de edad similar. El programa se centra en la explicación de dos especialistas sobre el tratamiento de la columna vertebral, también el público se comunica para resolver sus dudas o preguntas y promocionan su consultorio médico. Radio RASA 620 AM lo transmite los días sábados de 6:30 a 7:30 de la mañana.

Los programas radiofónicos recopilados muestran que no existe, hasta el momento (abril del 2014), cápsulas radiofónicas o algún programa que aborde el tema de la alimentación infantil y que sea dirigido al público infantil. Se hallaron 36 programas; de los cuales, 7 son exclusivamente dirigidos a los niños, mientras que 4 tienen como tema principal la alimentación. Por otra parte, se encontraron 9 programas que hablan sobre el tratamiento de las enfermedades enfocadas al público adulto, que posibilita la entrada del sector farmacéutico (con fines económicos). En conclusión, existen más programas sobre las enfermedades derivadas de la alimentación, que

programas que hablen sobre cómo tener una alimentación nutritiva desde temprana edad.

Por lo tanto, la serie radiofónica que forma parte de este proyecto titulado "Radio Pollito" puede ser de mucho valor para nuestra población; primero, porque es un conjunto de cápsulas radiofónica de prevención y no de solución, y segundo, porque aborda la importancia de la alimentación nutritiva infantil y es dirigida a los niños, quienes desde temprana edad pueden adquirir hábitos alimenticios nutritivos para prevenir enfermedades futuras, consolidándola como la única serie radiofónica con los dos aspectos: alimentación nutritiva infantil y dirigida al público infantil.

2. Proceso de producción (Bitácora)

2.1 Argumentación de las decisiones y estrategias elegidas

2.1.2 Título

"Radio Pollito"

A pesar de que la serie radiofónica no es un programa de radio, se le dio el nombre de "Radio Pollito" para la presentación, la difusión y el reconocimiento fácil y sencillo de las personas y principalmente de los niños.

Cabe mencionar que después de haber realizado y producido la serie radiofónica completa, se determinó que el nombre "Radio Pollito" y específicamente "Radio" se debe entender como el horario específico para que los niños puedan disfrutar de la serie radiofónica que se transmitirá en alguna frecuencia de radio, y con el nombramiento de "Radio Pollito" en cada cápsula, a pesar de que se transmita en

alguna estación o programación en donde el público meta no son los niños, se quiere dar a entender que es el horario dirigido al público infantil.

En cuanto a "Pollito" se decidió nombrarlo así porque una gallina es protectora, se preocupa por la alimentación y la seguridad de su cría o de su pollo y si se realiza el comparativo con una mamá humana hace lo mismo con su hijo; protegerlo, alimentarlo y brindarle seguridad, añadiéndole particulares humanas como la educación y el desarrollo físico. También porque es una palabra fácil de recordar y de pronunciar para el público que se pretende atraer, dejando atrás las palabras de difícil pronunciación, acrónimos o en otro idioma difíciles de utilizar para algunos niños de 7 a 11 años.

2.1.3 Tema

Alimentación nutritiva y divertida para niños

2.1.4 Objetivos específicos

- Dar a conocer las aportaciones nutricionales de los principales alimentos que han perdurado en México hasta la actualidad.
- Fomentar la imaginación, la creatividad, la lectura y la experimentación de los niños.
- Informar de manera indirecta a las mamás de los niños sobre la alimentación nutritiva que deben consumir sus hijos.
- Motivar a los padres de familia para que involucren a sus hijos en la selección, preparación y consumo de los alimentos.
- Incentivar el gusto por los alimentos nutritivos y reducir el consumo de la comida chatarra en la segunda infancia.

2.1.5 Justificación del medio y del formato

La radio es el medio elegido para desarrollar "Radio Pollito". José Ignacio López Vigil (en López, 1997) menciona que quizá la principal misión de este medio es darle alegría a la vida de las personas. Algunas características de la radio son: es un aparato común en los hogares, no requiere de atención visual como la televisión, es instantánea, su costo es bajo comparado con otros medios masivos y permite realizar diversas actividades al mismo tiempo. Es un medio de difusión masivo que llega a tener mayor alcance del público en general, y sobre todo del género femenino. De hecho, de acuerdo con la encuesta de Gabinete de Comunicación Estratégica [GCE] sobre *Hábitos de Consumo de Medios* (Mejía, 2013, π 4), más de 50 millones de personas escuchan la radio y el 60.3% son mujeres, y pueden guiar a sus hijos a escuchar la radio.

Emma Roderó (2008) menciona que este medio tiene la capacidad de estimular la imaginación, además de puntualizar algunas características: "Es unisensorial, por lo que estimula la imaginación, potencia el procesamiento analítico, desarrolla la capacidad discursiva, fomenta la capacidad de escucha y permite la interacción con el emisor" (p. 103). Por tanto, las personas que escuchan la radio necesitan construir en su imaginación la imagen de los sonidos del emisor, Al respecto, Maíllo Pérez y Ana Tamarit (2004) mencionan que además de transmitir información puede impulsar un fin educativo y con cada cápsula de esta serie radiofónica se podrá contribuir a este fin.

Además, la radio es un aparato sencillo de utilizar para la mayoría de las personas y, de acuerdo a la encuesta de GCE (Mejía, 2013, π 6), el 91.9% de los entrevistados

escucha la radio tradicional y tan sólo el 5.4% lo hace por medio del internet.

Por otro lado, la radio permite que el radioescucha experimente momentos de felicidad, ansiedad, gusto, o les provoque sentimientos a lo largo de la serie radiofónica o dicho en palabras de José Ignacio López Vigil (1997) "Hablar por radio es emocionar. Si no, el mensaje no llega, no impacta" (p. 22).

Es importante destacar, que a pesar de ser una serie radiofónica para que los niños mantengan o mejoren su alimentación nutritiva, de acuerdo a Kaplúm (1978) se recurrirá a algunos recursos educativos altamente eficaces, como no dejar de lado el humor, el chiste, la sátira y las bromas.

También es importante que los niños aprendan a desarrollar todos sus sentidos y la radio, de acuerdo con las palabras de Marshall McLuhan (en López, 1997), es un medio visual y menciona que: "...los humanos no tenemos dos ojos. Tenemos tres. El oído también ve." (p. 24). Se concluye que la radio es el canal de transmisión perfecto para la elaboración de este proyecto, ya que la imaginación es el ojo interior que tenemos y los niños pueden percibirlo adecuadamente, así que las características mencionadas anteriormente sirven como argumento para llevar a cabo el proyecto a través del medio radiofónico tradicional.

En cuanto al formato, se eligió las cápsulas de radio, dicho formato maneja un lenguaje sencillo, concreto y su duración es corta, por ello se ha decidido realizar la serie radiofónica para transmitir la información a los niños de la segunda infancia ya que son programas unitarios o parte de una serie, en las cuales se pueden tocar

muchos temas. Marco Julio Linares Quintero (2002) menciona que por su corta duración y la información que transmiten debe ser concreta y utilizar un lenguaje directo.

Por ello, la información de la serie radiofónica será concreta, los temas abordados se dirán de manera específica. Además de que el tiempo de las cápsulas es de 4 minutos con 40 segundos cada una, es posible integrarlo a una barra noticiosa ya existente. De acuerdo a la encuesta de GCE (Mejía, 2013, π 8-9), el 65.5% de la población entrevistada escucha el radio por la mañana (hora de los noticieros de larga duración), mientras que una décima parte lo hace al medio día y otra décima en la tarde. Además, la programación que prefieren los encuestados son los noticieros con un 21.4%, seguido por la música romántica con un 16.6% y la música grupera con un 13.5%. Así que sería conveniente que "Radio Pollito" forme parte de una barra noticiosa.

José López (1997) menciona que se deben ocupar imágenes auditivas, es decir utilizar palabras materiales, que toquen, que se vean, que pesen, que tengan olor, que sean medibles y que tengan un lenguaje radiofónico descriptivo, narrativo y sensual. Y con las secciones que serán parte de la serie radiofónica se buscará tener todos estos elementos para ayudar a que los niños vean con su imaginación y dar a entender que la alimentación, que es una principal necesidad del ser humano, no tiene que ser aburrida para los niños, y en cambio puedan disfrutar, convivir y compartir con sus familiares el momento de comer.

“Radio Pollito” será innovador, dinámico, alegre, divertido e interesante para que cada uno de los niños pueda convertirse paulatinamente en un ser responsable de los alimentos que consume. Se motivará y se dará confianza al público meta para que pueda tener una alimentación nutritiva. En cuanto al género para “Radio Pollito” se utilizará el de revista radiofónica.

2.1.6 Secciones

La serie radiofónica se encuentra conformada por diferentes secciones: preparación de platillos divertidos y fáciles de realizar, cuentos, fábulas, chistes, adivinanzas, entrevistas a un nutriólogo, cambia el menú por..., entrevistas a alimentos, canciones con temáticas infantiles, preguntas del público, mitos y el top 5. Cabe destacar que los locutores (Pollín y Conejo) se dirigirán a los niños como “Pollitos” o como “Conejos”, cada uno refiriéndose a su animal interpretado.

Las secciones son:

a) Preparación de platillos divertidos y fáciles de realizar

En esta sección los niños podrán preparar alimentos nutritivos con el propósito de involucrarlos en la elaboración de los platillos de manera creativa y divertida. Así los niños podrán desarrollar tanto su proceso de aprendizaje como la capacidad de cooperar con los demás convirtiéndose en niños participativos, así mismo tendrán la oportunidad de estimular sus sentidos ya que al manipular las cosas adquieren conocimientos, además de motivarlos a probar alimentos saludables y de forma crítica diferenciarlos de la comida procesada o chatarra. Cabe señalar que los platillos que se mencionan en la serie radiofónica son de creación propia.

b) Cuentos y fábulas

En esta sección se contarán fábulas y cuentos inventados, los cuales contendrán moralejas, enseñanzas y sátira, que sirven para estimular su lenguaje, imaginación, fantasía, memoria y los niños aprenderán a escuchar con atención, ser reflexivos y podrán imaginarse tanto a los personajes como el lugar donde se desarrolla la historia para finalmente lograr el propósito principal que es fomentar la lectura en los niños.

c) Chistes y adivinanzas

En esta sección se dirán chistes cortos y adivinanzas sin doble sentido, palabras anti sonantes u ofensivas, dicha sección servirá para estimular el humor de los niños, además de fomentar la risa y el desarrollo de su vocabulario, lo anterior para mantener un ambiente divertido y educativo.

d) Entrevista al Nutriólogo o preguntas y respuestas

En esta sección se inventará un personaje llamado "Doctor Filete del Mar" y tomará el papel de nutriólogo, en donde Pollín y Lechuga le harán preguntas sobre la alimentación o la comida (Comida chatarra, la importancia de beber agua, las grasas, la comida transgénica, la comida vegetariana y la importancia del ejercicio) con el propósito de que los niños adquieran conocimientos y puedan tomar decisiones para tener una vida más saludable. Por otra parte, en la sección de preguntas y respuestas, las personas y en particular los niños, tendrán la oportunidad de comunicarse vía telefónica para que puedan resolver dudas sobre el tema abordado ya que en la segunda infancia los niños tienen la necesidad de encontrar un espacio con personas de su misma edad, además para que pierdan el miedo de enfrentarse con otros niños y finalmente poder desarrollar su capacidad de reflexión en la retroalimentación.

e) Cambia el menú por...

En esta sección se les recomendará a los niños cambiar alimentos con poco valor nutricional por alimentos más nutritivos, con el fin de que adquieran hábitos alimenticios más saludables ya que a esta edad los niños aprenden a escuchar la opinión de los demás y no son capaces de elegir entre diferentes posibilidades, en este caso entre diferentes productos alimenticios.

f) Entrevista a un alimento natural o chatarra

En esta sección los conductores del programa realizarán una entrevista a un alimento nutritivo o chatarra (chocolate, hamburguesa, leche, tortilla, frijol y refresco) les preguntarán dudas, su origen, formas de preparación y datos acerca de su consumo, entre otros datos con la finalidad de que los niños adquieran conocimientos y puedan tomar decisiones para elegir entre un alimento y otro, además les ayudará a desarrollar su imaginación al darles voz a los propios alimentos.

g) Canciones con temática infantil

En esta sección las canciones a utilizar serán con temática infantiles o relacionadas con el contenido de cada cápsula radiofónica ya que la música los puede orientar a lograr la autonomía en sus actividades habituales, ayuda a desarrollar su creatividad, así como estimular su inteligencia emocional, su concentración y demostrar sentimientos hacia ellos mismos o hacia los demás.

h) Preguntas del público

En esta sección se presentarán llamadas telefónicas del público, en su mayoría de niños para que tengan la oportunidad de opinar o preguntar sobre el tema abordado

en cada cápsula radiofónica ya que los niños e esta edad tienen curiosidad por el mundo, requieren de una guía para relacionar el mundo con su realidad, también para apoyar su impulso al quererse comunicar con los demás así como despertar el deseo de conocer cosas nuevas y compartir lo que piensan con los demás.

i) Mitos de los alimentos

En esta sección se hablará de algunos mitos que existen sobre los alimentos y se darán a conocer aquéllos que han sido comprobados y aquéllos que no han sido avalados, para que los niños puedan comparar los mitos verdaderos con los falsos y consolidar su conocimiento hacia algunos alimentos.

j) Top 5

En esta sección se mencionará el top 5 de datos de interés para los niños (alimentos, juegos, recomendaciones), con el fin de que los niños puedan tener una noción sobre estos datos tanto de lo que sucede en el mundo como de su propio entorno ya que a esta edad los niños tienen la necesidad de conocer lo más posible del mundo, tienen curiosidad por las cosas que lo rodean y son capaces de adquirir conocimientos y recomendaciones fácilmente.

2.1.7 Eslogan

El eslogan que se creó para “Radio Pollito” es: “Come nutritivo con alimento divertido”. Con la idea de que los productos que vayan a ocupar en el momento de preparar sus platillos (Tren de zanahorias, Gusanos de colores, Monstruo de huevo, Aeroplatano, Pecera gelatinosa, Lava con galletas, Cucarachas de amaranto, Isla de nieve, Sandía de mentiras, Huesos de chocolate, Sangre bebible y Serpiente de pepino) en la serie radiofónica sean nutritivos y al mismo tiempo sean visiblemente llamativos o atractivos para los niños.

2.1.8 Logotipo

Para “Radio Pollito” se creó una imagen que lo distinguiera como producto. El logo tendrá a los dos protagonistas, Pollín P. Chuga y Conejo Lechuga. Pollín se encuentra en el centro de la imagen y delante de él la leyenda de “Radio Pollito” mientras que Lechuga se encuentra a su lado con una zanahoria con el nombre de “conejo” para que en vez de que diga “Radio Pollito” se pueda leer “Radio Conejo”.







El diseño de trazo que se utilizó en la elaboración de este logotipo fue de una línea ligera y con fondo de relleno. El cascarón de Pollín se dibujó con un trazo en tipo crayola para darle mayor volumen al dibujo. La banda con el escrito “Pollito” y la zanahoria en color naranja. El rostro de Pollín P. Chuga se creó con un toque juvenil y divertido, con ojos grandes y un pequeño triángulo y con el pico del pollo.

Tipografía: Cooper Std. Y en el círculo de la letra “l” se cambió ésta para simular una señal de radio, mientras que el eslogan se encuentra colocado en forma de arco con la misma tipografía mencionada.

Selección de colores

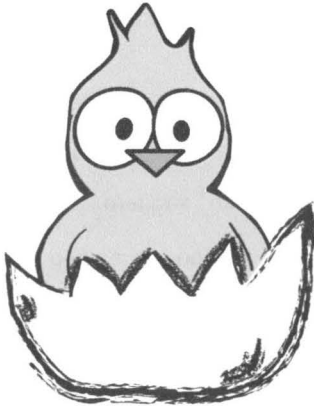
El logo fue diseñado con el propósito de hacer más atractiva la serie radiofónica y para tener una publicidad más abierta al momento de su distribución, para lograr su identificación como producto.

Colores			
Amarillo	Naranja	Blanco	Negro
C: 0	C: 0	C: 0	C: 0
M: 0	M: 80	M: 0	M: 0
Y: 100	Y: 95	Y: 0	Y: 0
K: 0	K: 0	K: 0	K: 100
			

2.1.9 Personajes

A continuación se describen los personajes invitados que participan en "Radio Pollito". Es importante mencionar que cada personaje fue realizado con la finalidad de hacer más divertida la serie radiofónica, para la cual se requirió la asesoría de Daniela González Reyes, Licenciada en Diseño Gráfico de la Universidad *International College for Experienced Learning*, para crear los dibujos.

Pollín P. Chuga



Nombre real: Pollín Pollo Chuga

Voz: Alejandro Maldonado Orduña

Pollín P. Chuga es el locutor principal de la serie radiofónica y posee un gran sentido del humor. Le gusta que los niños se alimenten nutritivamente para que crezcan muy felices. No le gusta que los niños coman dulces en exceso y menos que consuman mucho refresco.

Descripción física: Es un pollo amarillo de grandes ojos que le gusta conservar parte de su cascara y peina sus plumas muy alborotadas.

Con Lechuga

Nombre real: Conejo Lechuga

Voz: César Maldonado Orduña

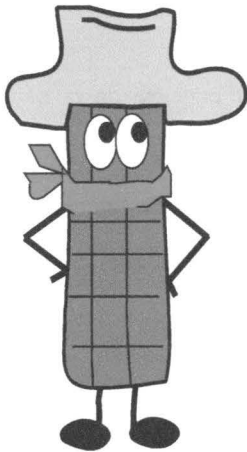
Con Lechuga es también locutor y es un conejo sarcástico que al inicio de la serie parece ser un personaje que confronta a Pollín P. Chuga, porque le sugiere a los niños el consumo de la



comida chatarra y poco saludable, pero en el transcurso de la serie radiofónica demuestra ser un conejo simpático que sugiere el consumo moderado de los alimentos poco nutritivos. Además, quiere ser el dueño de “Radio Pollito”, al nombrar él mismo a las cápsulas como “Radio Conejo”.

Descripción Física: Es un conejo blanco, con una cara pícaro y largas orejas. Le gusta comer zanahorias y lechugas.

El Chocolate



Nombre real: Chocolate Tablilla

Voz: Sergio Jair González Reyes

El Chocolate es el primer invitado a “Radio Pollito” y viene del rancho con su singular acento vaquero. En su entrevista habla de dónde se originó, qué tipo de combinaciones pueden hacer con él y algunos mitos que lo rodean.

Descripción física: Es una tablilla de chocolate dulce con sombrero y un paliacate, y sólo tiene un miedo: morir

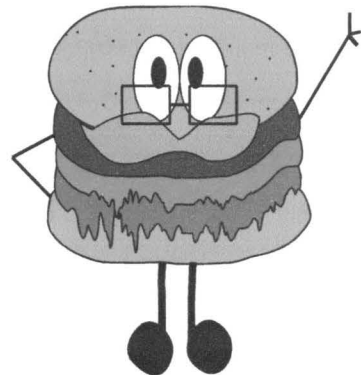
derretido.

La Hamburguesa

Nombre real: Hamburguesa Piña

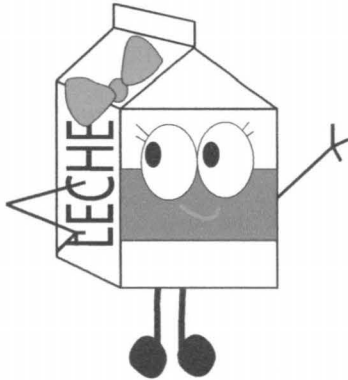
Voz: César Maldonado Rodríguez

La Hamburguesa es el alimento de mayor edad y el segundo en ser entrevistado. No le gusta que lo preparen en restaurantes de comida rápida, porque lo elaboran con productos menos nutritivos. Su día favorito es el 28 de mayo porque es su día internacional.



Descripción física: La hamburguesa es un alimento orgulloso de sí mismo porque posee todos los ingredientes del rombo nutricional (pan de bollo, carne, jitomate, aguacate y mayonesa). Al ser un alimento mayor posee un gran bigote y unos lentes para ver mejor.

La Leche



Nombre real: Leche Del Lácteo

Voz: Paola Maldonado Orduña

La leche es la tercera invitada a "Radio Pollito". Es un cuadrado de leche muy animada, inteligente, divertida y con un acento de voz muy peculiar. En su entrevista habla de sus diferentes preparaciones y los beneficios que tiene su

consumo.

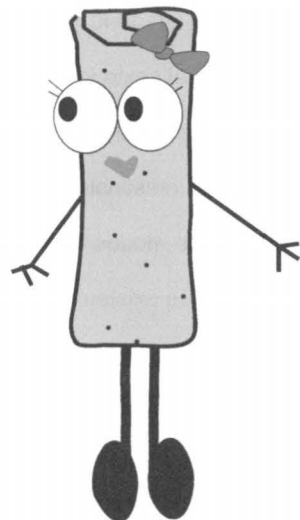
Descripción física: La leche viene en una presentación de 250 mililitros con una etiqueta morada, tiene un pequeño moño rosa y largas pestañas.

La Tortilla

Nombre real: Tortilla Del Maíz

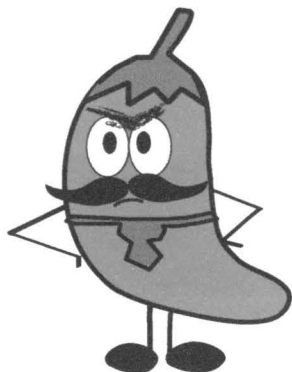
Voz: Erika María Orduña Olvera

La tortilla es la cuarta invitada a "Radio Pollito". Es mexicana y siente mucho cariño por sus hermanas tortillas. En su entrevista habla de cómo la elaboraban a mano antes de inventar las máquinas actuales. También menciona las diferentes preparaciones que se pueden realizar con ella.



Descripción física: La tortilla tiene un pequeño moño morado, largas pestañas y labios pintados. Está elaborada con maíz y es un de los alimentos preferidos de Pollín P. Chuga.

El Chile



Nombre real: Chile Del Árbol

Voz: Gerardo Andrés Reyes Bustamante

El chile es el quinto invitado a "Radio Pollito". Es un chile de árbol, tiende a ser gruñón y no le gusta que le hagan muchas preguntas. En su entrevista habla sobre su origen, el porqué de su sabor picante y algunos platillos que se elaboran con él.

Descripción física: Es un chile de árbol de color rojo con el rabo y corbata verde, tiene las cejas gruesas y un gran bigote.

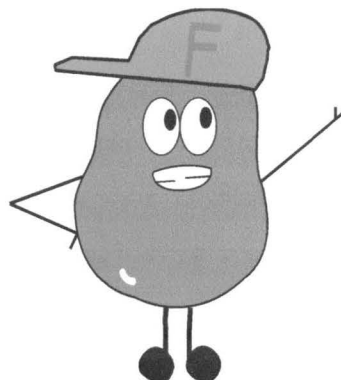
El frijol

Nombre real: Frijol Del Bayo

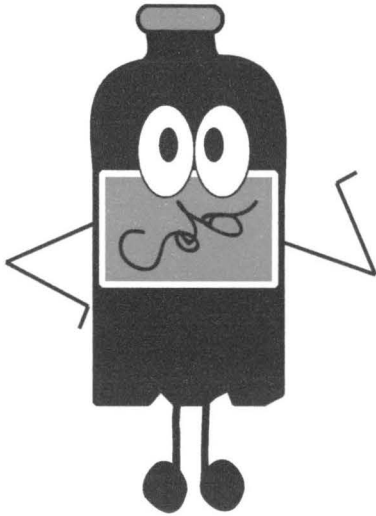
Voz: Pablo Gregorio Reyes García

El Frijol es el sexto invitado a "Radio Pollito". Es un pequeño frijol bayo originario de México y tiene problemas intestinales. En su entrevista habla de sus muchos modos de preparación, las diferentes especies que existen y lo saludable que es.

Descripción física: Es un frijol brillante bayo de color café, posee una pequeña gorra azul y su voz es infantil.



El refresco



Nombre real: Refresco Gas Seosa

Voz: César Maldonado Orduña

El refresco es el último invitado a “Radio Pollito” y es originario de Estados Unidos. Es muy confiado porque sabe que es muy consumido en México.

Descripción física: Es un refresco en presentación jumbo con etiqueta y tapa roja, su líquido es negro y su etiqueta está en letra manuscrita. Su risa es muy pronunciada con

tono de voz sarcástica.

Dr. Filete

Nombre real: Filete del Mar

Voz: Eduardo Reyes García

El Doctor Filete es el nutriólogo de “Radio Pollito”, se preocupa mucho por la salud de los niños que escuchan la serie radiofónica. Se lleva muy bien con Pollín, y le molesta un poco que Con Lechuga le diga pescado. Cuando habla se escuchan pequeñas burbujas de fondo.



Descripción física: Es un pez azul que utiliza una bata y un casco que le permite estar fuera del agua.

2.1.9.1 Justificación de las voces de los alimentos

En las 7 entrevistas realizadas ficticiamente a los alimentos, se quiso utilizar a los personajes para crear una mayor atracción auditiva hacia el público infantil y fomentar la imaginación con humor. Las voces prestadas en las entrevistas fueron elegidas por poseer un estilo particular que pueden atraer la atención de los niños.

A diferencia de las voces de los alimentos, para la voz del nutriólogo se requirió de una persona con una entonación que demostrará cierta firmeza sin llegar a ser aburrida, ya que por ser un producto dirigido a los niños su tono no tiene que ser tan serio.

Al realizar las llamadas ficticias durante la serie radiofónica, se seleccionaron a personas de género y edades diferentes, para que cada una de las cápsulas donde exista una intervención telefónica estuviera dotada de una voz particular.

Al momento de pedir la opinión del público, a lo largo de toda la serie radiofónica, se escuchan voces en su mayoría de niños esto para que la serie radiofónica muestre que los niños son el público meta.

Cabe destacar que los cuentos, las fábulas y los alimentos preparados en "Radio Pollito" fueron totalmente inventados.

Se decidió crear un coro del apellido del personaje de Pollín P. Chuga y Con-Lechuga. Se utilizó una voz femenina para que hiciera contraste con la voz de Pollín y de Lechuga, con la intención de que suene divertida.

Por último, al terminar la frase del eslogan que se dice en cada cápsula, se requirió la participación de 4 niños de entre 7 a 11 años con una voz divertida y alegre, para dar mayor énfasis al público que va dirigido.

2.1.10 Audiencia

“Radio Pollito” está dirigido a los niños de 7 a 11 años de edad con nivel socioeconómico bajo-medio y medio que necesitan fortalecer hábitos alimenticios nutritivos y adecuados para ellos. Y de manera indirecta, a las mamás de los mismos con el fin de apoyar su participación activa.

2.1.11 Periodicidad

Se pretende que “Radio Pollito” sea transmitido de lunes a viernes en un horario de 7:30 de la mañana y 1:30 de la tarde. La finalidad del horario de las 7:30 de la mañana, es para que los niños que asistan a la escuela en el horario matutino, puedan escucharla antes de salir de casa o durante el camino, y también que los niños del turno vespertino puedan escucharlas con más calma. Mientras que a la 1:30 de la tarde, es para que los niños que asistan a la escuela en el turno vespertino puedan escucharla antes de salir de casa o durante el camino y también que los niños del turno matutino puedan escucharlas con más calma. La cápsula radiofónica que se transmite en ambos horarios será la misma.

2.1.12 Duración

Cada cápsula de “Radio Pollito” tiene una duración de 4 minutos con 40 segundos. Por tanto, es un formato flexible que da la posibilidad de ser integrado a un programa existente.

2.1.13 Canales de transmisión

El primer canal de transmisión para “Radio Pollito” es insertarlo en un noticiero, así las madres de familia pueden invitar a sus hijos a escuchar periódicamente “Radio Pollito”. Cabe destacar que se tomó como base la encuesta de Gabinete de Comunicación Estratégica [GCE] sobre *hábitos de Consumo de Medios* (Mejía, 2013) para asignar el horario de transmisión más conveniente, con el fin de que el mayor número de niños y madres de familia lo escuchen.

A continuación se enlistan las estaciones que cuenten con un noticiero por la mañana y también se incluye el programa que se transmite en la tarde para la repetición de la cápsula.

	Estación	Nombre del programa	Horario	Conductor
1	88.1 FM Radio Red	La Red de Radio Red	Lunes a Viernes de 5:45 a 10:00	Sergio Sarmiento y Guadalupe Juárez
		La Red de Radio Red	Lunes a Viernes de 13:00 a 15:00	Jacobo Zabludovsky
2	88.9 FM Noticias	Panorama Informativo	Lunes a Viernes de 6:00 a 10:00	Villalvazo Manero
		Iñaki Manero	Lunes a Viernes de 13:00 a 16:00	Iñaki Manero
3	90.5 FM Imagen Radio	Imagen Informativa Primera Emisión	Lunes a Viernes de 6:45 a 11:00	Pedro Ferriz de Con
		Imagen Informativa Segunda Emisión	Lunes a Viernes de 13:00 a 15:00	Adela Micha
4	102.5 FM Noticias MVS	Primera Emisión	Lunes a Viernes de 6:00 a 10:00	Carmen Aristegui
		Segunda Emisión	Lunes a Viernes de 13:00 a 15:00	Luis Cárdenas
5	103.3 FM Radio Fórmula	En los tiempos de la Radio	Lunes a Viernes de 5:30 a 10:00	Óscar Mario Beteta
		López-Dóriga	Lunes a Viernes de 13:30 a 15:30	Joaquín López Dóriga
6	104.1 FM Radio Uno	Fórmula detrás de la Noticia	Lunes a Viernes de 5:30 a 8:00	Ricardo Rocha
		Atando Cabos	Lunes a Viernes de 13:00 a 15:00	Denise Maerker
7	107.9 FM Horizonte	Antena Radio Primera Emisión	Lunes a Viernes de 7:00 a 10:00	Mario Campos Cortés
		Alejandra García	Lunes a Viernes de 12:00 a 14:00	Alejandra García

El segundo canal de transmisión es por medio de las siguientes 2 estaciones de radio que también podrían ser viables para transmitir “Radio Pollito”, debido a que se dedican principalmente a transmitir programas o contenidos educativos, y de acuerdo al estado del arte, son las 2 estaciones de radio que transmiten más programas dirigidos al público infantil.

Por un lado, 710 AM, que pertenece al Instituto Mexicano de la Radio, es un grupo radiofónico que tiene cómo misión transmitir contenidos que estimulen el conocimiento, y por el otro lado, Radio Educación, es una estación de radio de carácter público y educativo que transmite programas que fomentan el diálogo intercultural. Dichas estaciones son viables para que se puedan convertir en un posible canal de transmisión para “Radio Pollito”. La serie radiofónica podría ser incluida entre dos programas ya existentes, y podrían enriquecer su programación radiofónica debido a que estas dos estaciones de radio no cuentan con algún programa o cápsula radiofónica que tenga como temática la alimentación nutritiva y divertida para niños y que sea dirigida al público infantil, es decir “Radio Pollito”.

El tercer canal de transmisión es por medio de un disco compacto, para que esté al alcance del público. Así, el público podrá escuchar las cápsulas en el momento que considere apropiado.

El cuarto canal de transmisión es por medio de campañas escolares y consiste en visitar escuelas primarias para transmitir las cápsulas radiofónicas de “Radio Pollito” en los diferentes salones y así conocer la opinión de los niños directamente. Además se podrán hacer promociones y dinámicas para interactuar con el público.

El quinto canal de transmisión es por medio de las redes sociales virtuales en donde se pretende realizar una página de internet con el nombre de “Radio Pollito”, así como crear una cuenta en las principales redes sociales virtuales como: *facebook*, *twitter* y *youtube* en las que se pueda distribuir y exhibir.

Algunos beneficios que se obtendrían al llevar a cabo son:

- “Radio Pollito” puede ser escuchada en cualquier momento siempre y cuando el radioescucha cuente con servicio de internet.
- Si se difunden las cápsulas por las redes sociales, se podrá compartir la emisión del día para llegar a un mayor público interesado.
- La forma de interactuar con el público será más sencilla gracias a la administración de una página de internet y las redes sociales.
- Las promociones podrán ser más accesibles para el público.

El sexto canal de transmisión es por medio del cine, específicamente en Cinépolis de México, S.A. de C.V., ya que cuenta con la oportunidad de transmisión momentos antes de que la función del cine comience y principalmente sería en películas para niños. Con lo anterior, el público podrá escucharlas momentos antes de ver la película y se podrá tener una mayor audiencia.

El séptimo canal de transmisión es por medio de Podcast, en donde la serie radiofónica será colocada en la página de internet creada previamente, para que puedan ser descargadas. De igual forma serán colocadas en aplicaciones como: *itunes*, *markeplace* y *google play*. Con el fin de que se puedan descargar a los

dispositivos móviles y puedan reproducirse en cualquier momento y se pueda tener un mayor alcance con el público.

2.1.14 Difusión y promoción

Para que “Radio Pollito” tenga alto impacto con el público meta es necesario crear una difusión y promoción en la que los niños puedan conocerlo e identificarlo. El principal objetivo que se quiere lograr con esta difusión y promoción es que los niños de la segunda infancia puedan reconocer a “Radio Pollito”, que tengan una imagen clara de él y sobre todo lograr el gusto del público meta.

En cuanto a las campañas escolares, las diferentes promociones que se implementarán para lograr una mayor aceptación y reconocimiento por parte del público, está regalar productos de “Radio Pollito” al contestar preguntas sencillas de las cápsulas.

Los productos que se implementarán son los siguientes:

- Pines
- Cuentos escritos e ilustrados
- Personajes en imán
- Portarretratos
- Stickers
- Calendarios
- Libros ilustrados de los platillos
- Toppers con logotipo
- Tarjetas
- Peluches de los personajes

2.1.15 Empresas con responsabilidad social

Las empresas con responsabilidad social son el sustento para que “Radio Pollito” pueda transmitir y difundir hábitos alimenticios nutritivos, alentar la actividad física, evitar una vida sedentaria y prevenir trastornos alimenticios en los niños de 7 a 11 años de edad. Además pueden convertirse en un promotor para generar los recursos

necesarios para su producción, pero ¿qué es la Responsabilidad Social Empresarial?, de acuerdo con el Centro Mexicano para la Filantropía [CEMEFI] (s, f) es:

“El compromiso consciente y congruente de cumplir integralmente con la finalidad de la empresa, tanto en lo interno como en lo externo, considerando las expectativas económicas, sociales y ambientales de todos sus participantes, demostrando respeto por la gente, los valores éticos, la comunidad y el medio ambiente, contribuyendo así a la construcción del bien común” (p. 4).

A sabiendas de lo que significa ser una Empresa con Responsabilidad Social, a continuación de acuerdo con Luisa Montes y Gerardo Berges (en Forbes México, 2013), se mencionarán las empresas relacionadas con la alimentación que encabezan la lista de las empresas más sustentables de México: Coca-Cola Femsa, Grupo Bimbo y Herdez.

Para corroborar que dichas empresas relacionadas con la alimentación, cumplieran con su Responsabilidad Social, se visitó la página oficial de cada una. Cabe mencionar, que las 3 empresas pueden confrontarse con la investigación recopilada sobre la alimentación nutritiva infantil en México, porque de acuerdo con *Greenpeace* (2012) son empresas cuyos productos pueden estar elaborados con ingredientes no confiables, sin embargo, cuentan con programas de apoyo hacia la comunidad y las convierte en empresas con responsabilidad social.

The Coca-Cola Export Corporation Sucursal en México

De acuerdo con el informe de Sustentabilidad 2012 de la Industria Mexicana de Coca-Cola, esta empresa promueve más de 4,500 eventos sobre la actividad física en México, preserva el agua, promueve el reciclaje de sus envases, está comprometida con la reducción de las emisiones de carbono, así como con la comunidad apoyándola en albergues escolares indígenas; también en el día de reyes apoya con regalos, día del niño con piñatas, dulces y en el verano entrega paquetes escolares.

Grupo Bimbo S.A.B. de C.V.

A través del Programa "Comprometidos con el Medio Ambiente", Bimbo se esfuerza en ahorrar energía, reducir emisiones, ahorrar agua, tener manejo integral de residuos sólidos y responsabilidad social en materia ambiental. También aporta donativos a diversas instituciones con las que colabora ya sea de especie o económicos. Y en cuanto a la salud y nutrición del consumidor ha reformulado sus productos.

Herdez, S.A. de C.V.

La fundación Herdez cuenta con el proyecto cultural sobre un museo que expone la cocina mexicana desde la cocina prehispánica hasta la cocina del futuro. En cuanto a lo social, cuenta con donativos alimenticios. Y en lo educativo, cuenta con cursos, talleres, conferencias, seminarios y servicio de biblioteca en la sede de su fundación. También cuenta con un programa llamado "saber nutrir" que combate la desnutrición en zonas rurales e imparte educación alimentaria a niños en edad escolar en zonas urbanas.

Coca-Cola Femsa, Grupo Bimbo y Herdez son empresas que comparten objetivos similares a los de “Radio Pollito”, por ejemplo: fomentar la importancia de la actividad física, el consumo de alimentos con mayores nutrientes y la distribución de la educación alimentaria en los niños. Cabe destacar que “Radio Pollito” cuestiona la preparación y procedencia de sus productos, pero la serie puede ser promocionada por dichas empresas ya que cuentan con programas para llevarlo a cabo.

Por otro lado, la Secretaría de Salud podría ser otro promotor viable para llevar a cabo la serie radiofónica sobre la alimentación nutritiva y divertida para niños, porque tiene como misión responder a las expectativas de la población. Además, cuenta con programas y estrategias relacionados a la salud infantil, hábitos alimenticios, la obesidad y el sobrepeso.

2.1.16 Equipo humano de producción

Alejandro Maldonado Orduña – Guion, Locución, Edición, Musicalización,
Operación técnica y creación de los personajes.

2.1.17 Créditos

A continuación se enlistan alfabéticamente los nombres completos de las personas que participaron en “Radio Pollito” así como los personajes que interpretaron.

Alejandro Maldonado Orduña – Locutor como Pollin P. Chuga, productor, director,
guionista, editor y voz de niño

Arturo Orduña Hernández – Voz en cuento

César Maldonado Orduña – Voz de Conejo Lechuga, el refresco y voz de niño

César Maldonado Rodríguez – Voz de la hamburguesa, voz en cuento y voz de
niño

Claudia Vázquez Orduña – Voz en cuento

Daniela González Reyes – Coro, voz en cuento y voz de niña

 Daniel Maya Santos – Voz del eslogan

Dary Alitza Maldonado Becerra – Voz de fondo

 David González Ramírez – Voz de cuento y de niño

 Diego Maya Santos – Voz del eslogan y de cuento

 Eduardo Reyes García – Voz del doctor Filete

 Emilio Varela Chávez – Eslogan, llamada telefónica y voz de niño

Erika María Orduña Olvera – Voz de la tortilla, voz en cuento y voz de niña

 Fernando Orduña Cano – Voz del eslogan

 Gerardo Reyes Bustamante – Voz del chile

Guadalupe Itzel Orduña Reyes – Voz de niña

 Ian Varela Chávez – Voz de niño

Irma Yolanda Orduña Hernández – Llamada telefónica y voz de niña

 Jesica Orduña Reyes – Voz de niña

Jesús Fabián Vázquez Orduña – Llamada telefónica

 Juan Carlos Chávez Orduña – Voz en cuento y niño

 Juan Ignacio Nova Maldonado – Voz de papá

Juan Román Maldonado Castillo – Voz de fondo

 Kazumy Rubí Ávalos Luna – Voz de fondo

 Leonardo Chávez González – Voz de niño

 María Teresa Orduña Reyes – Voz de niña

 Mauricio Maldonado Orduña – Voz de niño

Miriam Guadalupe Orduña Olvera – Llamada telefónica

 Omar Maldonado Jiménez – Voz de fondo

Oscar Chávez Orduña – Llamada telefónica

Oscar Orduña Hernández – Voz de fondo

Pablo Reyes García – Voz del frijol

Paola Maldonado Orduña – Voz de la leche, voz en cuento y voz de niña

Sandra Reyes Yáñez – Voz de mamá

Sergio González Reyes – Voz del chocolate y voz en cuento

Vanesa Varela Chávez – Voz de niña

2.1.18 Escaleta

A continuación se presentan 3 escaletas de las cápsulas de “Radio Pollito” para poder distinguir el tiempo que se utilizó en cada sección.

Título: “Radio Pollito”

Fecha:

Inicio: 00:00

Final: 04:40

Duración: 04:40

Número de cápsulas: 21

CÁPSULA 7

TIEMPO	DURACIÓN	DESCRIPCIÓN
00:00 - 00:04	00:04	Rúbrica, música en PP pasa a 2P
00:04 - 00:36	00:32	Presentación
00:36 - 00:47	00:11	Adivinanza
00:47 - 00:51	00:04	Entrada para el cuento
00:51 - 02:18	01:27	Cuento
02:18 - 02:25	00:07	Entrada para la canción
02:25 - 03:19	00:54	Canción
03:19 - 03:28	00:09	Entrada para el platillo
03:28 - 03:43	00:15	Ingredientes para la preparación del platillo
03:43 - 04:17	00:34	Procedimiento para preparar el platillo
04:17 - 04:30	00:13	Chiste
04:30 - 04:40	00:10	Despedida

CÁPSULA 9

TIEMPO	DURACIÓN	DESCRIPCIÓN
00:00 - 00:03	00:03	Rúbrica
00:03 - 00:25	00:22	Presentación
00:25 - 00:34	00:09	Entrada para la canción
00:36 - 00:48	00:12	Canción
00:47 - 01:00	00:13	Entrada para la entrevista
01:00 - 02:53	01:53	Entrevista
02:53 - 03:00	00:07	Entrada para el platillo
03:00 - 03:23	00:23	Ingredientes para la preparación del platillo
03:23 - 04:00	00:37	Procedimiento para preparar el platillo
04:00 - 04:26	00:15	Datos de la leche
04:26 - 04:40	00:14	Despedida

CÁPSULA 14

TIEMPO	DURACIÓN	DESCRIPCIÓN
00:00 - 00:04	00:04	Rúbrica y entrada a la cápsula
00:04 - 00:032	00:28	Presentación
00:32 - 00:42	00:10	Recomendación
00:42 - 01:03	00:21	Entrada para el platillo
01:03 - 01:21	00:18	Ingredientes para la preparación del platillo
01:21 - 01:29	00:08	Entrada para la canción
01:29 - 02:01	00:32	Canción
02:01 - 02:17	00:16	Salida de la canción
02:17 - 02:25	00:08	Entrada para el platillo
02:25 - 02:45	00:20	Procedimiento para preparar el platillo
02:45 - 02:52	00:07	Entrada para la entrevista con el nutriólogo
02:52 - 04:27	01:35	Entrevista
04:27 - 04:40	00:13	Despedida

2.2 Cronología del proceso de producción

A continuación se presenta la serie de actividades que se llevaron a cabo desde las primeras ideas hasta la última intervención para la creación de "Radio Pollito".

	Actividad	Fecha			
		Ene. - mar. 2013	Mar. - jul. 2013	Sep. - dic. 2013	Dic. - ene. 2014
1	Definir el tema de investigación de la tesis				
2	Elegir el medio para el producto comunicativo				
3	Investigar los beneficios del medio radiofónico				
4	Realizar un programa de radio				
5	Definir el público meta				
6	Enlistar los temas que se hablarán en el producto comunicativo				
7	Definir secciones: cuentos, entrevista a nutriólogo, preguntas y respuestas, preparación de platillos divertidos, entrevista a alimentos, mitos de la alimentación, música, chistes, adivinanzas, cambia el menú por				
8	Cambiar de programa radiofónico a cápsula radiofónica				
9	Definir el tiempo de duración de cada cápsula radiofónica				
10	Escribir el guion de la primera cápsula radiofónica				
11	Nombrar la serie radiofónica: "Radio Pollito"				
12	Diseñar el logotipo de la serie radiofónica				
13	Crear el eslogan del programa: "Come divertido con alimento nutritivo"				
14	Inventar un cuento para la primera cápsula radiofónica				
15	Grabar la primera cápsula radiofónica				
16	Editar la primera cápsula radiofónica				
17	Presentar la primera cápsula radiofónica a la Directora Leticia Gallegos Duarte				
18	Rehacer el guion de la primera cápsula radiofónica				
19	Grabar nuevamente la primera cápsula radiofónica				
20	Editar nuevamente la primera cápsula radiofónica				
21	Presentar al profesor de Seminario de Tesis I, Juan Carlos Rodríguez la primera cápsula radiofónica				
22	Escribir guion de la segunda cápsula con entrevista a nutriólogo certificado				

23	Grabar la segunda cápsula radiofónica			
24	Editar la segunda cápsula radiofónica			
25	Presentar la segunda cápsula radiofónica a la Directora Leticia Gallegos Duarte			
26	Rehacer guion de la segunda cápsula con entrevista a nutriólogo ficticio			
27	Escribir el guion de la tercera cápsula radiofónica			
27	Grabar la tercera cápsula radiofónica que incluye la entrevista al chocolate			
29	Exponer las 3 cápsulas para la materia de Seminario de Titulación II			
30	Creación del locutor "Pollín P. Chuga" a partir de la cuarta cápsula radiofónica			
31	Cambiar el eslogan: "Come nutritivo con alimento divertido"			
32	Rediseñar el logotipo de "Radio Pollito"			
33	Escribir guion de las 18 cápsulas radiofónicas restantes			
34	Crear los dibujos de los alimentos entrevistados			
35	Grabar y editar cada cápsula radiofónica			
36	Presentar al profesor y lector Octavio Serra Bustamante la serie radiofónica			
37	Rehacer el guion de las 21 cápsulas radiofónicas			
38	Crear nuevo locutor: Conejo Lechuga			
39	Crear personaje del nutriólogo: Doctor Filete del Mar			
40	Reducir el tiempo de la música			
41	Editar las cápsulas radiofónicas con más efectos de sonido			
42	Reducir la intervención de la preparación de los platillos divertidos de la serie radiofónica			
43	Crear rúbrica de "Radio Pollito"			
44	Crear nuevas secciones: Top 5, e inventar fábulas			
45	Incluir más la participación de los niños, en los cuentos, en las fábulas y en general			
46	Rediseñar el logotipo de "Radio Pollito"			
47	Diseñar las imágenes para el disco compacto			
48	Nombrar cada cápsula radiofónica			

49	Imprimir las imágenes para el disco compacto				
50	Rediseñar las imágenes para el disco compacto				
51	Imprimir en papel couche las imágenes				

A continuación se presenta un cronograma laboral para estimar el tiempo requerido para realizar una cápsula radiofónica de acuerdo con la experiencia obtenida en la serie radiofónica "Radio Pollito".

	Actividad	Día
1	Temática de la serie radiofónica	1
2	Recopilación de información	1
3	Escribir guion	1
4	Grabar	2
5	Editar	2
6	Posproducción	3
7	Presentar	4

Se estiman 4 días para hacer una cápsula radiofónica, desde saber qué tema se va a abordar hasta la presentación final.

2.3 Hallazgos fundamentales del proceso de producción

Se recuerda que el proyecto realizado se dividió en 3 apartados: 1. Investigación documental, 2. Proceso de producción (bitácora) y 3. Guion de la serie radiofónica. El producto comunicativo forma parte principalmente en el segundo apartado, es **Titulado** "Radio Pollito" y tiene como **Objetivo general**: Fomentar la mejora de los hábitos alimenticios de los niños de 7 a 11 años de edad en el Distrito Federal a través de la creatividad y la imaginación. El **Género** que se utilizó en "Radio Pollito" es de revista radiofónica y cuenta con las siguientes **Secciones**: preparación de platillos divertidos y fáciles de realizar, cuentos, fábulas, chistes, adivinanzas,

entrevistas a un nutriólogo, cambia el menú por..., entrevistas a alimentos, canciones con temáticas infantiles, preguntas del público, mitos y el top 5. El **Eslogan** que se menciona en la serie radiofónica es “come nutritivo con alimento divertido” y la **Audiencia** o público a quién va dirigido es a los niños de 7 a 11 años de edad con nivel socioeconómico bajo-medio y medio, y de manera indirecta, a las mamás. En cuanto a la **Periodicidad** de “Radio Pollito” se pretende que sea transmitido de lunes a viernes en un horario de 7:30 de la mañana y 1:30 de la tarde con una **Duración** de 4 minutos con 40 segundos cada una. La **Difusión y promoción** de “Radio Pollito” se ha pensado en los siguientes medios de difusión: radio tradicional, disco compacto, campañas escolares, redes sociales, cine y *podcast*. Mientras que Coca-Cola Femsa, Grupo Bimbo y Herdez son **Empresas con Responsabilidad Social** que pueden promocionar y difundir a “Radio Pollito”, ya que cuentan con programas para llevarlo a cabo.

Al realizar el producto comunicativo y de acuerdo a los autores abordados en las dimensiones de desarrollo del niño mencionan que la segunda infancia puede variar y no ser estrictamente desde los 7 años y hasta los 11 años sino que puede ser un año antes hasta la llegada de la adolescencia, así que se puede ofrecer la serie radiofónica no solamente a los niños entre 7 y 11 años de edad, sino que pueden ser aptas para niños desde la primera infancia hasta la adolescencia, porque contiene secciones divertidas y al mismo tiempo informativas.

Con base a la investigación documental se decidió que la imaginación, la creatividad y la alimentación nutritiva, sean los sustentos principales de la serie radiofónica, ya que los niños muchas veces son subestimados o no se les ofrece la oportunidad

para expresar su opinión, sin embargo en la serie radiofónica sí lo podrán hacer por ejemplo, mencionar la fruta de su agrado, la actividad física que realicen, como se han comido la tortilla, etc., puesto que ellos cuentan con muchas capacidades para aprender, opinar y expresarse, Por ende, "Radio Pollito" se apega a la alimentación de forma nutritiva o mejor dicho: "Come nutritivo con alimento divertido".

Para finalizar, se realizó un grupo de enfoque con la participación de 6 niños entre 6 y 12 años de edad con la finalidad de conocer un resultado próximo a la realidad sobre los efectos que causaría escuchar la serie radiofónica. Los nombres de los niños serán omitidos y cada uno será representado por una letra, la edad del niño A es de 6 años, del niño B es de 9 años, del niño C es de 10 años, del niño D y E es de 11 años y del niño F es de 12 años.

La habitación que se acondicionó para llevar a cabo el grupo de enfoque estuvo acompañado con cuatro cámaras ocultas y una grabadora de voz, sin embargo una de las cámaras no grabó toda la sesión, en otra cámara la resolución de la imagen no es aceptable, mientras que las dos cámaras sí grabaron toda la sesión además el audio de las cápsulas estuvo alto y no deja apreciar las conversaciones entre los participantes.

Los niños se sentaron al entrar en cojines y se les mencionó que se les iban a reproducir 4 cápsulas radiofónicas, es decir un total de 18 minutos con 40 segundos sobre la alimentación nutritiva, sin la presencia o intervención de algún adulto, y en el centro del cuarto sobre dos mesas infantiles se colocó un yo-yo, una lotería, un cuadro mágico, una cuerda, un libro infantil, una enciclopedia, hojas blancas, gises de

colores, plastilina de colores, platos y tasas de juguete, además de una jarra de agua pura, una jarra de agua sabor cebada, un refresco, manzanas picadas, frituras y chile en polvo, lo cual podían tomar, agarrar, manipular, comer, beber, si lo deseaban.

A continuación se describirán cronológicamente la relación entre el contenido de las cápsulas y las actividades que realizaron los niños durante la sesión.

1.- En el momento que el personaje Con Lechuga cuenta una adivinanza el niño E voltea a ver al niño F riéndose.

2.- Cuando el personaje Pollín P. Chuga menciona los juguetes tradicionales de México, el niño B sonríe y señala hacia donde se encuentra el trompo, mientras que el niño A lo observa y lo agarra, también el niño E empieza a hojear un libro.

3.- Al escuchar al personaje Pollín P. Chuga que menciona un cuento, el niño A toma el libro para niños y lo hojea.

4.- En el momento que el personaje Pollín P. Chuga menciona que no es bueno quedarse con la duda durante el cuento los niños A, C, D reaccionaron y se levantaron a tomar plastilina, el cuadro mágico y una fritura respectivamente.

5.- Cuando los personajes Pollín P. Chuga y Con Lechuga cuentan chistes el niño E se ríe constantemente con el niño F de las respuestas.

6.- Al escuchar al personaje Pollín P. Chuga que menciona que va a resolver dudas de los niños vía telefónica, el niño C se levanta por su bolsa y saca su teléfono móvil.

7.- En el momento que el personaje Pollín P. Chuga contesta una duda de un niño que se comunicó, los niños E y F se voltean a ver y sonríen.

- 8.- Cuando se escucha que un niño menciona cuáles manzanas son las más nutritivas, el niño C toma cuidadosamente una manzana y se la come.
- 9.- Al escuchar la opinión de los niños sobre el color de las manzanas que prefieren comer, el niño E se ríe fuertemente volteando a ver al niño F quien sonríe.
- 10.- En el momento que el personaje Pollín P. Chuga menciona que si se les antoja un refrigerio, el niño E se levanta por el traste de las frituras y le ofrece al niño F.
- 11.- Cuando se escucha un chiflido durante la cápsula, los niños C y D dejan de platicar y voltean a ver hacia donde se encuentran los niños E y F.
- 12.- Al escuchar al personaje Con Lechuga que le sugiere a los niños a comer todo lo que les guste, el niño F toma refresco.
- 13.- En el momento que el personaje Con Lechuga menciona los dulces más ricos, el niño E bebe refresco, mientras que el niño F también bebe refresco acompañado de una fritura.
- 14.- Cuando se escucha que el personaje Pollín P. Chuga menciona la preparación del platillo llamado gusanos de colores se levantan el niño A para tomar la plastilina con un plato de juguete, el niño B para darle el cuadro mágico al niño E y comer chile líquido y el niño C para servirse refresco.
- 15.- Al escuchar al personaje Pollín P. Chuga mencionar que en lugar de tomar refresco ayuden a realizar el agua de sabor, los niños A, B y C toman una manzana.
- 16.- En el momento que opinan los niños sobre la comida chatarra que les gusta, los niños E y F se voltean a ver y sonríen entre ellos.

17.- Cuando se escucha la canción sobre el consumo de la comida chatarra, los niños B, C y D se levantan a agarrar manzanas.

18.- Al escuchar la entrevista al Doctor Filete sobre la comida chatarra, los niños B, C y D se levantan a agarrar manzanas y se las comen con chile. También el niño B se sirve agua pura y más tarde el niño D toma una fritura.

19.- En el momento que el personaje Pollín P. Chuga menciona que pueden mandar sus dudas al correo electrónico el niño C enciende su teléfono móvil.

20.- Cuando se escucha que el personaje Pollín P. Chuga responde la duda de una niña sobre que bebida recomienda tomar si agua pura, agua de frutas o refresco y Con Lechuga menciona que beba lo que más le guste, el niño E se levanta a servir refresco a los niños A, F y a él mismo. También el niño D se levanta a servirse agua de cebada y le da a probar al niño C, quien prefiere servirse refresco.

21.- Al escuchar que se entrevista al Doctor Filete sobre la actividad física, el niño A se levanta a brincar la cuerda.

22.- En el momento que el personaje Con Lechuga menciona los alimentos que quitan la energía de manera rápida, el niño E come una fritura y el niño F bebe refresco, posteriormente el niño F habla con el niño E, quien se levanta y le sirve una fritura en el plato para niños. Paralelamente el niño A toma un par de frituras y los coloca sobre un plato de juguete.

23.- Por último, en el momento que se menciona el eslogan de "Radio Pollito", el niño F se levanta, agarra una fritura y una manzana.

A continuación se presenta una tabla con información sobre los gustos alimenticios que prefirieron probar los 6 niños durante la sesión.

Niño	Edad	Bebida			Alimento	
		Agua pura	Agua de cebada	Refresco	Frituras	Manzanas
A	6			X	X	
B	9	X				X
C	10		X	X		X
D	11		X		X	X
E	11			X	X	
F	12			X	X	X

La anterior tabla muestra que solamente un niño tiene gusto específicamente por el agua pura, 2 niños probaron el agua de cebada, mientras que 4 niños prefieren el refresco. Por otro lado, el gusto por las frituras que representa la comida chatarra y por las manzanas que representa la comida nutritiva fue equitativo durante la sesión.

Al finalizar la sesión se les hizo una serie de preguntas, lo cual se puede rescatar que identificaron los 2 personajes principales, además del Doctor Filete, y situaron a Con Lechuga como el personaje favorito, quien es más flexible comparado con Pollín P. Chuga en mencionar que pueden probar la comida chatarra con moderación. También mencionaron que brincaron la cuerda para mantenerse activos, tomaron el yo-yo porque escucharon una sección donde se mencionan los juguetes tradicionales de México y les interesó jugar con él, dibujaron por gusto y un niño no lo hizo por falta de interés. Por otra parte, mencionaron que les gustaría escuchar las cápsulas en su casa, preparar los platillos ellos mismos, mientras que la parte favorita fue la sección de los chistes, además les gustaría escuchar más recetas de platillos, y que se mencionaran más alimentos nutritivos y tres de ellos están de acuerdo en que la serie radiofónica sea transmitida por la radio ya que ayuda a desarrollar su imaginación.

En conclusión, cuando los personajes de la serie radiofónica invitan a los niños a probar un alimento o una bebida que sea más nutritiva, los niños lo llevan a cabo y en ocasiones recurren a sus hábitos alimenticios por encima de la información que se les proporciona. Por otro lado, la participación de los niños en la serie radiofónica fue una de las partes que más les agrado a los 6 niños ya que se rieron constantemente durante su participación. En cuanto a la sección de las llamadas ficticias y correos electrónicos en donde se comunican los niños, el único niño que tenía durante la sesión un dispositivo móvil, lo uso en dos ocasiones mientras que los locutores mencionaron que iban a recibir llamadas del público y a leer correo electrónico, y como fueron inventados tanto el correo como el número telefónico no se puede corroborar si el niño uso su dispositivo móvil para esta sección. Por otro lado, la sección de la entrevista al doctor Filete, en las 2 ocasiones que se le entrevistó, los niños reaccionaron positivamente a lo que se mencionó. También ayudó a confirmar que "Radio Pollito" esta diseñado para transmitirse una cápsula de 4 minutos con 40 segundos por día ya que ninguno de los 6 niños logró seguir las 4 cápsulas reproducidas durante la sesión. Por último, y como se ha planteado a lo largo de la investigación, las mamás son las principales personas en guiar a sus hijos a mejorar sus hábitos alimenticios nutritivos y "Radio Pollito" fungirá como apoyo para lograrlo.

3. Guion de la serie radiofónica

1	CÁPSULA 1 "COMIDA DIVERTIDÍSIMA"	4:40
2	<u>OP. ENTRA RÚBRICA SE ENLAZA EN PP TRACK 1 SE MANTIENE 02" Y</u>	
3	<u>PASA A 2P</u>	
4		
5	ALEJANDRO	MMM ¿HOLA? ¿QUIÉN ESTA AHÍ? OH ¿YA
6		EMPEZAMOS? ¿POLLITOS? ¿SON USTEDES?
7		

1

2 NIÑOS SÍ

3

4 ALEJANDRO ¡PERFECTO!

5 HOLA AMIGOS POLLITOS, YO VOY A SER SU

6 CONDUCTOR EN ESTA DIVERTIDÍSIMA SERIE

7 RADIOFÓNICA. Y MÍ NOMBRE ES POLLÍN Y MÍ

8 APELLIDO ES P. CHUGA. POLLÍN P. CHUGA.

9

10 DANIELA P. CHUGA

11

12 DEBEN DE SABER QUE ESTE ESPACIO ES

13

14 ALEJANDRO DEDICADO A USTEDES Y A SU ALIMENTACIÓN. NO

15 LO OLVIDEN: "COME NUTRITIVO...

16

17 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO".

18

19 CÉSAR HEY NO SE OLVIDEN DE MÍ. YO SOY CON-

20 LECHUGA

21

22 DANIELA LECHUGA

23

24 CÉSAR Y NO COMAN TAN NUTRITIVO DE TODAS

25 **OP. FX SUSPENSO**

26

27 CÉSAR FORMAS SE VAN A MORIR.

28

29 ALEJANDRO ¿SE SABEN ESTA ADIVINANZA?:

30

31 **OP. TRACK 1 FADE OUT SE ENLAZA CON FONDO MUSICAL**

32

33 ALEJANDRO TENGO RABO Y NO SOY PERRO

34 TENGO CABEZA Y NO PIENSO

1 TENGÓ DIENTES Y NO
2 MUERDO
3 ¿QUÉ SOY?

4
5 **OP. RELOJ**

6
7 ¡EL AJO!

8
9 **OP. FX RISAS Y FANFARRIA**

10
11 ALEJANDRO Y ES EL MOMENTO DE UN CUENTO

12
13 **OP. ENTRA EN PP TRACK 2 SE MANTIENE 1" Y PASA A 2P**

14
15 LA MAMÁ DE JUAN LE SUELE PREPARAR PAPAS,
16 CALABAZAS, ZANAHORIAS Y BRÓCOLIS COCIDOS
17 PARA QUE SU HIJO SE LOS COMA EN EL RECREO.

18
19 JUAN CARLOS Y ADEMÁS ME GUSTAN MUCHO, PERO SE VE UN
20 POCO TRISTE MI PLATILLO.

21
22 ALEJANDRO UN DÍA MIENTRAS JUAN SE COMÍA SUS
23 VERDURAS,
24 LLEGO SU AMIGA ELI A COMER CON ÉL.

25
26 PAOLA HOLA JUAN, ¿ME PUEDO SENTAR A TU LADO?

27
28 JUAN CARLOS SÍ

29
30 ALEJANDRO Y JUAN SE DIÓ CUENTA QUE SUS ZANAHORIAS
31 SIMULABA SER UN TREN, LOS BRÓCOLIS
32 PERECÍAN ARBOLITOS Y LAS PAPAS CON LA
33 CALABAZA PARECÍAN PEQUEÑAS PIEDRITAS.

34

1 PAOLA PARA MÍ ES MÁS DIVERTIDO COMERLAS ASÍ Y SON
2 IGUAL DE NUTRITIVAS QUE LAS TUYAS JUAN.
3
4 ALEJANDRO DESDE ENTONCES JUAN Y SU MAMÁ PREPARAN
5 SU ALMUERZO NUTRITIVO Y DIVERTIDO Y CLARO
6 CON MUCHA IMAGINACIÓN.
7
8 JUAN CARLOS SÍ AMIGOS POLLITOS,
9
10 COMAN MUCHAS VERDURAS PARA QUE CREZCAN
11 FUERTES Y SALUDABLES.
12
13 **OP. SUBE TRACK 2 A PP, SE MANTIENE 2" Y FADE OUT. SE ENLAZA CON**
14 **TRACK 1 EN 2P**
15
16 ALEJANDRO ¿QUÉ LES PARECIÓ EL CUENTO POLLITOS?
17 AHORA VAMOS A CREAR NUESTRO PROPIO TREN
18 DE ZANAHORIAS DESBORDANDO NUESTRA
19 IMAGINACIÓN. LO QUE NECESITAN ES:
20 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE ENLAZA CON FX BATERÍA**
21
22 -ZANAHORIAS HERVIDAS
23
24 **OP. RÁFAGA**
25
26 -BRÓCOLIS PEQUEÑOS HERVIDOS
27
28 **OP. RÁFAGA**
29
30 -PURÉ DE PAPA
31
32 **OP. RÁFAGA**
33
34 -UN PLATO

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

OP. FX PLATO SE ENLAZA CON NIÑOS SALIENDO AL RECREO

O RECIPIENTE PARA PODER COMÉRTELO EN EL RECREO

OP. RÁFAGA

-Y UN CUCHILLO DE PUNTA REDONDA.

OP. FX RÁFAGA SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P

PARTE EN PEQUEÑOS RECTÁNGULOS LAS ZANAHORIAS HERVIDAS Y COLÓCALAS EN MEDIO DEL RECIPIENTE DE MANERA QUE VAYAN EN FILA, DESPUÉS COLOCA LOS BRÓCOLIS EN AMBOS LADOS DE LA ZANAHORIA Y PARA FINALIZAR DISPERSA EL PURÉ DE PAPA SIMULANDO LA TIERRA EN EL CAMINO.

¿QUÉ TAN LARGO HARÁN TU TREN AMIGOS POLLITOS? ESPERO QUE LES HAYA GUSTADO Y RECUERDEN COMERSE HASTA EL ÚLTIMO VAGÓN DE SU TREN.

CÉSAR

NO PIERDAN EL TIEMPO EN "SU TREN DE ZANAHORIAS"

OP. FX TREN FADE OUT

MEJOR COMPREN PAPITAS Y ÉCHENLE MUCHA SALSA.

OP. FX CUA CUA CUA CUA

ALEJANDRO.

NO NO NO, NO LE HAGAN CASO A CON-LECHUGA

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

OP. TRACK 1 PASA A PP Y SE MANTIENE 11" SE LIGA CON ID Y PASA A 2P

MEJOR ESCUCHEN ESTE CHISTE:

OP. TRACK 1 FADE OUT SE LIGA CON FONDO MUSICAL

ALEJANDRO -¿CÓMO ESTORNUDA UN TOMATE?

OP. FX ESTORNUDO SE LIGA CON RELOJ

ALEJANDRO -¡¡¡¡¡CAPSUUUUUUUUP!!!!!!

OP. FX DE RISAS SE LIGA CON FANFARRIA Y SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

ALEJANDRO MUY DIVERTIDO EL CHISTE ¿NO CREEN?

CÉSAR JAJA SÍ CLARO, ESTUVO BIEN ABURRIDO. MEJOR
ESCUCHEN EL MÍO

OP. TRACK 1 FADE OUT SE LIGA CON FONDO MUSICAL 2

¿QUÉ LE DIJO LA CUCHARA A LA GELATINA?

OP. FX RELOJ

CÉSAR NO TIEMBLAS, COBARDE.

OP. FX RISAS SE LIGA CON FANFARRIA SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

ALEJANDRO PUES MÁS O MENOS CONEJO

CÉSAR ME LLAMO CON-LECHUGA

1 DANIELA LECHUGA
2
3 ALEJANDRO OH Y ¿POR QUÉ CON-LECHUGA?
4
5 CÉSAR PORQUE ME LLAMO CONEJO Y ME APELLIDO
6 LECHUGA
7
8 DANIELA LECHUGA
9
10 ALEJANDRO ESTA BIEN ESTA BIEN PERO NO ANDES MAL
11 ACONSEJANDO A LOS POLLITOS
12
13 CÉSAR JAJAJA SÓLO ES PARA QUE SE DIVIERTAN Y VIVAN
14 LA VIDA FELIZ Y SON CONEJOS
15
16 ALEJANDRO CLARO QUE NO, SON POLLITOS.
17 Y DIME CONEJO. ¿POR QUÉ ESTAS TAN PERO TAN
18 BLANCO?
19
20 CÉSAR PUES PORQUE ME BAÑO DIARIO, EH COMO LA VES
21
22 ALEJANDRO A MIRA, QUE BIEN CONEJO.
23
24 CÉSAR Y DIME POLLO, ¿NO CREES QUE YA ESTAS MUY
25 GRANDECITO PARA ESTAR USANDO ESE
26 CASCARÓN?
27 ALEJANDRO JAJAJA, NO CÓMO CREES ADEMÁS ME SIRVE
28 PARA TAPARME DEL FRÍO PORQUE AQUÍ PARECE
29 QUE ESTÁ NEVANDO OOOO.
30
31 CÉSAR JAJAJA QUE FRIOLENTO ERES POLLÍN, DEBERÍAS
32 DE APRENDER A MÍ, YO QUE NO TENGO NI UNA
33 PRENDA DE ROPA Y EL FRÍO QUE NI ME CALA.
34 AUCH AUCH AUCH

1
2 ALEJANDRO QUE TE PASA CONEJO NO QUE NO TENÍAS FRÍO
3
4 CÉSAR NO ES EL FRÍO.
5
6 SENTÍ CÓMO UN ARDOR EN MI ESTÓMAGO
7
8 ALEJANDRO ¿PERO QUÉ HABRÁ SIDO? MMM YA SE, DE
9 SEGURO FUE POR COMER TANTA SALSA EN TUS
10 PAPITAS
11
12 CÉSAR AUCH AUCH PUES ES LO ÚNICO QUE HE COMIDO
13
14 ALEJANDRO HAY CONEJO, MEJOR TE HUBIERAS COMIDO UN
15 TREN DE ZANAHORIAS, YO QUE SÍ LO PROBÉ ME
16 SIENTO CON ENERGÍA Y SIN DOLORES.
17
18 CÉSAR LO VOY A PENSAR, SÓLO SI LOS PLATILLOS QUE
19 COCINAS SE VEN DIVERTIDOS LOS VOY A PROBAR
20
21 ALEJANDRO PERFECTO, VERAS QUE SÍ. ESPERO QUE SE
22 HAYAN DIVERTIDO MUCHO Y NO SIGAN LOS
23 CONSEJOS DE CON-LECHUGA, NOS VEMOS EN LA
24 SIGUIENTE POLLOEMISIÓN Y “COME NUTRITIVO...
25
26 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO”.
27
28 **CÁPSULA 2 “MI COMIDA CHATARRA FAVORITA” 4:40**
29 **OP. ENTRA RÚBRICA SE ENLAZA EN 2P CON TRACK 1**
30
31 ALEJANDRO HOLA AMIGOS POLLITOS, SOY POLLÍN P. CHUGA
32
33 DANIELA P. CHUGA

1
2 ALEJANDRO HOY VAMOS A PRESENTAR UNA
3
4 **OP. FX BURBUJAS**
5
6 ENTREVISTA AL DOCTOR FILETE QUIÉN NOS
7 RESPONDERÁ
8
9 CÉSAR NO NO NO MEJOR YO LES RESPONDO TODAS SUS
10 DUDAS DE LA COMIDA, AMIGOS CONEJOS COMAN
11 TODO LO QUE LES GUSTE NO LE HAGAN CASO AL
12 AMARGADO DE P. CHUGA
13
14 ALEJANDRO OTRA VEZ TU CON-LECHUGA HAY QUE ANIMAR A
15 LOS NIÑOS A QUE COMAN SANAMENTE. COMO LES
16 DECÍA AMIGOS POLLITOS EL DOCTOR FILETE LES
17 RESPONDERÁ ALGUNAS DUDAS SOBRE SU
18 ALIMENTACIÓN. RECUERDEN “COME NUTRITIVO...
19
20 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO”.
21
22 ALEJANDRO AMIGOS POLLITOS, EMPECEMOS CON LA
23 PREPARACIÓN DE UN NUTRITIVO Y DIVERTIDO
24 POSTRE LLAMADO “GUSANOS DE COLORES”.
25
26 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**
27
28 ES MUY FÁCIL PREPARARLO Y ADEMÁS PUEDEN
29 HACERLO USTEDES MISMOS Y LO ÚNICO QUE
30 NECESITAN ES:
31 -UVAS VERDES
32 **OP. RÁFAGA**
33
34 -UVAS MORADAS

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

OP. RÁFAGA

-CIRUELAS

OP. RÁFAGA

-FRESAS

OP. RÁFAGA

-Y PALITOS DE BANDERILLA SIN PUNTA

OP. RÁFAGA

ALEJANDRO

AHORA, PONGAN ATENCIÓN:
ES MUY SENCILLO, LO ÚNICO QUE TIENEN QUE HACER ES INSERTAR LAS FRESAS, LAS CIRUELAS, LAS UVAS MORADAS Y VERDES EN EL PALITO DE BANDERILLA, COLÓQUENLAS REVOLVIENDO LAS FRUTAS Y VERÁN QUE CREARÁN GUSANOS MUY LARGOS Y SOBRE TODO COLORIDOS. LES SUGIERO QUE USEN UNA FRESA EN LA PUNTA DEL PALITO DE BANDERILLA PARA QUE SIRVA COMO SU CABEZA. Y LISTO YA CREARON UN FANTÁSTICO "GUSANO DE COLORES"

OP. FX SERPIENTE SE LIGA FANFARRIA SE LIGA CON FADE OUT TRACK 2 SE ,LIGA CON TRACK 1 EN 2P

AMIGOS POLLITOS RECUERDEN CREAR MUCHOS "GUSANOS DE COLORES" PARA QUE PUEDAS COMPARTIRLOS CON SU FAMILIA Y SUS AMIGOS. ¿QUÉ LES PARECIÓ LA PREPARACIÓN? SIN DUDA UN POSTRE NUTRITIVO Y DIVERTIDO. ESTOS

1 "GUSANOS DE COLORES" PUEDEN SER SU
2 POSTRE Y TAMBIÉN PUEDEN CAMBIAR EL MENÚ
3 POR....

4

5 **OP. ENTRA FONDO MUSICAL SE MANTIENE 2", PASA A 2P**

6

7 EN LUGAR DE TOMAR ESOS DAÑINOS REFRESCOS
8 PUEDEN AYUDAR EN SU CASA A PREPARAR UNA
9 DELICIOSA AGUA DE NARANJA. RECUERDEN QUE
10 SOMOS UNO DE LOS PAÍSES QUE CONSUMIMOS
11 MÁS REFRESCO A NIVEL MUNDIAL Y ESO, NO ES
12 NADA BUENO.

13 ADEMÁS PUEDES HACER UNA GRAN TORRE DE
14 CASCARAS DE NARANJA. ¿QUÉ TAN ALTA SERÁ SU
15 TORRE AMIGOS POLLITOS?

16

17 **OP. TRACK 1 EN 2P**

18

19 AHORA VAMOS ESCUCHAR A UNOS AMIGOS
20 POLLITOS SOBRE LA COMIDA CHATARRA QUE
21 PREFIEREN.

22

23 **OP. TRACK 1 FADE OUT SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

24

25 GUADALUPE HOLA POLLÍN P. CHUGA A MÍ LO QUE MÁS ME
26 GUSTA ES TOMAR MUCHO REFRESCO SABOR
27 NARANJA AUNQUE ME PINTE LA BOCA

28

29 EMILIO HOLA A TODOS MÍ MAMÁ DICE QUE ES MALO

30

31 **OP. TRACK 4 EN 2P SE MANTIENE 4"**

32 COMER MUCHAS HAMBURGUESAS PERO A MÍ ME
33 GUSTAN MUCHO JAJAJA

34

1 TERESA HOLA AMIGOS MI COMIDA CHATARRA FAVORITA
2 SON LOS CUERITOS CON SALSA AUNQUE
3 DESPUÉS ME DUELA EL ESTÓMAGO
4

5 **OP. TRACK 3 FADE IN PP SE MANTIENE 18" SE LIGA CON ID SE LIGA CON**
6 **TRACK 1 EN 2P**

7
8 ALEJANDRO YA ESCUCHAMOS ALGUNOS TESTIMONIOS DE
9 NUESTROS AMIGOS POLLITOS AHORA
10

11 **OP FX BURBUJAS**

12
13 NOS ACOMPAÑA EL DOCTOR FILETE QUIÉN NOS
14 RESPONDERÁ ALGUNAS DE LAS DUDAS MÁS
15 IMPORTANTES ACERCA DE LA COMIDA CHATARRA.
16 ASÍ QUE PONGAN MUCHA ATENCIÓN AMIGOS
17 POLLITOS.

18 ALEJANDRO BIENVENIDO A RADIO POLLITO, YA NOS DIMOS
19 CUENTA DE QUE ERES UN PEZ
20

21 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON FX BURBUJAS SE LIGA CON TRACK**
22 **3 EN 2P**

23
24 EDUARDO ASÍ ES, HOLA A TODOS, GRACIAS POR INVITARME.
25 Y GRACIAS A ESTE CASCO PUEDO QUEDARME
26 CON USTEDES
27

28 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

29 ALEJANDRO TENEMOS MUCHAS DUDAS ACERCA LA COMIDA
30 CHATARRA, NOS PUEDES DECIR ¿QUÉ TAN
31 RECOMENDABLE ES DE QUE NUESTROS AMIGOS
32 POLLITOS CONSUMAN ESTE TIPO DE ALIMENTOS?
33

34 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P Y FX BURBUJAS**

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

EDUARDO LA COMIDA CHATARRA Y LA COMIDA RÁPIDA TIENEN QUE SER CONSUMIDA EN MENOR CANTIDAD POSIBLE.

OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

CÉSAR JAJAJA NO LE CREAN AL DOCTOR PESCADO, USTEDES COMAN TODO LO QUE QUIERAN.

OP. FX FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P Y FX BURBUJAS

EDUARDO OYE, SOY EL DOCTOR FILETE, ¿TÚ QUIÉN ERES?

OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

CÉSAR YO SOY EL VERDADERO CONDUCTOR DE RADIO CONEJO Y ME LLAMO CON-LECHUGA.

DANIELA LECHUGA

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P Y FX BURBUJAS

EDUARDO YO PENSÉ QUE ERA RADIO POLLITO, PÓNGANSE DE ACUERDO, ¿DE QUIÉN SON LAS CÁPSULAS?

OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

ALEJADRO-CÉSAR MÍAS

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P Y FX BURBUJAS

EDUARDO BUENO, MEJOR DÍGANME CUAL ES SU DUDA PORQUE SE ESTA VACIANDO MI CASCO DE AGUA

1

2 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

3

4 ALEJANDRO YO. ¿POR QUÉ NO ES SALUDABLE COMER ESOS
5 PRODUCTOS TAN SEGUIDO?
6

7 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P Y FX BURBUJAS**

8

9 EDUARDO MIRA, ESTOS PRODUCTOS NO TIENEN QUE SER
10 CONSUMIDOS DE MANERA FRECUENTE, PORQUE
11 EL CONSUMO EXCESIVO GENERA
12 ENFERMEDADES COMO LA OBESIDAD Y LA
13 DIABETES.
14

15 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

16

17 ALEJANDRO ¿PUSIERON ATENCIÓN?

18

19 NIÑOS SÍ

20

21 AHORA, DOCTOR FILETE, USTED SABE QUE A
22 NUESTROS AMIGOS POLLITOS LES GUSTAN LOS
23 DULCES Y
24

25 **OP. FX TRACK 5 EN 2P SE MANTIENE 5"**

26

27 LA COMIDA CHATARRA. ¿QUÉ TAN
28 RECOMENDABLE ES DE QUE CONSUMAN ESOS
29 ALIMENTOS?
30

31

32 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P Y FX BURBUJAS**

33

33 EDUARDO AMIGOS POLLITOS, YO LES RECOMIENDO QUE
34 SÓLO SE COMAN DOS PEQUEÑOS DULCES A LA

1 SEMANA. PERO EN CAMBIO PUEDEN MEJORAR SU
2 DIETA COMIENDO DOS RACIONES DE FRUTA AL
3 DÍA EN LUGAR DE LOS DULCES.
4

5 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

6
7 ALEJANDRO YA ESCUCHARON AMIGOS POLLITOS,
8

9 **OP. FX RICOCHET**

10
11 DOS FRUTAS AL DÍA COMO LO DICE EL DOCTOR
12 FILETE. MUCHAS GRACIAS POR ACOMPAÑARNOS.
13

14 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P Y FX BURBUJAS**

15
16 EDUARDO MUCHAS GRACIAS POR INVITARME POLLÍN P.
17 CHUGA AHORA VOY DE REGRESO A MI PECERA.
18

19 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

20
21 CÉSAR ADIÓS PESCADO RECUERDA ES RADIO CONEJO Y
22 NO RADIO POLLO.
23

24 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P Y FX BURBUJAS**

25 EDUARDO ADIÓS AMIGOS
26

27 **OP. ENTRA EN 2P TRACK 1**

28
29 ALEJANDRO Y CON ESTO FINALIZAMOS LA POLLOEMISIÓN DE
30 HOY.
31

32 CÉSAR ES CONEMISIÓN
33

34 ALEJANDRO BUENO USTEDES ENTIENDEN AMIGOS POLLITOS

1

2 CÉSAR SON AMIGOS CONEJOS

3

4 ALEJANDRO SÍGANOS ESCUCHANDO AMIGOS POLLITOS Y
5 RECUERDEN "COME NUTRITIVO...

6

7 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO".

8

9 **CÁPSULA 3 "EL CHOCOLATE RANCHERO" 4:40**

10 **OP. ENTRA RÚBRICA SE ENLAZA EN PP TRACK 1 SE MANTIENE 02" Y**

11 **PASA A 2P**

12

13 ALEJANDRO BIENVENIDOS AMIGOS POLLITOS, MI NOMBRE ES
14 POLLÍN P. CHUGA

15

16 DANIELA P. CHUGA

17

18 ALEJANDRO Y ESTA POLLOEMISIÓN ESTARÁ CARGADA DE
19 GRANDES EMOCIONES.

20

21 **OP. SUBE TRACK 1 A PP SE MANTIENE 9" Y PASA A 2P.**

22

23 QUE BUENA CANCIÓN DE SALÓN VICTORIA.
24 AHORA SÍ, NOS ACOMPAÑA EN CABINA EL
25 CHOCOLATE, Y VAMOS HACERLE UNAS
26 PREGUNTAS MUY SENCILLAS PARA QUE
27 CONOZCAS MÁS SOBRE ESTE DELICIOSO
28 ALIMENTO.

29

30 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**

31

32 ALEJANDRO HOLA CHOCOLATE, BIENVENIDO A RADIO POLLITO,
33 GRACIAS POR ACOMPAÑARNOS EL DÍA DE HOY,

1 PARA COMENZAR ESTA ENTREVISTA PUEDES
2 DECIRLE A LOS POLLITOS QUE NOS ESCUCHAN
3 ¿DE DÓNDE SURGISTE?
4

5 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

6
7 SERGIO HOLA, HOLA A TODOS LOS NIÑOS QUE ESTÁN
8 ESCUCHANDO RADIO POLLITO. ES UN PLACER
9 ESTAR AQUÍ. Y A TODOS LOS POLLITOS EN CASA
10 LES VOY A PLATICAR BREVEMENTE DE DÓNDE ME
11 ORIGINE. YO VENGO DE UN ÁRBOL QUE SE LLAMA
12 CACAO Y DE AHÍ SE EXTRAEN LAS SEMILLAS PARA
13 FORMARME.
14

15 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**

16
17 ALEJANDRO MUY BIEN CHOCOLATE. Y DINOS, ¿CON CUÁNTOS
18 PRODUCTOS TE HAN COMBINADO?
19

20 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

21 SERGIO UH SI TE PLATICARA. INFINIDADES DE
22 ALIMENTOS...COMO EL MOLE, EL ATOLE, EN LAS
23 TABLILLAS DE CHOCOLATE, CHOCOLATE
24 DERRETIDO, EN PASTELES DE CHOCOLATE, PAN
25 DE CHOCOLATE, LECHE DE CHOCOLATE, EN FIN
26 MUCHÍSIMOS ALIMENTOS.
27

28 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**

29
30 CÉSAR UUY PUES A MÍ SE ME ANTOJA UNA DELICIOSA
31 BARRA DE CHOCOLATE. OH NO ME EH
32 PRESENTADO BIENVENIDOS A RADIO CONEJO MI
33 NOMBRE ES CON LECHUGA
34

1 DANIELA LECHUGA
2
3 CÉSAR Y ESTAMOS ENTREVISTANDO A UN CHOCOLATE
4
5 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**
6
7 SERGIO Y ¿TÚ QUIÉN ERES CON LECHUGA?, YO PENSÉ
8 QUE ERA RADIO POLLITO
9
10 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**
11
12 CÉSAR JAJAJA NO, ES RADIO CONEJO, ESE POLLO P.
13 CHUGA SE QUIERE ADUEÑAR DE MIS CÁPSULAS, Y
14 DIME ¿ERES CHOCOLATE AMARGO O DE LECHE?
15
16 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**
17
18 SERGIO MMM ESO DEPENDE DE CUÁL NO TE GUSTA
19
20 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**
21
22 CÉSAR JAJAJA AMBOS ME GUSTAN. YO CREO QUE YA
23 TERMINÓ LA ENTREVISTA, VAMOS TODOS A
24 COMER CHOCOLATE. JAJAJA
25 ALEJANDRO NO NO NO, NO TE PREOCUPES CHOCOLATE, NO
26 DEJARÉ QUE CON-LECHUGA QUIERA COMERTE,
27 YA NO SUDES O QUEDARÁS TODO DERRETIDO EH
28 Y DINOS, ¿CONSUMIRTE PRODUCE ACNÉ?
29
30 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**
31
32 SERGIO MIRA POLLÍN ESTE MITO ES MUY GRANDE QUE
33 EXISTE SOBRE MÍ, PERO TE ASEGURO QUE MI
34 CONSUMO NO TE PROVOCA ACNÉ, TODO

1 DEPENDE DE TU CUERPO Y DEL AZÚCAR QUE
2 CONSUMAS.

3

4 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**

5

6 ALEJANDRO MUCHAS GRACIAS CHOCOLATE ¿ALGO MÁS QUE
7 QUIERAS AGREGARLE A LA ENTREVISTA?

8

9 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

10

11 SERGIO PUES, AMIGOS POLLITOS, RECUERDEN QUE MI
12 CONSUMO TIENE QUE SER MODERADO, POR QUE
13 SI ME CONSUMES EN EXCESO PUEDE SER MALO
14 PARA USTEDES. AH Y NO ME DEJEN EN EL SOL
15 POR QUE ME DERRITO.

16 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**

17

18 ALEJANDRO YA ESCUCHARON AMIGOS POLLITOS, ¿QUÉ LES
19 PARECE SI AHORA REVELAMOS ALGUNOS MITOS
20 QUE NOS HAN ESTADO MOLESTANDO DURANTE
21 MUCHO TIEMPO? ESTOS MITOS NOS LOS MANDAN
22 NUESTROS AMIGOS POR CORREO ELECTRÓNICO
23 QUE ES RADIOPOLLITO@POLLOEMISION.COM O
24 BIEN COMUNICÁNDOSE AL TELÉFONO EN CABINA
25 QUE ES: 51-15-24-21.

26 ¿ESTAN LISTOS? COMENZAMOS

27 **OP. CORTINILLA**

28

29 ¿EL CHOCOLATE DIETÉTICO ENGORDA?

30

31 **OP. FX PIANO**

32

33 CIERTO. PORQUE TIENE MÁS CALORÍAS.

34

1 **OP CORTINILLA 4**

2

3

¿EL CHOCOLATE ENGORDA?

4

5 **OP. FX PIANO**

6

7

FALSO. SI SE CONSUME CON MODERACIÓN NO
ENGORDA.

8

9

10 **OP CORTINILLA**

11

12

¿EL CHOCOLATE PRODUCE ADICCIÓN?

13

OP. FX PIANO SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

14

15

FALSO. SÓLO SE CONSIDERA ADICCIÓN DEBIDO A
SU SABOR TAN DULCE.

16

17

ESPERO QUE HAYA RESUELTO ALGUNA DE SUS
DUDAS. YA CASI NOS VAMOS, PERO

18

19

20 CÉSAR

OYE POLLO, POR QUÉ NO MEJOR LES DIGO A MIS
AMIGOS CONEJOS LOS BENEFICIOS QUE TIENE
COMER CHOCOLATE PORQUE ADEMÁS ES MUY
RICO

24

25 ALEJANDRO

MMM PUES SI QUIERES DILOS TÚ PORQUE LOS
AMIGOS POLLITOS SABEN QUE TIENEN QUE
CONSUMIR EL CHOCOLATE EN MENOR CANTIDAD
POSIBLE

29

30 CÉSAR

JAJAJA BUENO, PUES ESCÚCHENME AMIGOS
CONEJOS LES VOY A DECIR ALGUNOS
BENEFICIOS QUE TIENE EL COMER CHOCOLATE

33

34 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

1-. EL CHOCOLATE AL COMERLO TE HACE SENTIR FELIZ, ASÍ QUE YA SABEN AMIGOS CONEJOS CUANDO ESTEN TRISTES COMAN CHOCOLATE JAJAJA

2-. EL CHOCOLATE PROTEGE LA PIEL DE LOS RAYOS UV, ASÍ QUE CUANDO VAYAN A LA PLAYA COMAN CHOCOLATE

3-. COMER CHOCOLATE TE HACE MÁS INTELIGENTE, ASÍ QUE AMIGOS CONEJOS VAMOS TODOS A COMER CHOCOLATE

4-. HAY MUCHOS ESTUDIOS QUE AFIRMAN QUE EL CHOCOLATE PUEDEN CALMAR LA TOS, ¿ALGUIEN TIENE TOS PARA PROBAR QUE ES CIERTO?

5-.EL CHOCOLATE TE LLENA, ASÍ QUE SI NO HAN COMIDO YA SABEN JAJAJA

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P

ALEJANDRO MUY BIEN MUCHAS GRACIAS POR COMPARTIRNOS TU INFORMACIÓN CON-LECHUGA, YA PARA FINALIZAR LES VOY A DECIR COMO PREPARAR EL PLATILLO DEL DÍA QUE ES "MONSTRUO DE HUEVO" PONGAN ATENCIÓN:
LO ÚNICO QUE NECESITAN ES:

OP. FADE OUT TRACK 5 SE LIGA CON RICOCHET

-HUEVOS COCIDOS

1 **OP. RICOCHET**

2

3

4

-UN CUCHILLO DE PUNTA REDONDA

5

6 **OP. RICOCHET**

7

8

-ZANAHORIAS PEQUEÑAS Y HERVIDAS

9

10 **OP. RICOCHET**

11

12

-CHICHAROS COCIDOS

13

14 **OP. RICOCHET**

15

16

-Y UN PLATO

17

18 **OP. RICOCHET SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P**

19

20 ALEJANDRO

CON AYUDA DEL CUCHILLO PARTE POR LA MITAD
EL HUEVO Y COLOCALOS EN EL PLATO. LAS
ZANAHORIAS COLOCALAS EN LOS COSTADOS DEL
HUEVO SIMULANDO LOS BRAZOS DE TU
MONSTRUO Y CON AYUDA DEL CUCHILLO CORTA
LO QUE SERÁ SU BOCA. PARA FINALIZAR COLOCA
LOS CHICHAROS QUE SIMULAN SER LOS OJOS DE
TU MONSTRUO.

28

ESTE MONSTRUO QUE TÚ CREAMOS PUEDE TENER
TANTOS OJOS Y BRAZOS COMO TÚ QUIERAS. Y
RECUERDA QUE LO MÁS IMPORTANTE ES QUE TE
COMAS A TU MONSTRUO QUE HICISTE.

32

ESPERO QUE LES HAYA GUSTADO ESTA

33

FANTASTICA PREPARACIÓN AMIGOS POLLITOS. Y

34

RECUERDEN "COME NUTRITIVO..."

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33

NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO".

CÁPSULA 4 "FRUTITAS FRUTAS Y FRUTOTAS"

4:40

OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA TRACK 1 EN 2P

ALEJANDRO HOLA HOLA POLLITOS

CÉSAR HOLA HOLA CONEJOS

ALEJANDRO BIENVENIDOS A RADIO POLLITO

CÉSAR BIENVENIDOS A RADIO CONEJO

ALEJANDRO A VER CONEJO, CALMA Y NO SIGAS INCITANDO A LOS POLLITOS A COMER COMIDA QUE NO SEA NUTRITIVA PARA ELLOS.

CÉSAR ¿POR QUÉ NO?

ALEJANDRO PUES PORQUE NO. A VER POLLITOS, USTEDES QUE PREFIEREN TOMAR EN SU DESAYUNO, UN LICUADO DE PLÁTANO

CÉSAR O AGUA HECHA CON POLVITO

ALEJANDRO POLLITOS, SI TOMAN LICUADO DE PLÁTANO ESTARÁN LLENOS DE PROTEÍNA, CALCIO Y POTASIO

CÉSAR PERO SI TOMAN EL AGUA AMIGOS CONEJOS, SÓLO VAN A VACIAR EL POLVITO EN LA JARRA DEL AGUA Y LISTO. ES MÁS RÁPIDO PREPARARLO

1 ALEJANDRO EN INFINITUM
2
3 ALEJANDRO PERO SI TOMAN LICUADO ESTARÁN HIDRATADOS
4
5 CÉSAR SI TOMAN EL AGUA TAMBIÉN Y ADEMÁS TIENE
6 MUCHA AZÚCAR, MUCHAS CALORÍAS, COLORES
7 ARTIFICIALES Y QUÍMICOS CON
8 CONSERVADORES. UPS LA REGUÉ.
9
10 **OP. FX CUA CUA CUA**
11
12 PERO CON MODERACIÓN TODO ESTARÁ BIEN
13
14 ALEJANDRO BIEN DICHO CON-LECHUGA. AMIGOS POLLITOS.
15 MEJOR LES DIGO UN CHISTE:
16
17 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CORTINILLA**
18
19 HABÍA UN NIÑO TAN PEQUEÑO PERO TAN
20 PEQUEÑO QUE PASÓ POR UNA DULCERÍA, SE LE
21 HIZO AGUA LA BOCA Y SE AHOGÓ.
22
23 **OP. FX DE NIÑOS RIENDOSE Y FANFARRIA SE LIGA FADE IN TRACK 1 EN**
24 **2P SE LIGA ID**
25
26 VEAMOS QUE HACE ANA EN EL SIGUIENTE
27 CUENTO QUE DISFRUTARÁN Y APRENDERÁN.
28
29 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA FADE IN TRACK 2 EN 2P**
30
31 ALEJANDRO ANA ERA UNA NIÑA QUE LE GUSTABA COMER
32 MUCHA COMIDA RÁPIDA, TODOS LOS DÍAS ELLA Y
33 SU MAMÁ COMÍAN FUERA DE SU CASA.
34

1 CLAUDIA HOLA VECINAS, ESA COMIDA NO ES MUY
2 NUTRITIVA Y LES PUEDE HACER MUCHO DAÑO.
3 AUN ASÍ ANA NO LA ESCUCHABA.
4 PASÓ Y PASÓ EL TIEMPO
5

6 ERIKA NO ME SIENTO CON ENERGÍA MAMÁ, ME SIENTO
7 DEPRIMIDA Y CASI SIEMPRE TENGO SUEÑO.
8

9 ALEJANDRO LA MAMÁ DE ANA LA LLEVO AL NUTRIÓLOGO
10

11 ARTURO TE SIENTES MAL PORQUE COMISTE ESAS
12 HAMBURGUESAS, YA QUE ESOS ALIMENTOS
13 TIENEN GRASAS MALAS Y SON MUY PROCESADAS,
14 LAS CUALES NO SON BUENAS EN EXCESO Y
15 MENOS PARA USTEDES LOS NIÑOS.
16

17 ALEJANDRO DESDE ENTONCES ANA Y SU MAMÁ SÓLO COMEN
18 EN ESOS LUGARES EN OCASIONES ESPECIALES Y
19 AHORA ELLAS COMEN DE MANERA SALUDABLE Y
20 CON ALIMENTOS PREPARADOS EN CASA.
21

22 CÉSAR NO NO NO QUE ABURRIDO... MEJOR YO TERMINO
23 EL CUENTO... DESDE ENTONCES ANA Y SU MAMÁ
24 SÓLO COMEN EN ESOS LUGARES CUANDO TIENEN
25 DINERO JAJAJA
26

27 **OP. FX RISA DE NIÑA FADE OUT TRACK 2 SE LIGA FADE IN TRACK 1 EN 2P**
28

29 ALEJANDRO HAY LECHUGA... TU Y TUS OCURRENCIAS
30

31 CÉSAR Y ESO NO ES TODO. ESCUCHEN EL SIGUIENTE
32 CHISTE:
33

34 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CORTINILLA**

1 ESTABA UN TOMATE Y UNA PERA EN LA PARADA
2 DE AUTOBÚS Y LE PREGUNTA EL TOMATE A LA
3 PERA – HACE CUANTO QUE ESPERA Y RESPONDE
4 LA PERA... DESDE QUE NACÍ.
5 JAJAJA

6
7 **OP. FX FANFARRIA**

8
9 ÓSEA QUE SIEMPRE HA SIDO PERA JAJAJA.
10 ESPERO HAYAN ENTENDIDO AMIGOS CONEJOS

11
12 **OP. FADE IN TRACK 3 EN 2P**

13
14 MEJOR HAY LES VA ESTA FÁBULA
15 ESTABA UN CONEJO A LADO DEL HUERTO E IBA A
16 CORTAR UNA ZANAHORIA Y DE REPENTE LLEGA
17 UNA CONEJA A QUERER COMER CON ÉL.
18 PERO EL CONEJO AL VER QUE LA CONEJA NO
19 PUDO ALCANZAR OTRA ZANAHORIA SE RIÓ Y SE
20 BURLÓ DE ELLA Y EL CONEJO SE COMÍO TODAS
21 LAS ZANAHORIAS, YA NO POR HAMBRE SINO POR
22 GULA. LA CONEJA TRISTE Y CON HAMBRE SE FUE
23 A SU CASA. PASÓ EL DÍA Y LLEGO LA NOCHE Y EL
24 CONEJO TODAVÍA NO LLEGABA A SU CASA ASÍ
25 QUE FUERON A BUSCARLO Y LO ENCONTRARON
26 TIRADO EN LA CALLE. LO LLEVARON RAPIDÍSIMO
27 AL HOSPITAL Y LE DIJERON QUE HABÍA COMIDO
28 MUCHO Y QUE PRONTO SE IBA A MORIR.
29 MORALEJA: AMIGOS CONEJOS COMPARTAN SUS
30 ZANAHORIAS CON SUS AMIGOS, PARIENTES
31 PORQUE LA COMIDA COMPARTIDA SABE MEJOR.

32
33 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA TRACK 1 EN 2P**

34

1 ALEJANDRO CON-LECHUGA, WUAU ME SORPRENDES QUE
2 BUENA FÁBULA
3
4 CÉSAR Y YO LA INVENTÉ
5
6 ALEJANDRO ME SORPRENDES CONEJO. PERO BUENO. CON
7 ESTO FINALIZAMOS LA POLLOEMISIÓN.
8
9 CÉSAR NO, TODAVÍA NO HAY QUE IRNOS. OYE POLLÍN P.
10 CHUGA ¿SABES CUÁLES SON LAS SIETE FRUTAS
11 MÁS EXTRAÑAS DEL MUNDO?
12
13 ALEJANDRO MMM NO, NI IDEA ¿CUÁLES SON?
14
15 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA FADE IN TRACK 5 EN 2P**
16
17 CÉSAR LA JABUTICABA ORIGINARIA DE BRASIL
18 **OP. FX FANFARRIA**
19
20 SON DE COLOR PURPURA, JUGOSOS Y SE
21 CONSUMEN FRESCOS.
22
23 **OP. RÁFAGA**
24 CÉSAR PINEBERRY Ó FRESAS CON SABOR A PIÑA
25
26 **OP. FX FANFARRIA**
27
28 SU ASPECTO ES DE UNA FRESA PERO SABE Y
29 HUELE A UNA PIÑA.
30
31 **OP. RÁFAGA**
32
33 CÉSAR URUCU
34

1 **OP. FX FANFARRIA**

2

3

4

5

6

SE USA FRECUENTEMENTE EN LA COLORACIÓN DE QUESOS, PESCADO AHUMADO Y A VECES COMO CONDIMENTO DE COCINA.

7 **OP. RÁFAGA**

8

9 CÉSAR

CHIRIMOYAS ORIGINARIAS DE ÁFRICA

10

11 **OP. FX FANFARRIA**

12

13

14

ES UNA PLANTA SUB-TROPICAL DEL GÉNERO DE LAS ANNONAS Y ES MUY FRÁGIL.

15 **OP. RÁFAGA**

16

17 CÉSAR

NARANJILLA

18

19 **OP. FX FANFARRIA**

20

21

22

PUEDEN SER MUY ESPINOSAS Y SON MUY ABUNDANTES EN PERU

23 **OP. RÁFAGA**

24

25 CÉSAR

MANGOSTINO

26

27 **OP. FX FANFARRIA**

28

29

30

31

ES UN FRUTO CUBIERTO DE UNA PIEL MUY DURA, SUS GAJOS SON COMO SI FUERAN DIENTES DE UN AJO Y SU SABOR DICEN QUE ES DELICIOSO.

32 **OP. RÁFAGA**

33

34 CÉSAR

Y POR ÚLTIMO LA CARAMBOLA

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

OP. FX FANFARRIA

ES UNA FRUTA TROPICAL EN FORMA DE ESTRELLA DE COLOR AMARILLO-DORADO CON SABORES QUE INCLUYEN CIRUELA, PIÑA Y EL LIMÓN

CÉSAR ¿CÓMO VES POLLÍN?

ALEJANDRO MUY BIEN, CON-LECHUGA AHORA VAMOS A ESCUCHAR QUE FRUTAS SON LAS FAVORITAS DE NUESTROS AMIGOS POLLITOS.

VANESA MI FRUTA FAVORITA ES LA PIÑA PORQUE ME GUSTA SU SABOR ACIDO.

JESICA LA MÍA ES LA MANZANA PORQUE HAY TRES DIFERENTES COLORES DE ELLA.

IAN A MÍ ME ENCANTA EL PLÁTANO PORQUE SABE BIEN RICO CON CREMA Y AZÚCAR.

MAURICIO MMM QUE RICAS SON LAS UVAS Y MÁS LAS VERDES PORQUE NO TIENE SEMILLAS.

ALEJANDRO MMM YA SE ME ANTOJÓ UN COCTEL, QUE RICO YO SOY POLLÍN P. CHUGA

DANIELA P. CHUGA

CÉSAR Y YO SOY CON-LECHUGA

DANIELA LECHUGA

1 ALEJANDRO NO OLVIDEN LA IMPORTANCIA DE TENER UNA
2 ALIMENTACIÓN SALUDABLE. Y RECUERDEN "COME
3 NUTRITIVO...

4
5 NIÑOS CON ALIMENTO DIVERTIDO".

6

7 **CÁPSULA 5 "HAY QUE MOVERNOS" 4:40**

8 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**

9

10 ALEJANDRO HOLA AMIGOS POLLITOS SOY POLLÍN P. CHUGA

11

12 DANIELA P. CHUGA

13

14 ALEJANDRO Y EN ESTA FANTÁSTICA POLLOEMISIÓN VAMOS A
15 ENTREVISTAR AL DOCTOR FILETE QUIÉN NOS
16 HABLARÁ SOBRE LA IMPORTANCIA DEL
17 EJERCICIO.

18 NO LO OLVIDEN "COME NUTRITIVO...

19

20 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO"

21

22 RECUERDEN QUE PUEDEN MANDARNOS SUS
23 DUDAS POR CORREO ELECTRÓNICO QUE ES
24 RADIOPOLLITO@POLLOEMISION.COM. AHORA
25 VAMOS A RESPONDER UNA PREGUNTA QUE NOS
26 MANDAN UNA AMIGA POLLITA POR CORREO
27 ELECTRÓNICO. NOS PREGUNTA ¿QUÉ ES MEJOR
28 TOMAR REFRESCO, AGUA DE FRUTAS O AGUA
29 PURA?

30

31 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CORTINILLA**

32

1 CÉSAR HOLA AMIGA PAO. YO OPINO QUE TOMES LO QUE
2 MÁS TE GUSTE.

3

4 ALEJANDRO AMIGA PAO, EL REFRESCO TRATA DE TOMARLO
5 EN MENOR MEDIDA POSIBLE, EL AGUA DE FRUTAS
6 ES BUENA PERO LO MEJOR ES QUE TOMEMOS
7 MUCHA AGUA PURA.

8

9 **OP. FADE IN TRACK 1 2P**

10

11 ALEJANDRO Y ¿TU SABÍAS CUÁLES SON LOS CINCO
12 ALIMENTOS QUE LES DAN ENERGÍA
13 RAPIDÍSIMAMENTE? PUES PAREN OREJA.

14

15 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA RÁFAGA**

16

17 ALEJANDRO -EL PLÁTANO

18 **OP. FX MÁGICO**

19

20 PORQUE REGULA EL SISTEMA NERVIOSO Y
21 MUSCULAR.

22

23 **OP. RÁFAGA**

24

25 ALEJANDRO -LA AVENA

26

27 **OP. FX MÁGICO**

28

29 PORQUE SU FIBRA Y CARBOHIDRATOS QUE
30 CONTIENE SON UNA FUENTE DE ENERGÍA
31 RECOMENDABLE.

32

33 **OP. RÁFAGA**

34

1 ALEJANDRO -EL PESCADO

2

3 **OP. FX MÁGICO**

4

5 PORQUE AYUDA A MEJORAR LA MEMORIA Y
6 NUESTRA CONCENTRACIÓN.

7

8 **OP. RÁFAGA**

9

10 ALEJANDRO -EL HUEVO

11

12 **OP. FX MÁGICO**

13

14 PORQUE HACE FUERTE LOS MÚSCULOS Y NOS
15 MANTIENE SACIADOS

16

17 **OP. FX DE POLLITOS RECIEN NACIDOS**

18

19 AH Y DE AHÍ NACÍ YO.

20

21 **OP. RÁFAGA**

22

23 ALEJANDRO -Y POR SUPUESTO EL AGUA

24

25 **OP. FX DE SIRVIENDO AGUA EN UN VASO SE LIGA FX MAGICO 5"**

26

27 PORQUE SIMPLEMENTE ES LO MEJOR QUE
28 PUEDEN TOMAR PARA REACTIVAR TU ENERGÍA Y
29 EVITAR SENTIRTE CANSADO.

30

31 **OP. FADE IN TRACK 1 2P**

32

33 ESPERO HABERLES RESUELTO SUS DUDAS Y
34 TAMBIÉN ESPERO QUE HAYAN APRENDIDO LA

1 IMPORTANCIA DE CONSUMIR ESTOS NUTRITIVOS
2 ALIMENTOS PARA QUÉ TENGAN ENERGÍA
3 RAPIDÍSIMAMENTE. AHORA VAMOS A TENER EN
4 CABINA AL DOCTOR FILETE QUIEN NOS HABLARÁ
5 DE LA IMPORTANCIA DEL EJERCICIO.

6

7 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA FADE IN TRACK 2 EN 2P**

8

9 HOLA DOCTOR FILETE NUESTROS AMIGOS
10 POLLITOS

11

12

CÉSAR CONEJOS

13

14

ALEJANDRO TIENEN MUCHAS DUDAS SOBRE EL EJERCICIO. Y
15 DINOS ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA ACTIVIDAD
16 FÍSICA EN LOS NIÑOS?

17

18

OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA FADE IN TRACK 3 Y FX BURBUJAS

19

20

EDUARDO HOLA POLLÍN P. CHUGA, MUCHAS GRACIAS POR
21 INVITARME Y HOLA CON-LECHUGA. WUAU ESTOY
22 SORPRENDIDO DE HABLAR CON UN POLLO Y CON
23 UN CONEJO, MIREN, LA ACTIVIDAD FÍSICA ES
24 IMPORTANTE PARA QUE LOS NIÑOS SE SIENTAN
25 CON ENERGÍA, ASÍ PUEDEN EVITAR EL
26 SEDENTARISMO Y POR LO TANTO EL
27 ABURRIMIENTO Y ASÍ PODER DISMINUIR LA
28 OBESIDAD.

29

30

OP. FADE OUT TRACK 3 Y BURBUJAS SE LIGA FADE IN TRACK 2 EN 2P

31

32

ALEJANDRO QUE BIEN DOCTOR FILETE, Y ¿QUÉ TIPO DE
33 ACTIVIDAD RECOMIENDA QUE REALICEN
34 NUESTROS AMIGOS POLLITOS?

1

2 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA FADE IN TRACK 3 Y FX BURBUJAS**

3

4 EDUARDO YO RECOMIENDO QUE NUESTROS AMIGOS
5 POLLITOS REALICEN ACTIVIDADES COMO
6 NATACIÓN, FÚTBOL O NO TAN COMPLICADO
7 ANDAR EN UNA BICI.

8

9 **OP. FADE OUT TRACK 3 Y BURBUJAS SE LIGA FADE IN TRACK 2 EN 2P**

10

11 ALEJANDRO QUE ACTIVIDADES TAN DIVERTIDAS. Y AHORA UN
12 AMIGO POLLITO EN EL TELÉFONO QUIERE
13 HACERTE UNA PREGUNTA

14

15 GUADALUPE HOLA, YO TENGO UNA PREGUNTA PEZ ¿CUÁNTAS
16 HORAS AL DÍA CREES QUE ES BUENO QUE VEA LA
17 TELE Y JUEGUE CON VIDEOJUEGOS?

18

19 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA FADE IN TRACK 3 Y FX BURBUJAS**

20

21 EDUARDO HOLA AMIGUITO, MIRA, YO TE RECOMIENDO 30 A
22 45 MINUTOS AL DÍA. ASÍ PUEDES REALIZAR OTRAS
23 ACTIVIDADES COMO HACER SU TAREA, AYUDAR
24 EN CASA O JUGAR, QUE ES LO DIVERTIDO PARA
25 TI.

26

27 **OP. FADE OUT TRACK 3 Y BURBUJAS SE LIGA FADE IN TRACK 2 EN 2P**

28

29 GUADALUPE GRACIAS PEZ, LO HARÉ, ADIÓS.

30

31 ALEJANDRO MUCHAS GRACIAS DOCTOR FILETE, Y GRACIAS
32 POR ACOMPAÑARNOS EN ESTA POLLOEMISIÓN.

33

34 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA FADE IN TRACK 3 Y FX BURBUJAS**

1 CÉSAR Y AHORA AMIGOS CONEJOS, ALCEN BIEN SUS
2 OREJAS Y ESCUCHEN LOS 5 ALIMENTOS QUE TE
3 QUITAN LA ENERGÍA RAPIDÍSIMAMENTE
4
5 **OP. RÁFAGA**
6
7 CÉSAR LOS DULCES
8 **OP. CORTINILLA**
9
10 PORQUE APORTAN ENERGÍA QUE NO NECESITAS
11 Y HACE QUE TENGAS CARIES Y SOBREPESO.
12
13 **OP. RÁFAGA**
14
15 CÉSAR ALIMENTOS ENLATADOS
16
17 **OP. CORTINILLA**
18
19 PORQUE CONTIENEN ALTOS NIVELES DE GRASAS
20
21 **OP. RÁFAGA**
22
23 CÉSAR LAS CARNES RICAS EN GRASAS
24
25 **OP. CORTINILLA**
26
27 APORTA MUCHA ENERGÍA QUE TU CUERPO NO
28 NECESITA.
29
30 **OP. RÁFAGA**
31
32 CÉSAR EL CAFÉ
33
34 **OP. CORTINILLA**

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31

PRIMERO ELEVAN TU ESTADO DE ÁNIMO PERO
LUEGO TU ENERGÍA SE VA VOLANDO.

OP. CON RÁFAGA

CÉSAR Y POR ÚLTIMO, LAS BEBIDAS ALCOHÓLICAS

OP. CORTINILLA

PORQUE TE APORTA CALORÍAS PERO NO
NUTRIENTES Y ADEMÁS TE DESHIDRATA.

OP. FADE IN TRACK 4 EN 2P

ALEJANDRO CÓMO QUE BEBIDAS ALCOHÓLICAS... CONEJO
NUESTROS AMIGOS POLLITOS NO BEBEN ESO

CÉSAR A BUENO, SÓLO LOS PREVENGO PARA CUANDO
CREZCAN

ALEJANDRO PERFECTO

OP. TRACK 4 SUBE A PP SE MANTIENE 10" SE LIGA ID

ESTO ES TODO POR HOY, ESPERO QUE SE HAYAN
DIVERTIDO EN ESTA FANTÁSTICA POLLOEMISIÓN,
SOY POLLÍN P. CHUGA

DANIELA P. CHUGA

CÉSAR Y YO SOY CON-LECHUGA

1 DANIELA LECHUGA
2 Y NO OLVIDEN "COMO NUTRITIVO
3
4 NIÑOS CON ALIMENTO DIVERTIDO".
5

6 **CÁPSULA 6 "DON HAMBURGUESO"**

4:40

7 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA FX GALLINA SE LIGA TRACK 1 EN 2P**

8
9 ALEJANDRO ME EQUIVOQUÉ, ESAS SON GALLINAS, YO QUERÍA
10 ESCUCHAR A LOS POLLITOS, AH PERO SI SON
11 USTEDES AMIGOS POLLITOS, BIENVENIDOS A UNA
12 NUEVA POLLOEMISIÓN YO SOY POLLÍN P. CHUGA.
13

14 DANIELA P. CHUGA.

15
16 CÉSAR HEY ESPÉRATE POLLO NO ME HE PRESENTADO,
17 YO SOY CON-LECHUGA.

18 DANIELA LECHUGA.

19
20 CÉSAR Y CONMIGO SE DIVERTIRÁN MAS QUE CON UN
21 POLLO, POR QUE HOY LES VOY A DECIR CINCO
22 BENEFICIOS DE LA COMIDA RÁPIDA.
23

24 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2 SE LIGA CON**
25 **CORTINILLA**

26
27 1-SI COMES EN UN RESTAURANTE DE
28 HAMBURGUESAS Y PIDES TU CAJITA TE DARÁN UN
29 JUGUETE Y ¿A QUIÉN NO LE GUSTAN LOS
30 JUGUETES?
31

32 **OP. CORTINILLA**

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

2-.NO TIENES QUE COCINAR NI PREPARAR SÓLO HAS TU PEDIDO JAJAJA.

OP. CORTINILLA

3-. COMO SU NOMBRE LO DICE LA COMIDA RÁPIDA ES RÁPIDA JAJAJA.

OP. CORTINILLA

4-.SÓLO ES MALA SI LA CONSUMEN EN EXCESO SI TE COMES UNA HAMBURGUESA AL MES Y HACES EJERCICIO NO TE PASA NADA.

OP. CORTINILLA

5-. Y POR ÚLTIMO, LA QUINTA, TODOS SABEMOS QUE LA COMIDA RÁPIDA ES RICA, PERO AMIGOS CONEJOS CÓMANLA CON MODERACIÓN.

OP. FX FANFARRIA SE LIGA FADE IN TRACK 1 EN 2P

ALEJANDRO

JEJE MUCHAS GRACIAS CON-LECHUGA POR ESOS CONSEJOS TAN MMMM TAN PUES TAN CURIOSOS SOBRE LA COMIDA CHATARRA.

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA FADE IN TRACK 2 EN PP SE MANTIENE 12" SE LIGA ID SE LIGA FADE IN TRACK 1 EN 2P

Y QUE TE PARECE SI CAMBIAS EL MENÚ POR... NO MEJOR QUE NUESTROS DEMÁS AMIGOS POLLITOS NOS DIGAN COMO HACEN SU MENÚ MÁS DELICIOSO Y DIVERTIDO.

1 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

2

3 TERESA HOLA POLLÍN P. CHUGA YO HAGO MI MENÚ MÁS
4 DIVERTIDO HACIENDO CARITAS CON MIS
5 VERDURAS JAJAJA.

6

7 ERIKA HOLA A TODOS YO HAGO MI MENÚ MÁS
8 DIVERTIDO ADIVINANDO EN CUENTAS
9 CUCHARADAS ME ACABO LA SOPA.

10

11 PAOLA POLLÍN P. CHUGA YO HAGO MI MENÚ MÁS
12 DIVERTIDO DIBUJANDO CARITAS HECHAS DE
13 CÁTSUP EN MI HAMBURGUESA.

14

15 EMILIO HOLA POLLÍN YO HAGO MI COMIDA MÁS
16 DIVERTIDA GANÁNDOLE A MI HERMANO EN
17 TERMINAR DE COMER.

18

19 LEONARDO HOLA P. CHUGA JAJAJA YO HAGO MI MENÚ MÁS
20 DIVERTIDO PONIÉNDOLES NOMBRES CHISTOSOS
21 A LOS PLATOS QUE HACE MI MAMÁ.

22

23 DAVID HOLA A TODOS YO HAGO MI COMIDA MÁS
24 DIVERTIDA INVENTANDO HISTORIAS CON LA
25 COMIDA.

26

27 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA FADE IN TRACK 1 EN 2P**

28

29 CÉSAR JAJAJA QUE AMIGOS CONEJOS TAN CHISTOSOS
30 DÉJENME CONTARLES QUE YO HAGO MI MENÚ
31 MÁS DIVERTIDO CUANDO APILO MIS ZANAHORIAS
32 DE LA MÁS GRANDE A LA MÁS PEQUEÑA.

33

1 ALEJANDRO JAJAJA QUE BIEN CON-LECHUGA, YO HAGO MI
2 MENÚ MÁS DIVERTIDO CONTANDO LAS
3 MASTICADAS QUE ME TARDO EN COMER CADA
4 BOCADO.

5

6 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON FADE IN TRACK 4**

7

8 AMIGOS POLLITOS SÓLO RECUERDEN QUE LA
9 HORA DE LA COMIDA DEBEN DE HACERLO CON
10 CUIDADO PORQUE NO QUEREMOS QUE POR
11 ESTAR JUGANDO SE VAYAN A ATRAGANTAR CON
12 LA COMIDA, AHOGARSE

13

14 CÉSAR Y MORIRSE

15

16 ALEJANDRO LECHUGA, NO ES PARA TANTO

17

18 CÉSAR CLARO QUE SÍ POLLO, ESTO PUEDE
19 OCASIONARLO. AMIGOS CONEJOS POR PRIMERA
20 VEZ ESTOY DE ACUERDO CON EL POLLO. COMAN
21 CON CUIDADO.

22

23 ALEJANDRO Y CÉSAR COME NUTRITIVO CON ALIMENTO DIVERTIDO Y
24 COMPORTÁNDOTE EN LA MESA.

25

26 ALEJANDRO AHORA SÍ AMIGO POLLITO, VAMOS A
27 ENTREVISTAR A UNA HAMBURGUESA,
28 COMENZAMOS:

29

30 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P**

31

32 HOLA HAMBURGUESA LE PODRÍAS DECIR A
33 NUESTROS AMIGOS POLLITOS, ¿CUÁLES SON TUS
34 INGREDIENTES PRINCIPALES?

1

2 **OP. FADE OUT TRACK 5 SE LIGA FADE IN TRACK 6**

3

4 CÉSAR M. HOLA A TODOS LOS POLLITOS QUE NOS
5 ESCUCHAN. LOS PRINCIPALES INGREDIENTES
6 QUE ME CONFORMAN SON: EL PAN EN BOLLO, LA
7 CARNE MOLIDA, LECHUGA, JITOMATE, QUESO,
8 MAYONESA Y LA PIÑA.

9

10 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA FADE IN TRACK 5 EN 2P**

11

12 ALEJANDRO OH QUE BIEN HAMBURGUESA. Y CÓMO TE
13 PODEMOS CONSIDERAR, ¿CÓMO UN ALIMENTO
14 CHATARRA O CÓMO UN ALIMENTO NUTRITIVO?

15

16 **OP. FADE OUT TRACK 5 SE LIGA FADE IN TRACK 6**

17

18 CÉSAR M. JAJAJA TODO DEPENDE DEL LUGAR DÓNDE ME
19 PREPAREN, PORQUE SI ME CONSUMES EN
20 RESTAURANTES DE COMIDA RÁPIDA VOY A SER
21 MUY DAÑINO PARA TÍ PORQUE GENERALMENTE
22 ME ELABORAN CON COMIDA CONGELADA, PERO SI
23 ME PREPARAS EN TU CASA CON ALIMENTOS
24 FRESCOS Y NO ME CONSUMES MUY SEGUIDO
25 SERÉ UN ALIMENTO MUY NUTRITIVO PARA TÍ.

26

27 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA FADE IN TRACK 5 EN 2P**

28

29 CÉSAR OYE HAMBURGUESA PERO ¿POR QUÉ DICES QUE
30 ERES UN ALIMENTO CHATARRA? LOS AMIGOS
31 CONEJOS SON LOS QUE DEBEN DE TENER
32 CUIDADO EN CONSUMIRTE

33

34 **OP. FADE OUT TRACK 5 SE LIGA FADE IN TRACK 6**

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33

CÉSAR M. JEJEJE Y ¿TÚ QUIEN ERES PEQUEÑO CONEJO?

OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA FADE IN TRACK 5 EN 2P

CÉSAR YO SOY CON-LECHUGA

DANIELA LECHUGA

CÉSAR Y SOY EL CONDUCTOR DE RADIO CONEJO JAJAJA

OP. FADE OUT TRACK 5 SE LIGA FADE IN TRACK 6

CÉSAR M. OH QUE BIEN MMM SI QUIEREN PUEDEN SEGUIR ENTREVISTÁNDOME JEJEJE

OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA FADE IN TRACK 5 EN 2P

ALEJANDRO BUENO HAMBURGUESA ALGO MÁS QUE TE GUSTARÍA DECIRLE A NUESTROS AMIGOS POLLITOS.

OP. FADE OUT TRACK 5 SE LIGA FADE IN TRACK 6

CÉSAR M. SÍ, RECUERDEN CONSUMIRME CON MODERACIÓN PARA QUE NO ME HAGAN SER UN ALIMENTO CHATARRA Y CÓMANME PRINCIPALMENTE EL 28 DE MAYO PORQUE ES MÍ DÍA INTERNACIONAL.

CÉSAR MMM CONTIENES LECHUGA ¿VERDAD?

OP. FADE OUT TRACK 5 SE LIGA FADE IN TRACK 6

1 CÉSAR M. SI ¿POR QUÉ? OYE DÉJAME EN PAZ QUE ME VAS A
2 DESBARATAR OYE ¡¡¡QUÍTENMELO!!!

3

4 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA FADE IN TRACK 1 EN 2P**

5

6 ALEJANDRO AUXILIO SEGURIDAD AYUDA, MMM GRACIAS POR
7 ACOMPAÑARNOS. ESO ES TODO POR AHORA
8 AMIGOS POLLITOS, ESPERA NUESTRA SIGUIENTE
9 POLLOEMISIÓN Y RECUERDA "COME NUTRITIVO...

10

11 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO".

12

13 **CÁPSULA 7 "VAMOS A REIRNOS" 4:40**

14 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**

15

16 ALEJANDRO HOLA A TODOS NUESTROS AFORTUNADOS
17 POLLITOS QUE NOS ESTÁN ESCUCHANDO. YO SOY
18 POLLÍN P. CHUGA

19

20 DANIELA P. CHUGA

21

22 CÉSAR Y YO SOY CON-LECHUGA

23 DANIELA LECHUGA

24

25 ALEJANDRO Y ¿ADIVINEN QUÉ?

26

27 CÉSAR ¡QUE!

28

29 ALEJANDRO TU NO CONEJO, NUESTROS AMIGOS POLLITOS.

30

31 NIÑOS QUE

32

33 ALEJANDRO HOY ES DÍA PARA...

1

2 **OP. FX LASSER**

3

4 UN CUENTO. QUE ESPERO LES GUSTE A TODOS
5 USTEDES. Y NO LO OLVIDEN: "COME NUTRITIVO...

6

7 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO".

8

9 CÉSAR PERO ANTES DE TU CUENTO POLLO, ESCUCHEN
10 AMIGOS CONEJOS LA SIGUIENTE ADIVINANZA

11

12 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON CORTINILLA**

13

14 ¿QUÉ LE DIJO EL AZÚCAR A LA LECHE?

15

16 **OP. FX RELOJ**

17

18 NOS VEMOS EN EL CAFÉ. JAJAJA

19

20 **OP. FX FANFARRIA Y RISAS SE LIGA CON FADE IN TRACK 1**

21

22 PARA QUE DESPUÉS SE LOS CUENTEN A SUS
23 PRIMOS, AMIGOS PARIENTES Y VECINOS Y QUE SE
24 RÍAN A CARCAJADAS.

24

25 ALEJANDRO AHORA LES VOY A DECIR ALGUNOS DE LOS

26 JUGUETES TRADICIONALES DE MÉXICO ¿ESTÁN

27

LISTOS?

28

29 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA RICOCHET**

30

31 NIÑOS ¡SÍ!

1

2 ALEJANDRO

EL YOYO ENROLLA LA CUERDA AL YOYO, LÁNZALO Y
REGRÉSALO A TU MANO. HAS MUCHOS TRUCOS.

3

4

EL TROMPO ENROLLA LA CUERDA ALREDEDOR DEL
TROMPO, SUÉLTALO CON FUERZA Y HAZLO GIRAR.

5

6

LAS CANICAS HAS UN HOYO EN LA TIERRA Y QUIEN
CAIGA EN ÉL PUEDE ELIMINAR A LOS OTROS
JUGADORES PEGÁNDOLE CON SU CANICA.

7

8

9

LA LOTERÍA CADA NIÑO ELIGE UNA PLANILLA Y OTRO

10

SACA LAS TARJETAS QUE VA DICIENDO

11

ALEATORIAMENTE Y EL PRIMERO QUE LLENE SU

12

PLANILLA DIRÁ ¡LOTERÍA!

13

EL PAPALOTE PUEDES COMPRAR O HACER TU

14

PAPALOTE SÓLO ASEGÚRATE DE VOLARLO EN UN

15

DÍA CON VIENTO Y AL AIRE LIBRE.

16

17 **OP. FADE IN TRACK 1 EN 2P**

18

19

Y ES EL MOMENTO DEL CUENTO ¿ESTAN LISTOS?

20

21 NIÑOS

SÍ

22

23 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA FANFARRIA EN 2P**

24

1 MILO ERA UN NIÑO QUE NO SABIA AMARRARSE LAS
2 AGUJETAS, TODOS LOS DÍAS INTENTABA
3 AMARRÁRSELAS PERO NO PODÍA, Y LO PEOR DE
4 TODO ES QUE ERAN SU TENIS FAVORITOS. HASTA
5 QUE UN DÍA LLEGO HEIDI HEIDO Y LE DIJO QUE ELLA
6 LE IBA ENSEÑAR PARA QUE NO TUVIERA QUE
7 DESHACERSE DE SUS TENIS FAVORITOS. HEIDI
8 HEIDO LE DIJO: CUANDO NO SEPAS ALGO SÓLO
9 PREGUNTA A QUIEN TÚ QUIERES POR QUE
10 RECUERDA QUE NO ES BUENO QUEDARTE CON LA
11 DUDA.

12
13 **OP. FADE OUT FANFARRIA SE LIGA CON TRACK 2 ENTRA EN 2P**

14 Y USTEDES ¿EN QUÉ HAN TENIDO PROBLEMAS
15 AMIGOS POLLITOS?

16
17 CÉSAR M. YO SIEMPRE LE PIDO AYUDA A MI VECINA CUANDO
18 VOLAMOS LA PELOTA PARA SEGUIRNOS
19 DIVERTIENDO

20
21 CÉSAR M. R. CADA FIN DE SEMANA QUE LLEGA MI PAPÁ LE
22 PIDO QUE BAJE EL HELADO DEL CONGELADOR.

23
24 PAOLA CUANDO NO ALCANZO UN PLATO DE LA COCINA MI
25 HERMANO ME LO PASA.

26
27 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON ID SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN**
28 **PP SE MANTIENE 13” Y FADE OUT SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

29

1 ALEJANDRO MUY BUENA CANCIÓN. PERO AHORA VAMOS A
2 DELEITARNOS CON LA PREPARACIÓN
3
4 **OP. FX AVIÓN**
5
6 DE NUESTRO PLATILLO DEL DÍA QUE ES...
7
8 **OP. FADE OUT TRACK 1**
9
10 "AEROPLATANO"
11 Y LO ÚNICO QUE NECESITAS ES
12
13 **OP. FX GONG**
14
15 - DOS PLÁTANOS
16
17 **OP. FX GONG**
18
19 - LUNETAS
20
21 **OP. FX GONG**
22
23
24 - CHANTILLÍ
25
26 **OP. FX GONG**
27
28 - Y UN PLATO
29
30 **OP. FADE IN TRACK 4 EN 2P**

1 PON UN PLÁTANO PELADO A LA MITAD DEL PLATO
2 Y ENCIMA PONLE LAS LUNETAS INCRUSTADAS.
3 PARTE A LA MITAD EL SEGUNDO PLÁTANO Y
4 PONLO DE MANERA CRUZADA DEL OTRO PLÁTANO
5 SIMULANDO UNA CRUZ. AHORA, EN LA PUNTA DEL
6 PLÁTANO QUE NO ESTA CORTADO COLOCA LA
7 FRESA Y DESPUÉS VARIAS LÍNEAS UTILIZANDO EL
8 CHANTILLÍ SIMULANDO QUE EL FUTURO AVIÓN
9 ESTA EN MOVIMIENTO. Y POR ÚLTIMO, EN
10 ALGUNAS PARTES ALREDEDOR DEL AVIÓN PON
11 CHANTILLÍ APARENTANDO LAS NUBES
12 Y LISTO,

13

14 **OP. FX DE AVIÓN**

15

16 YA PUEDEN SABOREAR Y DISFRUTAR DE SU
17 DELICIOSO "AEROPLATANO".

18

19 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA FX DE FANFARRIA SE LIGA FADE IN**
20 **TRACK 1 EN 2P**

21

22 ALEJANDRO ESCUCHEN EL SIGUIENTE CHISTE

23

24 **OP. CORTINILLA**

25

26 - MAMÁ, MAMÁ... ¿LOS FRIJOLES TIENEN HIERRO?
27 - SÍ, HIJO.
28 - CON RAZÓN MIS CALZONCILLOS ESTÁN
29 OXIDADOS.

30

31 **OP. FX FANFARRIA SE LIGA FX RISA DE NIÑA SE LIGA CORTINILLA**

32

1 CÉSAR ESCUCHEN AHORA EL MÍO: IBAN DOS RATITAS
2 PASEANDO POR LA CALLE, CUANDO PASA POR
3 ENCIMA UN MURCIÉLAGO.
4 -¿QUÉ ES ESO? -DICE UNA DE ELLAS.
5 - MÍ NOVIO, QUE ES PILOTO.
6

7 **OP. FX FANFARRIA SE LIGA FX RISA DE NIÑA**

8
9 ALEJANDRO AMIGOS POLLITOS VOTEN POR EL CHISTE QUE
10 MÁS LES HAYA GUSTADO.
11

12 **OP. FX CORTINILLA**

13
14 CHISTE 1 DE POLLÍN P. CHUGA

15
16 DANIELA P. CHUGA

17
18 **OP. FX CORTINILLA**

19
20 CÉSAR O CHISTE 2 DE CON-LECHUGA

21
22 DANIELA LECHUGA

23
24 **OP. FADE IN TRACK 1 EN 2P**

25
26 ALEJANDRO Y ¿A USTEDES QUE CHISTE LES GUSTO MÁS?

27
28 JESICA A MÍ ME GUSTO MÁS EL DE POLLÍN P. CHUGA

29
30 EMILIO EL DE LECHUGAAA

31
32 ALEJANDRO YO MEJOR LES CUENTO OTRO CHISTE. ¿QUÉ LE

33 DIJO UN PATO A OTRO? VAMOS EMPATADOS Y YO
34 VOTO POR MI CHISTE JAJAJA

1 ALEJANDRO JAJAJA QUE DIVERTIDO GRACIAS AMIGOS
2 POLLITOS, NOS VEMOS EN LA SIGUIENTE
3 POLLOEMISIÓN. YO SOY POLLÍN P. CHUGA
4

5 DANIELA P.CHUGA
6

7 Y RECUERDEN: "COME NUTRITIVO...
8

9 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO".
10

11 **CÁPSULA 8 "GLU GLU GLU" 4:40**

12 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**

13 ALEJANDRO PIO PIO PIO PIO PIO JA ES UNA BROMA SOY
14 POLLÍN P. CHUGA
15

16 DANIELA P. CHUGA
17

18 ALEJANDRO BIENVENIDOS A RADIO POLLITO, EN ESTA
19 DIVERTIDÍSIMA POLLOEMISIÓN TENDREMOS EN
20 CABINA AL DOCTOR FILETE VAMOS CON ÉL
21

22 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 SE MANTIENE 2" EN PP Y**
23 **PASA A 2P**
24

25 ALEJANDRO YA ESTA EN CABINA EL DOCTOR FILETE QUIEN
26 NOS HABLARÁ DEL AGUA
27 HOLA DOCOR FILETE, YO SOY MR. P. P. O MEJOR
28 DICHO POLLÍN P. CHUGA TÚ YA ME CONOCES Y
29 BIENVENIDO NUEVAMENTE A RADIO POLLITO.
30

31 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**
32

1 EDUARDO HOLA POLLÍN P. CHUGA ME DA MUCHO GUSTO
2 VOLVER A HABLAR CONTIGO, Y DE VERDAD ME
3 SIGUE EXTRAÑANDO HABLAR CON UN POLLO, NO
4 SABÍA QUE LOS POLLOS HABLARAN Y MENOS QUE
5 HICIERAN CÁPSULAS RADIOFÓNICAS. AUN ASÍ
6 ¿SABES QUE? ME DA GUSTO HABLAR CONTIGO.
7

8 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**

9
10 ALEJANDRO GRACIAS DOCTOR FILETE, PARA EMPEZAR
11 PUEDES DECIRNOS ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE
12 TOMAR MUCHA AGUA?
13

14 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**

15
16 EDUARDO MIRA POLLÍN ES IMPORTANTE CONSUMIR AGUA
17

18 **OP. FX SIRVIENDO AGUA EN VASO**

19
20 PORQUE NUESTRO CUERPO ESTA COMPUESTO
21 POR 70% DE AGUA, LO CUAL HAY QUE
22 MANTENERLO BIEN HIDRATADO.
23

24 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**

25
26 ALEJANDRO QUE INTERESANTE, Y DIME ¿CUÁNTA AGUA
27 DEBEMOS CONSUMIR DIARIAMENTE?
28

29 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**

30
31 EDUARDO DEBEMOS DE CONSUMIR AL MENOS OCHO VASOS
32 AL DÍA, CLARO QUE NO TODOS DE JALÓN COMO
33 YO, PUEDEN DIVIDIRLO EN VARIAS SECCIONES, LO
34 PUEDES TOMAR ANTES DE CADA COMIDA, ANTES

1 DE LEVANTARTE, DE DORMIR O EN TODO EL DÍA
2 PUEDES IR TOMANDO CON TU BOTELLITA POR
3 PORCIONES. PORQUE AUNQUE NO TENGAS SED
4 DEBES DE TOMAR AGUA PARA EVITAR
5 DESHIDRATARTE.

6

7 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**

8 ALEJANDRO Y BIEN DOCTOR FILETE ¿QUÉ PASA SI NO
9 CONSUMIMOS AGUA?

10

11 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**

12

13 EDUARDO SI NO CONSUMES AGUA TE MUERES. BUENO NO
14 DE INMEDIATO PERO SI TE VAS SINTIENDO MÁS
15 CANSADO, CON LA BOCA SECA, EN FIN, TE VAS
16 SINTIENDO MUY MAL Y CON EL PASO DEL TIEMPO
17 PUEDES LLEGAR A MORIR, POR ESO NO PIERDAS
18 TIEMPO Y CONSUME MUCHO AGUA.

19 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**

20

21 ALEJANDRO HEMOS APRENDIDO MUCHO SOBRE EL CONSUMO
22 DEL AGUA, ¿ALGO MÁS QUE TE GUSTARÍA
23 AGREGAR ACERCA DE LA IMPORTANCIA DE
24 CONSUMIR AGUA DOCTOR FILETE?

25

26 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**

27

28 EDUARDO AMIGOS POLLITOS,

29

30 **OP. FX SIRVIENDO AGUA EN VASO**

31

32 TOMEN AGUA AUNQUE NO SIENTAN SED, YA QUE
33 PUEDEN ESTAR DESHIDRATADOS SIN SABERLO,
34 RECUERDEN ALGUNOS SÍNTOMAS SON: BOCA

1 SECA, CANSANCIO Y DOLOR DE CABEZA. Y
2 RECUERDEN TOMAR MUCHA AGUA NO LO
3 OLVIDEN.

4

5 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**

6

7 ALEJANDRO MUCHAS GRACIAS DOCTOR FILETE POR
8 ACOMPAÑARNOS UNA VEZ MÁS EN ESTA
9 FANTÁSTICA POLLOEMISIÓN.

10

11 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**

12

13 EDUARDO MUCHAS GRACIAS POR INVITARME POLLO
14 PARLANTE.

15

16 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**

17

18 ALEJANDRO ME LLAMO POLLÍN P. CHUGA.

19

20 DANIELA P. CHUGA.

21

22 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**

23

24 EDUARDO DISCULPA POLLÍN P. CHUGA Y MUCHAS GRACIAS
25 FUE MUY DIVERTIDO.

26

27 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**

28

29 CÉSAR OYE ¿QUÉ TE SUCEDE POLLO? ¿POR QUÉ
30 ENTREVISTAS AL DOCTOR PESCADO SIN
31 AVISARME? OYE ESPÉRATE PESCADO NO TE
32 VAYAS DÉJAME HACERTE UNAS PREGUNTAS
33 RÁPIDO.

34

1 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**

2

3 EDUARDO MMM ESTA BIEN PERO RECUERDA SOY EL
4 DOCTOR FI-LE-TE.

5

6 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**

7 ALEJANDRO JAJAJA ESTA BIEN HAZLE ALGUNAS PREGUNTAS
8 CON-LECHUGA.

9

10 CÉSAR JEJEJE BUENO COME TE DECIA DOCTOR
11 PESCADO YO SOY EL CONDUCTOR DE RADIO
12 CONEJO Y MI NOMBRE ES CON-LECHUGA.

13

14 DANIELA LECHUGA.

15

16 CÉSAR HABLANDO DEL AGUA ¿TÚ CREES QUE LOS
17 AMIGOS CONEJOS PUEDEN SUSTITUIR EL AGUA
18 POR REFRESCO?

19

20 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**

21

22 EDUARDO CLARO QUE NO CON-LECHUGA NO HAY NADA QUE
23 PUEDA SUSTITUIR EL AGUA.

24

25 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**

26

27 CÉSAR ¿ESTAS SEGURO?

28

29 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**

30

31 EDUARDO Sí.

32

33 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**

34

1 CÉSAR ¿TOTALMENTE SEGURO?
2
3 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**
4 EDUARDO Sí.
5
6 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS**
7
8 CÉSAR Y ¿POR AGUA DE SABOR?
9
10 **OP. FX BURBUJAS EN 2P**
11
12 EDUARDO PUEDEN TOMAR AGUA DE SABOR PERO NADA
13 SUSTITUYE EL AGUA PURA.
14
15 **OP. FADE OUT FX DE BURBUJAS SE LIGA CON ID SE LIGA CON TRACK 3**
16 **EN 2P**
17
18 ALEJANDRO MUY BIEN AHORA A LLEGADO EL MOMENTO DE
19 REALIZAR NUESTRO FANTÁSTICO PLATILLO DEL
20 DÍA DE HOY TITULADO "PECERA GELATINOSA"
21 COMENZAMOS:
22
23 ALEJANDRO LO ÚNICO QUE NECESITAS ES:
24 -UN RECIPIENTE TRANSPARENTE.
25
26 **OP. FX. RAFAGA**
27 - POLVO PARA ELABORAR GELATINA DE MORA
28 AZUL
29
30 **OP. FX. RAFAGA**
31 PROCURA COMPRARLO EN UN LUGAR DONDE
32 VENDAN MATERIAS PRIMAS YA QUE ESTE TIENE
33 MENOS QUÍMICOS
34 -AGUA HERVIDA

1

2 **FX. RAFAGA**

3

-GOMITAS EN FORMA DE PEZ, SALVAVIDAS O LOMBRICES.

4

5 **FX. RAFAGA**

6

7

-Y LA AYUDA DE UN ADULTO

8

9 OSCAR

YO TE VOY A AYUDAR

10

11 **FX. RAFAGA**

12

13 ALEJANDRO

PARA COMENZAR LA PREPARACIÓN DEL PLATILLO PÍDELE A LA PERSONA QUE TE ESTA AYUDANDO QUE VACIÉ EL POLVO DE GELATINA EN EL AGUA, Y CON AYUDA DE UNA CUCHARA REVUELVA EL AGUA HASTA QUE SE ENTIBIE. POSTERIORMENTE PÍDELE QUE TE AYUDE A VACIARLO EN EL RECIPIENTE TRASPARENTE. AHORA COLOCA LAS GOMITAS DENTRO DEL RECIPIENTE, PUEDES COLOCARLAS COMO A TÍ SE TE OCURRA. Y PARA FINALIZAR GUARDA EL RECIPIENTE EN EL REFRIGERADOR Y DEJALO TODA LA NOCHE.

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25 **OP. FX RELOJ**

26

27

Y AL DÍA SIGUIENTE ENCONTRARÁS UNA PECERA AZUL CON MUCHOS ANIMALITOS NADANDO. COMPARTE TU PECERA CON TUS AMIGOS EH.

28

29

30

31 NIÑOS

SÍ

32

33 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

1 CON ESTA PECERA ¿SE TE ANTOJA IR A LA
2 PLAYA? PUES YA PARA DESPEDIARNOS TE
3 DEJAMOS CON ESTA CANCIÓN TITULADA LA
4 PLAYA DE YUCATÁN A GO GO.

5 **OP. TRACK 4 SUBE A PP SE MANTENE 14”**

6

7 ALEJANDRO NOS VEMOS EN LA SIGUIENTE POLLOEMISIÓN YO
8 SOY POLLÍN P. CHUGA

9

10 DANIELA P. CHUGA

11

12 Y NO LO OLVIDEN “COME NUTRITIVO...

13

14 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO”.

15

16 **CÁPSULA 9 “YA LLEGÓ LA LECHE” 4:40**

17 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**

18 ALEJANDRO QUEOBOLE AMIGOS POLLITOS ESPERO SE
19 ENCUENTREN MUY FELICES EL DÍA DE HOY Y
20 PREPARADÍSIMOS PARA ESCUCHAR LA
21 ENTREVISTA A

22

23 **OP. FADE OUT TRACK 1**

24

25 LA LECHE.

26

27 **OP. ENTRA EN 2P TRACK 1**

28

29 TAMBIÉN CONOCERÁN ALGUNOS DATOS
30 IMPORTANTES DERIVADA DE ELLA Y POR SU
31 PUESTO EL SÚPER PLATILLO DEL DÍA QUE
32 ES...“LAVA CON GALLETAS”. YO SOY POLLÍN P.
33 CHUGA

1

2 DANIELA P. CHUGA.

3

4 Y "COME NUTRITIVO...

5

6 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO".

7

8 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**

9

10 ALEJANDRO NO COMAN ANSIAS POLLITOS LOS DEJO CON
11 "MÉDICO BRUJO" DE TINTAN ESTA CANCIÓN ES
12 MUY ANTIGUA PERO DIVERTIDA. ESPERO LES
13 GUSTE.

14

15 **OP SUBE TRACK 2 A PP SE MANTIENE 14"**

16

17 Y AHORA AMIGOS POLLITOS,

18

19 **OP. FX TIMBRE**

20

21 UPS ESPÉRENME TANTITO PORQUE ACABA DE
22 LLEGAR EL LECHERO

23

24 ALEJANDRO BUENOS DÍAS SEÑOR P. CHUGA AQUÍ LE TRAIGO
25 LA LECHE DEL DÍA.

26

27 ALEJANDRO MUCHAS GRACIAS Y QUE TENGA UN EXCELENTE
28 DÍA

29

30 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**

31

32 ALEJANDRO HOLA LECHE, GRACIAS POR ACOMPAÑARNOS

33

34 LECHE HOLA ¿QUÉ HACE?

1 ALEJANDRO QUE SIMPÁTICA, Y BIEN PLATÍCANOS DE QUÉ
2 ESTAS COMPUESTA
3
4 LECHE PUES MIRA POLLÍN, MI PRINCIPAL COMPONENTE
5 ES EL DEL AGUA CON UN 90%, PROTEÍNA CON UN
6 4%, GRASA ENTRE 3 Y 5%, LACTOSA CON UN 5%,
7 ADEMÁS DE LA VITAMINA A Y D Y POR SUPUESTO
8 EL CALCIO. Y DEBEN DE SABER QUE ÚNICAMENTE
9 LOS MAMÍFEROS, INCLUIDOS POR SUPUESTO, LOS
10 HUMANOS SON CAPACES DE PRODUCIRME.
11
12 ALEJANDRO QUE MARAVILLA ES ESCUCHAR ESO VERDAD
13 AMIGOS POLLITOS,
14
15 NIÑOS SÍ
16
17 AHORA YA LO SABEN. Y BIEN, CUÉNTANOS
18 ALGUNOS BENEFICIOS QUE CONLLEVA
19 CONSUMIRTE.
20
21 PAOLA UUH MUCHÍSIMOS. NO CONTENGO MUCHAS
22 CALORÍAS, TENGO UNA GRAN VARIEDAD
23 NUTRITIVA, PREVENGO LA OSTEOPOROSIS,
24 AYUDO A FORMAR TEJIDOS DEL CUERPO, CALMO
25 LA ACIDEZ ESTOMACAL E IMPIDO EL DESARROLLO
26 DE GÉRMENES.
27
28 ALEJANDRO PERFECTO. AHORA MENCIONANOS ALGUNAS
29 PREPARACIONES HABITUALES QUE TE
30 CONTENGAN, PARA QUE NUESTROS AMIGOS
31 POLLITOS SEPAN, CONOZCAN Y SE ATREVAN A
32 PREPARAR.
33

1 PAOLA JIJI ME PUEDES CONSUMIR EN LICUADOS,
2 BATIDOS, FLANES, PASTELES, CHAMPIÑONES A LA
3 CREMA, PAY DE QUESO, CREMA DE ELOTE, DE
4 ZANAHORIA, HOT CAKES, PUDIN Y EL MMM
5 DELICIOSO ARROZ CON LECHE. Y LO QUE NO
6 SABÍAS POLLÍN P. CHUGA ES DE QUE TENGO
7 DIFERENTES PRESENTACIONES: COMO LA
8 ENTERA, DESLACTOSADA, DESCREMADA, SEMI
9 DESCREMADA, CON SABORIZANTE, ENRIQUECIDA,
10 CONDENSADA Y HASTA EN POLVO.

11
12 ALEJANDRO OH. MUY BIEN, MUY BIEN CREO ES HORA DE
13 TOMARTEEEEE NO ES CIERTO, NO TEMAS YA
14 DESAYUNÉ Y PUES DAMOS POR...

15
16 PAOLA ESPERAME POLLÍN QUISIERA QUE LOS POLLITOS
17 QUE NOS ESTÁN ESCUCHANDO SEPAN QUE PARA
18 LOS RECIÉN NACIDOS, ES MEJOR QUE TOMEN
19 LECHE MATERNA QUE CUALQUIER OTRA LECHE
20 JIJIJI.

21
22 ALEJANDRO MUCHAS GRACIAS A LA LECHE QUE NOS
23 ACOMPAÑÓ EL DÍA DE HOY. UN FUERTE APLAUSO
24 PARA ELLA.

25
26 **OP. FX APLAUSOS**

27
28 PAOLA ADIÓS Y NOS VEMOS EN LA MERIENDA JIJIJI

29
30 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON ID SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**

31
32 ALEJANDRO PARA PREPARAR TÚ DELICIOSA E HIRVIENTE
33 LAVA CON GALLETAS NECESITAS:
34

- 1 **OP. FX AVIÓN**
- 2 - ZANAHORIAS
- 3
- 4 **OP. RÁFAGA**
- 5
- 6 - AGUA
- 7 **OP. RÁFAGA**
- 8
- 9 - MANTECA O MARGARINA
- 10
- 11 **OP. RÁFAGA**
- 12
- 13 - SAL
- 14
- 15 **OP. RÁFAGA**
- 16
- 17 - GALLETAS TIPO PANITOS
- 18
- 19 **OP. RÁFAGA**
- 20
- 21 - Y LECHE
- 22
- 23 **OP. RÁFAGA**
- 24
- 25 Y DE UTENSILIOS VAS A UTILIZAR
- 26 - UN CUCHILLO
- 27
- 28 **OP. RÁFAGA**
- 29
- 30 - UNA TABLA PARA CORTAR
- 31 **OP. RÁFAGA**
- 32
- 33 - UNA CACEROLA

1 **OP. RÁFAGA**

2

3 - UNA LICUADORA

4

5 **OP. RÁFAGA**

6

7 - UN CORTADOR

8

9 **OP. RÁFAGA**

10

11 - Y LA ESTUFA.

12

13 **OP. RÁFAGA**

14

15 - RECUERDA QUE PARA UTILIZAR EL CUCHILLO
16 Y LA ESTUFA DEBES DE HACERLO

17

18 OSCAR YO TE VOY A AYUDAR

19 - BAJO LA SUPERVISIÓN DE UN ADULTO.

20 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

21

22 PARA EMPEZAR CORTA LAS DOS PUNTAS DE LAS
23 ZANAHORIAS CON EL CUCHILLO Y PÉLALAS PARA
24 QUE LE QUITE LA CAPA DE CÁSCARA. AHORA,
25 METE LAS ZANAHORIAS CORTADAS EN LA
26 CACEROLA AGREGÁNDOLE AGUA Y PONLAS A
27 HERVIR HASTA QUE ESTÉN BLANDITAS.
28 APROXIMADAMENTE DEBES DE ESPERAR UNOS
29 DIEZ MINUTOS Y YA QUE ESTÉN LISTAS MÉTELAS
30 A LA LICUADORA JUNTO CON LA MANTECA O
31 MARGARINA Y UNA PISCA DE SAL Y LECHE. Y
32 LISTO, YA SERVIDA EN LOS PLATOS PÓNGANLE

1 GALLETITAS AL GUSTO PARA QUE COMA TODA TU
2 FAMILIA, AMIGOS Y PARIENTES.
3 ESPERO QUE SE ATREVAN A REALIZAR ESTA
4 SENCILLA PERO NUTRITIVA LAVA CON GALLETAS.
5

6 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

7
8 ALEJANDRO Y ANTES DE IRNOS VAMOS A INFORMARLES
9 ALGUNOS DATOS DE LA LECHE PARA QUE
10 USTEDES PUEDAN DEBATIR Y TENER ALGUNAS
11 CONCLUSIONES.
12

13 CÉSAR OYE ¿QUÉ TE PASA POLLO? ¿HOY NO ME VAS A
14 DEJAR HABLAR?
15

16 ALEJANDRO UY PERDÓN CON-LECHUGA SI QUIERES PUEDES
17 DECIR LOS DATOS DE LA LECHE
18

19 CÉSAR JAJAJA ESTA BIEN, HOLA A TODOS LOS AMIGOS
20 CONEJOS QUE NOS ESCUCHAN, LES VOY A DECIR
21 ALGUNOS DATOS QUE NO SABIAN DE LA LECHE
22

23 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FX DE AVIÓN**

24
25 A PESAR DE QUE LA LECHE ES INDISPENSABLE EN
26 LA ETAPA INFANTIL Y EN LA ADOLESCENCIA
27 PUEDE GENERAR INTOLERANCIA EN LA EDAD
28 ADULTA.

29 Y EN LA ACTUALIDAD EXISTEN ALGUNAS
30 ALTERNATIVAS DE ORIGEN VEGETAL COMO LA
31 LECHE DE ALMENDRAS Y LA LECHE DE SOYA
32

33 **OP FADE IN TRACK 2**

34

1 ALEJANDRO MUCHAS GRACIAS AMIGOS POLLITOS, POR
2 ACOMPAÑARNOS UNA VEZ MÁS AYÚDENME A
3 COMPLETAR ESTA FRASE: "COME NUTRITIVO...
4
5 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO".
6

7 **CÁPSULA 10 "COMIDA MUY MUY RARA"**

4:40

8 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**

9
10 ALEJANDRO HOLA HOLA HOLA A TODOS LOS POLLITOS QUE
11 ESCUCHAN ESTA FABULOSA POLLOEMISIÓN, YO
12 SOY POLLÍN P. CHUGA
13

14 DANIELA P. CHUGA
15

16 ALEJANDRO NO LO OLVIDEN "COME NUTRITIVO...
17

18 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO"
19

20 CÉSAR Y YO SOY CON-LECHUGA
21

22 DANIELA LECHUGA
23

24 CÉSAR OYE POLLO, ¿POR QUÉ SIEMPRE INICIAS
25 SALUDANDO TÚ?

26 ALEJANDRO PUES PORQUE ESTAS SON MÍIS CÁPSULAS
27

28 CÉSAR NO ES CIERTO, SON MIAS. Y ADEMÁS SE DEBE DE
29 LLAMAR RADIO CONEJO PORQUE LOS AMIGOS
30 CONEJOS QUIREN ESCUCHARME A MÍ Y NO A TÍ.
31

32 ALEJANDRO NI EN TUS SUEÑOS CONEJO LATOSO. AMIGOS
33 POLLITOS ¿LES GUSTAN LOS CHISTES?

1
2 NIÑOS SÍ
3
4 ALEJANDRO PUES ESCUCHEN EL SIGUIENTE:
5
6 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON CORTINILLA**
7
8 -PRIMER ACTO: UN SEÑOR VENDE TORTAS
9 -SEGUNDO ACTO: EL MISMO SEÑOR VENDE MÁS
10 TORTAS
11 -TERCER ACTO: EL MISMO SEÑOR VENDE CARNE
12 ¿CÓMO SE LLAMO LA OBRA?
13
14 **OP. FX RELOJ**
15
16 -EL EXTORTISTA
17
18 **OP. FX DE APLAUSOS SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**
19
20 ALEJANDRO QUE DIVERTIDO ¿NO CREEN AMIGOS POLLITOS?
21
22 NIÑOS SÍ
23
24 AHORA QUÉ LES PARECE SI LES CUENTO UN
25 CUENTO...
26
27 **OP. FADE OUT TRACK SE LIGA CON TRACK 2 EN PP SE MANTIENE 15" Y**
28 **FADE OUT SE LIGA CON ID SE LIGA CON TRACK 1**
29 **EN 2P**
30
31 CÉSAR NO NO NO NO. TENGO UNA IDEA...TU INICIAS EL
32 CUENTO Y QUE UN AMIGO CONEJO LO TERMINE.
33

1 ALEJANDRO ME PARECE MUY BIEN. YA SABEN AMIGOS
2 POLLITOS CUANDO LES DIGA SE COMUNICAN
3 PARA TERMINAR EL CUENTO.
4

5 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

6
7 ALEJANDRO UNA SEÑORA COCINÓ UN PAY DE LIMÓN PARA
8 SUS SEIS HIJOS, PERO EL PAY AL ESTAR SOBRE
9 LA MESA, SE DIO CUENTA QUE SE LO QUERÍAN
10 COMER Y SALTÓ DEL PLATO, SALIÓ CORRIENDO,
11 HASTA QUE SE PERDIÓ EN EL BOSQUE, Y SE
12 ENCONTRÓ A UN SEÑOR Y LE DIJO QUE SI SE LO
13 PODÍA COMER Y ÉL LE CONTESTÓ QUE
14

15 DIEGO NO.
16

17 Y SIGUIÓ SU CAMINO POR EL BOSQUE Y SE
18 ENCONTRÓ A UN PATO, QUIEN NI SIQUIERA LE
19 PREGUNTÓ QUE SI SE LO PODÍA COMER Y LO
20 PICOTEO, EL POBRE PAY ASUSTADO CORRIÓ
21 TANTO QUE CASI SE CAE A UN ARROYO, Y LO
22 QUERÍA CRUZAR PERO SABÍA QUE AL ENTRAR AL
23 AGUA SE IBA A DESMORONAR. ENTONCES LLEGÓ
24 UN CERDO Y LE PREGUNTÓ QUE POR QUÉ
25 ESTABA TAN PREOCUPADO.
26

27 Y EL PAY LE RESPONDIÓ QUE QUERÍA CRUZAR EL
28 RIO PERO NO SABÍA CÓMO. EL CERDO MUY
29 AMABLE OFRECIÓ AYUDARLO A CRUZAR EL RIO,
30

31 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

32 ES EL MOMENTO AMIGOS POLLITOS... QUIÉN LO
33 VA A TERMINAR.
34

1 **OP. FX LLAMADA TELEFÓNICA**

2

3 DAVID HOLA, YO SE CÓMO TERMINARLO.

4

5 CÉSAR SUÉLTALO CONEJO

6

7 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

8

9 DAVID EL CERDO AYUDÓ AL PAY A CRUZAR EL RIO Y LE
10 DIJO:

11 -PAY DE LIMÓN METETE EN MI BOCA Y TE PASO EL
12 RIO. EL PAY DE LIMÓN ACEPTÓ Y SE METIÓ EN LA
13 BOCA DEL CERDO Y SE ¡LO TRAGO! JAJAJA

14

15 **OF FX DE FANFARRIA SE LIGA CON FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON**
16 **FADE IN TRACK 1**

17

18 CÉSAR ESO ES TODO AMIGO CONEJO QUE BUEN FINAL.

19

20 ALEJANDRO MUY BIEN AMIGO POLLITO GRACIAS POR
21 INVENTAR EL FINAL DEL CUENTO.

22 VAMOS A ESCUCHAR AHORA QUE PLATILLOS
23 RAROS HAN PROBADO NUESTROS AMIGOS
24 POLLITOS

25

26 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON CORTINILLA**

27

28 LEONARDO HOLA POLLÍN Y HOLA CON. YO HE PROBADO LA
29 PANSITA Y NO ME GUSTÓ NADA PERO MI MAMÁ
30 ME DIJO QUE LA PROBARA.

31

32 IRMA HOLA. YO HE PROBADO COMIDA JAPONESA QUE
33 ERA ARROZ EN BOLA CON UN PEQUEÑO PESCADO
34 CRUDO Y ME DIO MUCHO ASCO.

1
2 CÉSAR YO ME COMÍ UNA OSTRA Y TODAVÍA SE MOVIA
3 CUANDO ME LA SIRVIERON PERO ACABÉ CON
4 ELLA.

5

6 EMILIO YO COMI MOLE CON IGUANA PERO SABIA CÓMO A
7 POLLO, PERDÓN POLLÍN PERO ME LO COMÍ TODO

8

9 **OP. FADE IN TRACK 1 EN 2P**

10

11 CÉSAR AHORA AMIGOS CONEJOS ¿QUIÉREN SENTIR UN
12 POCO DE ASCO?

13

14 NIÑOS ¡SÍ!

15

16 CÉSAR MUY BIEN JAJAJA PUES PAREN SUS OREJAS DE
17 CONEJOS QUE LES VOY A DECIR LOS CINCO
18 ALIMENTOS MÁS RAROS DEL MUNDO

19 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

20

21 CÉSAR LOS GUSANOS DE MAGUEY

22 **OP. FX DE MIEDO**

23

24 SON AMARILLOS Y ESTAN GORDITOS PERO LOS
25 ACOMPAÑAN CON MANTEQUILLA Y SALSA PARA
26 QUE SEPAN RICOS

27

28 CÉSAR SANGRE DE CERDO

29

30 **OP. FX DE MIEDO**

31

32 HIERVEN LOS HUEVOS Y LOS PONEN A FLOTAR EN
33 LA SANGRE DEL CERDO.

34

1
2 CÉSAR HUEVESILLOS DE HORMIGAS
3
4 **OP. FX DE MIEDO**
5
6 SE LOS COMEN FRITOS PARA CONSERVAR SU
7 SABOR
8
9 **OP. FADE OUT FX MÁGICO SE LIGA CON RÁFAGA 1”.**
10
11 CÉSAR EL SANNAKJI
12
13 **OP. FX DE MIEDO**
14
15 SON TENTACULOS DE PULPO Y SE MUEVEN EN EL
16 PLATO YA SERVIDOS UFF.
17
18 **OP. FADE OUT FX MÁGICO SE LIGA CON RÁFAGA 1”.**
19
20 CÉSAR Y POR ÚLTIMO EL BALUT
21
22 **OP. FX DE MIEDO**
23
24 QUE ES UN HUEVO DE PATO FERTILIZADO EN
25 FASE DE EMBRIÓN Y SE SIRVE CON LA CASCARA
26
27 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**
28
29 ALEJANDRO CONEJO PERO QUE DATOS TAN MÁS
30 DESPIADADOS. POBRES ANIMALES.
31
32 CÉSAR OYE TRANQUILO, SÓLO ES PARA QUE NUESTROS
33 AMIGOS CONEJOS CONOZCAN ALGUNOS

1 ALIMENTOS RAROS PREPARADOS ALREDEDOR
2 DEL MUNDO.
3 MEJOR LES CUENTO UN CHISTE PORQUE EL
4 POLLO SE VA A DESPLUMAR.

5

6 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON CORTINILLA**

7

8 CÉSAR -HABÍA UN SEÑOR TAN ALTO PERO TAN ALTO, QUE
9 EN LUGAR DE TOMAR CAFÉ CON LECHE TOMABA
10 CAFÉ CON DIOS.

11

12 **OP. FX FANFARRIA SE LIGA TRACK 1 EN 2P**

13

14 ALEJANDRO ESO ES TODO POR HOY AMIGOS POLLITOS,
15 ESPERO QUE SE HAYAN DIVERTIDO Y NO OLVIDEN
16 ESCUCHAR LA SIGUIENTE POLLOEMISIÓN. YO SOY
17 POLLÍN P.CHUGA

18

19 DANIELA P. CHUGA

20

21 Y RECUERDEN. "COME NUTRITIVO...

22

23 NIÑOS CON ALIMENTO DIVERTIDO".

24

25 CÉSAR ADIOS AMIGOS CONEJOS CUIDENSE.

26

27

28 **CÁPSULA 11 "MANZANAS COLORIDAS" 4:40**

29 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**

30

31 ALEJANDRO YO SOY POLLÍN P. CHUGA

32

33 DANIELA P. CHUGA

1
2 ALEJANDRO AMIGOS POLLITOS ¿LES GUSTA DISFRAZARSE?
3 ¿CUÁL ES SU
4
5 **OP. FX LADRIDO DE PERRO FX VACA FX PUERCO FX KALIMAN**
6
7 DISFRAZ FAVORITO? ¿DE PERRITO, VAQUITA,
8 PUERQUITO, ZORRITO? EL MÍO ES EL DE KALIMAN
9 ¿USTEDES LO CONOCEN?
10 CLARO EL SUPERHÉROE MEXICANO CREADO
11 HACE YA MÁS DE MEDIO SIGLO, SIENTE ESTA
12 CANCIÓN
13
14 **OP. SUBE TRACK 1 A PP SE MANTIENE 10" Y FADE OUT, SE LIGA CON ID**
15 **SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**
16
17 ALEJANDRO PARA SEGUIR CON ESTA FANTÁSTICA
18 POLLOEMISIÓN VAMOS A COMENZAR CON
19 ALGUNAS DUDAS DE NUESTROS AMIGOS
20 POLLITOS TÚ TAMBIÉN PUEDES PARTICIPAR
21 COMUNICATE EN CABINA AL 51-15-24-21.
22
23 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2 EN 2P**
24
25 ALEJANDRO HOLA BIENVENIDO A RADIO POLLITO SOY POLLÍN
26 P. CHUGA
27
28 DANIELA P. CHUGA
29
30 ALEJANDRO ¿CON QUIÉN PIO?
31
32 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**
33

1 MIRIAM ¿HOLA? NO PIO PERO SÍ HABLO JEJEJE NO ES
2 CIERTO SOY MIRIAM ¿EN VERDAD ERES UN
3 POLLO?

4 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

5
6 ALEJANDRO ASÍ ES SOY UN POLLO Y TE VOY A RESOLVER UNA
7 DUDA QUE TENGAS A CERCA DE TU
8 ALIMENTACIÓN.

9
10 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

11
12 MIRIAM MMM ESTA BIEN, MI MAMÁ DICE QUE SI COMO LAS
13 MANZANAS CON CASCARITA SON MÁS NUTRITIVAS
14 PERO A MÍ NO ME GUSTA LA CÁSCARA ¿ES
15 CIERTO?

16 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

17
18 ALEJANDRO ES VERDAD QUE LAS CÁSCARAS TIENEN
19 GRANDES NUTRIENTES, PERO AL PELARLAS NO
20 PIERDEN GRANDES CANTIDADES DE ESOS
21 NUTRIENTES QUE NECESITAS.

22
23 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

24
25 MIRIAM GRACIAS POLLÍN, ME GUSTÓ HABER HABLADO
26 CON UN POLLO, BUENO ADIÓS.

27
28 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

29
30 ALEJANDRO DE NADA MIRIAM SÍGUENOS ESCUCHANDO.

31
32 **OP. FX TELÉFONO**

33

1 AHORA TENEMOS EN LA LÍNEA A UN AMIGO
2 POLLITO, HOLA HABLA POLLÍN P. CHUGA

3

4 DANIELA P. CHUGA

5

6 ALEJANDRO ¿QUIÉN HABLA?

7

8 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

9

10 JESÚS HOLA SOY CHAY ¿QUIÉN ERES?

11

12 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

13

14 ALEJANDRO HOLA SOY POLLÍN P. CHUGA

15

16 DANIELA P. CHUGA

17

18 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

19

20 JESÚS ¿ERES UN POLLO?

21

22 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

23

24 ALEJANDRO SÍ Y ME LLAMO POLLÍN P. CHUGA

25

26 DANIELA P. CHUGA

27

28 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

29

30 JESÚS NO TE CREO, PORQUE LOS POLLOS NO HABLAN Y
31 NO TIENEN CÁPSULAS DE RADIO.

32

33 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

34

1 ALEJANDRO PERO YO SÍ AMIGO POLLITO. Y TENGO
2 PANTALONES Y UNA CASA.

3

4 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

5

6 AMIGO POLLITO JAJAJA NO TE CREO TÚ DEBERÍAS ESTAR EN UNA
7 GRANJA.

8

9 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

10

11 ALEJANDRO DE VERDAD, SOY AMARILLO PORQUE SOY POLLO
12 PERO SOY UN CIUDADANO COMO TÚ.

13

14 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

15

16 JESÚS MMM ESTA BIEN, YO TENGO UNA DUDA, A MÍ ME
17 GUSTA MUCHO COMER MANZANAS, PERO QUIERO
18 SABER CUÁLES SON MÁS NUTRITIVAS ¿SI LAS
19 VERDES, LAS ROJAS O LAS AMARILLAS?

20

21 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

22

23 ALEJANDRO OH QUE PREGUNTA TAN INTERESANTE ¿USTEDES
24 QUÉ PIENSAN AMIGOS POLLITOS?

25

26 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

27

28 IAN YO PIENSO QUE LAS ROJAS PORQUE SON LAS
29 MÁS GRANDOTOTAS

30

31 VANESA YO PIENSO QUE LAS AMARILLAS PORQUE SE
32 PARECE AL SOL

33

1 JESICA YO PIENSO QUE LAS VERDES PORQUE SU
2 CÁSCARA ES SUAVESITA

3

4 DANIELA YO PIENSO QUE TODAS MENOS LAS VERDES
5 PORQUE TODAVÍA NO ESTAN MADURAS.

6

7 JUAN CARLOS YO PIENSO QUE TODAS PORQUE LAS MANZANAS
8 SON NUTRITIVAS

9 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

10

11 ALEJANDRO MIRA AMIGO CHAY EL COLOR DE LA MANZANA NO
12 AFECTA SUS NUTRIENTES, AUNQUE SE HA
13 COMPROBADO QUE LAS MANZANAS AMARILLAS
14 TIENEN MAS VITAMINA C, LO MÁS IMPORTANTE ES
15 QUE LAS CONSUMAS SIN IMPORTAR SU COLOR O
16 TAMAÑO.

17

18 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

19

20 JESÚS QUE BIEN. GRACIAS POLLO QUE HABLA.

21

22 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

23

24 ALEJANDRO SOY POLLÍN P. CHUGA

25

26 DANIELA P. CHUGA

27

28 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

29

30 JESÚS ESTA BIEN, ADIOS POLLO QUE HABLA

31

32 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2**

33

34 ALEJANDRO SOY POLLÍN P. CHUGA

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

DANIELA P. CHUGA

ALEJANDRO AMIGO POLLITO, SI ACABAS DE TERMINAR DE COMER Y SE LES ANTOJA UN REFRIGERIO, EN LUGAR DE COMER UNA PAPAS DE LA TIENDA, YO LES RECOMIENDO QUE CAMBIEN EL MENÚ POR...

OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P SE MANTIENE 11”
Y FADE OUT.

ALEJANDRO NO TE COMAS ESAS PAPAS TAN SALADAS, MEJOR COMANSE UNAS RICAS, NUTRITIVAS Y DELICIOSAS MANZANAS PICADAS Y PARA HACERLAS MÁS DIVERTIDAS PUEDES PICAR VERDES, ROJAS Y AMARILLAS.

OP. FADE IN TRACK 2 EN 2P

CÉSAR OYE QUE TE PASA POLLO, ¿QUÉ TAL SI A LOS AMIGOS CONEJOS LES GUSTA COMER PAPAS?

ALEJANDRO HOLA CON-LECHUGA, PERO ESE TIPO DE ALIMENTOS SON MALOS PARA LOS AMIGOS POLLITOS.

CÉSAR SON MALOS SI LOS CONSUMEN EN EXCESO, POR QUE TODOS SABEMOS QUE EL CONSUMO MODERADO NO TE HARA DAÑO.

ALEJANDRO ESTA BIEN, TIENES RAZÓN CON-LECHUGA. OYE ¿NO CREES QUE DEBERÍAS DE VESTIRTE?

CÉSAR JAJAJA ¿POR QUÉ? TÚ TAMBIÉN ESTAS DESNUDO.

1 ALEJANDRO JAJAJA SÍ PERO YO TRAIGO AÚN MI
2 CASCARONCITO DE HUEVO Y TU PUES...NADA.

3

4 CÉSAR MMM YA YA DEJAME TRANQUILO. AMIGOS
5 CONEJOS PONGAN MUCHA ATENCIÓN LES VOY A
6 DECIR SEGÚN MI PARECER LOS SEIS DULCES MÁS
7 RICOS:

8

9 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

10

11 CÉSAR 1-. EL DULCE MÁS RICO PARA MÍ SON LAS
12 GOMITAS ACIDULCES Y LAS PUEDES ENCONTRAR
13 DE TODAS FORMAS, TAMAÑOS COMO LOMBRICES,
14 FRUTAS, PANDAS Y HASTA EN FORMA DE
15 HAMBURGUESAS.

16

17 2-. OTRO DULCE MUY RICO SON LAS PASTILLAS DE
18 SABORES, HAY UNAS MUY ACIDAS, OTRAS MUY
19 PICOSAS Y OTRAS MUY AGRIAS.

20

21 3-. LOS DULCES CHICLOSOS, AUNQUE SE QUEDEN
22 EN MIS DIENTES DE CONEJO, QUE RICOS SON.

23

24 4-. LOS DULCES EN FORMA DE FRUTITA SON UN
25 CLÁSICO Y DE SEGURO TODOS LOS HAN
26 PROBADO.

27

28 5-. EL CHOCOLATE CON ARROZ INFLADO, SÓLO
29 TEN CUIDADO CUANDO TE LO COMAS SI HACE SOL
30 POR QUE SE TE PUEDE DERRETIR.

31

32 6-. Y EN ÚLTIMO LUGAR ESTAN LAS LUNETAS DE
33 CHOCOLATE, LAS CUALES SON
34 EXTREMADAMENTE DELICIOSAS.

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33

ALEJANDRO WJAU QUE DELICIOSOS DULCES

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2 EN 2P

MENCIONASTE CON-LECHUGA. PERO AMIGOS
POLLITOS RECUERDEN CONSUMIR LOS DULCES
EN MENOR CANTIDAD POSIBLE.

CÉSAR JAJAJA CLARO QUE SÍ POLLO, ADEMÁS MIS
AMIGOS CONEJOS SABEN QUE SI CONSUMEN LOS
DULCES MUY SEGUIDOS TENDRAN CARIES Y ES
ALGO QUE NADIE QUIERE TENER.

ALEJANDRO YA NOS VAMOS YO SOY POLLÍN P. CHUGA

DANIELA P. CHUGA

CÉSAR Y YO SOY CON-LECHUGA

DANIELA LECHUGA

ALEJANDRO NO LO OLVIDEN: "COME NUTRITIVO..."

NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO"

CÁPSULA 12 "DEVOREMOS A LA TORTILLA" 4:40

OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P

ALEJANDRO HOLA HOLA BIENVENIDOS A RADIO POLLITO UPS
DISCULPEN TENGO QUE IR POR LAS TORTILLAS,
POR QUE SI NO ¿A QUIÉN VAMOS A
ENTREVISTAR?

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

**OP. FADE OUT TRACK SE LIGA CON TRACK 2 EN PP SE MANTIENE 15'' Y
FADE OUT SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

ALEJANDRO YA ESTAMOS DE VUELTA. YO TAMBIÉN YA FUI POR LAS TORTILLAS Y EN UNOS MOMENTOS VAMOS A PODER ENTREVISTAR A UNA DE ELLAS. PERO PRIMERO VAMOS A REAFIRMAR ALGUNOS MITOS QUE EXISTEN SOBRE LA TORTILLA, COMENZAMOS:

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P

ALEJANDRO -¿LA TORTILLA ENGORDA?

OP. FADE IN TRACK 3

ALEJANDRO FALSO, TODO DEPENDE DE TUS HÁBITOS ALIMENTICIOS.

OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P

¿LA TORTILLA DE MAÍZ ES MÁS SALUDABLE QUE LA TORTILLA DE HARINA?

OP. FADE IN TRACK 3

ALEJANDRO VERDADERO. CONTIENE MÁS PROTEÍNAS.

OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P

ALEJANDRO ¿LA TORTILLA AZUL ES MÁS SALUDABLE QUE LA DE MAÍZ BLANCO?

OP. FADE IN TRACK 3

1 ALEJANDRO FALSO, CONTIENEN LOS MISMOS NUTRIENTES,
2 SÓLO CAMBIA EL COLOR DEL MAÍZ.

3

4 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P**

5

6 ALEJANDRO ¿ES MALO COMER TORTILLA DIARIO?

7

8 **OP. FADE IN TRACK 3**

9

10 FALSO. LA TORTILLA FORMA PARTE DE LA DIETA
11 DE LOS MEXICANOS Y ES UN ALIMENTO
12 IMPORTANTE DEL ROMBO NUTRICIONAL.

13

14 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

15

16 ALEJANDRO ESPERO QUE HAYA RESUELTO ALGUNAS DE SUS
17 DUDAS AMIGOS POLLITOS, VAMOS A
18 PREGUNTARLE A NUESTROS AMIGOS POLLITOS
19 COMO LES GUSTA COMERSE UNA TORTILLA.

20

21 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON FADE IN TRACK 4 EN 2P**

22

23 ERIKA HOLA POLLÍN, A MÍ ME GUSTA COMER LA
24 TORTILLA EN CHILAQUILES.

25

26 PAOLA A MÍ CON TACOS DE SAL

27

28 ITZEL A MÍ ME GUSTA LA SOPA DE TORTILLA

29

30 TERESA YO ME LA COMO CON FRIJOLES

31

32 CESARITO A MI ME GUSTA EN ENCHILADAS

33

34 CARLOS A MÍ ME GUSTA LA TORTILLA PERO MÁS LA AZUL

1

2 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**

3

4 ALEJANDRO ORALES, YA NOS DIMOS CUENTA QUE LA
5 TORTILLA ES MUY POPULAR CON NUESTROS
6 AMIGOS POLLITOS. VAMOS A...

7

8 CÉSAR HOLA HOLA BIENVENIDOS A RADIO CONEJO YO
9 SOY CON-LECHUGA

10

11 DANIELA LECHUGA

12

13 CÉSAR Y ESTA CÁPSULA VAMOS A...

14

15 ALEJANDRO HEY HEY HEY TRANQUILO CON-LECHUGA YA HACE
16 RATO QUE EMPEZAMOS, JAJAJA TE QUEDASTE
17 DORMIDO.

18

19 CÉSAR ¿YA EMPEZAMOS? MMM PERO ANTES DE IR CON
20 LA TORTILLA NO TE GUSTARÍA SABER CUÁLES
21 SON LAS CARICATUAS FAVORITAS DE LOS
22 AMIGOS CONEJOS QUE ESCUCHAN LA CON-
23 EMISIÓN?

24

25 ALEJANDRO POR SUPUESTO, VAMOS A PREGUNTARLES.

26

27 CÉSAR HOLA AMIGUITO... ¿CÚAL ES TU CARICATURA
28 FAVORITA?

29

30 **OP. FADE OUT TRACK SE LIGA CON FADE IN TRACK 5 EN 2P**

31 VANESA HOLA LECHUGA, MÍ CARICATURA FAVORITA ES
32 LAS MONTERS HIGH.

33

34 CÉSAR Y LA TUYA ¿CÚAL ES?

1
2 IAN MI CARICATURA FAVORITA ES EL HOMBRE ARAÑA
3
4 ALEJANDRO POLLITO ¿CÚAL ES LA TUYA?
5
6 EMILIO PUES A MÍ ME GUSTAN VARIAS PHINEAS Y FERB,
7 LOONEY TUNES, TOM Y JERRY Y DRAGON BALL
8
9 CÉSAR YA PARA PARA SÓLO ES UNA CARICATURA
10 AMIGUITO
11
12 EMILIO MMM ESTA BIEN, DE TODAS LAS QUE DIJE MI
13 FAVORITA ES MMMM NO LO SE, ES MUY DIFICIL.
14 TODAS ME GUSTAN MUCHO.
15
16 ALEJANDRO JAJAJA OYE CONEJO DEJA AL POLLITO EN PAZ. NO
17 TE PREOCUPES AMIGUITO YO VOY A PONER EN
18 SU LUGAR AL CONEJO
19
20 EMILIO NO LE PEGUES, SÓLO HASLE UN KAME HAME
21 HAAAA
22
23 CÉSAR A TI CONEJIN ¿CÚAL TE GUSTA MÁS?
24
25 JESICA A MÍ ME GUSTA JORGE EL CURIOSO PORQUE ES
26 MUY DIVERTIDO Y PORQUE ME AYUDA A
27 RESOLVER PROBLEMAS.
28
29 CÉSAR JA BUENO YA HASTA SE ME ANTOJO VERLA
30 AHORA MISMO. MI CARICATURA FAVORITA ES
31 COMO LA DE NUESTRO AMIGO CONEJO LOS
32 LOONEY TUNES YA QUE EN ELLA SALE LOLA.
33

1 ALEJANDRO LA MIA ES GARFIELD Y SUS AMIGOS Y ¿CÚAL ES
2 LA CARICATURA FAVORITA DEL CORO?

3

4 DANIELA BOB ESPONJA.

5

6 CÉSAR AHORA SÍ. VAMOS CON LA TORTILLA.

7

8 **OP. FADE OUT TRACK 5 SE LIGA CON ID SE LIGA SE LIGA CON TRACK 6 EN**

9 **2P**

10

11 ALEJANDRO HOLA TORTILLA ME DA MUCHO GUSTO QUE ESTÉS
12 CON NOSOTROS.

13 ¿PUEDES CONTARNOS UN POCO DE TUS
14 ORÍGENES?

15

16 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2 EN 2P**

17

18 ERIKA HOLA POLLÍN Y HOLA CONEJO GRACIAS POR
19 INVITARME A RADIO POLLITO, A MÍ Y A MIS
20 HERMANAS, BUENO TUVIERON QUE COMPRAR AL
21 MENOS MEDIO KILO PARA TRAERNOS. LES
22 CUENTO UN POCO SOBRE MI: YO ME ORIGINÉ EN
23 MÉXICO, POSIBLEMENTE EN OAXACA Y ME
24 CREARON CON MAÍZ NIXTAMALIZADO, MI
25 CONSUMO ES CASI SIEMPRE ENVOLVIENDO A
26 OTRO ALIMENTO.

27

28 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

29

30 ALEJANDRO ¿PUEDES DECIRNOS ALGUNOS PLATILLOS QUE SE
31 ELABORAN CONTIGO?

32

33 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2 EN 2P**

34

1 ERIKA HAY MUCHISISISISIMOS PLATILLOS QUE SE
2 ELABORAN CONMIGO, LOS PRINCIPALES SON LOS
3 TACOS DE CARNE, POLLO, HUEVO, CHICHARRÓN,
4 TACOS DORADOS, CHILAQUILES, ENCHILADAS,
5 QUESADILLAS Y PARA CALMAR EL HAMBRE HASTA
6 UN TACO DE SAL ES BUENO.
7

8 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

9
10 ALEJANDRO SON MUCHÍSIMOS PLATILLOS TORTILLA, ¿PUEDES
11 DECIRNOS CÓMO TE ELABORAN?
12

13 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2 EN 2P**

14
15 ERIKA CLARO, AUNQUE AHORA EN TIEMPOS MODERNOS
16 ME HACEN CON MÁQUINAS, ORIGINALMENTE SE
17 MOLÍA EL NIXTAMAL, CON LAS MANOS O CON
18 METATE, DESPUÉS SE CUECEN LOS GRANOS EN
19 AGUA HIRVIENDO CON UNA BASE DE CAL, LO
20 CUAL HACE QUE TOME EL COLOR
21 CARACTERÍSTICO PARA QUE DESPUÉS ME
22 AMASEN, ME APLASTEN FORMANDO UN CIRCULO
23 PLANO Y PARA FINALIZAR ME COLOQUEN EN UN
24 COMAL HASTA COCERME.
25

26 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

27
28 ALEJANDRO QUE INTERESANTE, YA PARA FINALIZAR ¿PUEDES
29 DECIRNOS DÓNDE TE CONSUMEN
30 PRINCIPALMENTE?
31

32 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2 EN 2P**

33

1 ERIKA CLARO POLLÍN, PUES PRINCIPALMENTE ME
2 CONSUMEN EN MÉXICO, PERO TAMBIÉN ME
3 CONSUMEN MUCHO EN ESTADOS UNIDOS Y
4 EUROPA.

5

6 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

7 CÉSAR QUE INTERESANTE Y DINOS ¿POR QUÉ ERES
8 PLANA Y CIRCULAR?

9

10 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2 EN 2P**

11

12 ERIKA MMM PUES NO LO SE, ASI ME CREARON.
13 Y ME CONSUMEN MUCHOS ANIMALES COMO
14 CERDOS, PERICOS, GALLINAS O...

15

16 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

17

18 ALEJANDRO ¿QUÉ OTROS ANIMALES TORTILLA?

19

20 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 2 EN 2P**

21

22 ERIKA OPOLLOS

23 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

24

25 ALEJANDRO MMM BUENO CON ESTO FINALIZAMOS LA
26 POLLOEMISIÓN DE HOY, COME
27 NUTRITIVOCONALIMENTODIVERTIDO AHORA
28 TENGO QUE COMER

29

30 TORTILLA NOOOOOOOOOOOOOO

31

32 **CÁPSULA 13 "TOMATE - JITOMATE" 4:40**

33 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**

1
2 CÉSAR HOLA BIENVENIDOS A RADIO CONEJO, SOY CON-
3 LECHUGA
4
5 DANIELA LECHUGA
6 CÉSAR POR FIN ME TOCO ABRIR UNA CÁPSULA, ES QUE
7 ESE POLLO SIGUE EN EL BAÑO
8
9 **OP. FX ESCUSADO**
10
11 ALEJANDRO HEY HEY HEY AQUÍ ESTOY AMIGOS POLLITOS.
12 TOMA CONEJO UNA ZANAHORIA PORQUE ME
13 CAES BIEN
14
15 CÉSAR ¿QUÉ LE HECHASTE?
16
17 ALEJANDRO NADA CONEJO, CÓMETELA Y ESCUCHA ESTE
18 CHISTE.
19
20 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON CORTINILLA**
21
22 ALEJANDRO ¿QUÉ LE DIJO UNA FRESA PECOSA A OTRA FRESA
23 PECOSA?
24
25 **OP. FX RELOJ**
26
27 ALEJANDRO TE GANO POR PUNTOS
28
29 **OP. FX RISAS SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**
30
31 ALEJANDRO MUY DIVERTIDO ¿NO CREEN AMIGOS POLLITOS?
32
33 CÉSAR BU QUE FEO CHISTE MEJOR ESCUCHEN ESTA
34 ADIVINANZA

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON CORTINILLA

FUI A LA PLAZA Y LAS COMPRE BELLAS, LLEGUE A
CASA Y LLORE CON ELLAS ¿SABEN QUÉ ES?

OP. FX RELOJ SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P

CÉSAR LA RESPUESTA SE LAS DIGO DESPUÉS.

ALEJANDRO HAY CONEJO DEJAS EN INCERTIBUMBRE A
NUESTROS AMIGOS POLLITOS PERO HA LLEGADO
EL MOMENTO DE CONTARLES LA FANTÁSTICA
HISTORIA DEL TOMATE COMENZAMOS:

OP. FADE OUT TRACK 2, SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P

ALEJANDRO ESTE ERA UN TOMATE QUE VIVÍA EN UN HUERTO,
VIVÍA CON MUCHOS DE SUS AMIGOS TOMATES. Y
JUNTO A SU HUERTO HABÍA OTRO HUERTO PERO
DE JITOMATES. TODOS LOS TOMATES Y
JITOMATES ERAN COSECHADOS DIARIAMENTE,
MIENTRAS CRECÍAN Y SE FORMABAN TODAS LAS
VERDURAS PLATICABAN ENTRE ELLAS. EL
TOMATE SE PERCATÓ QUE SE COSECHABAN MÁS
JITOMATES, QUE TOMATES ENTONCES LE
PREGUNTÓ A UN JITOMATE:

OP. FADE OUT TRACK 3

ALEJANDRO ¿POR QUÉ A USTEDES LOS COSECHAN EN MÁS
CANTIDADES QUE A NOSOTROS?

OP. FADE IN TRACK 3 EN 2P

1 ALEJANDRO A LO QUE EL JITOMATE LE CONTESTÓ:

2

3 **OP. FADE OUT TRACK 3**

4

5 ALEJANDRO AH PORQUE NOS PUEDEN PREPARAR CON MÁS
6 ALIMENTOS COMO CHILAQUILES, EN SOPA O EN
7 SALSA.

8

9 **OP. FADE IN TRACK 3 EN 2P**

10

11 ALEJANDRO EL TOMATE SE PUSO MUY TRISTE PENSADO QUE
12 A EL NO SE LO COMERÍAN POR QUE NO ERA
13 JITOMATE, ENTONCES, SE PINTÓ DE ROJO PARA
14 PARECER UN JITOMATE.

15 CUANDO LLEGARON A RECOGER LA COSECHA, EL
16 SEÑOR SE DIÓ CUENTA QUE ERA UN TOMATE Y LO
17 PASÓ A SU HUERTO, EL TOMATE SE SINTIÓ TRISTE
18 POR QUE PENSÓ QUE NO SE LO COMERÍAN. PERO
19 YA EN LA CANASTA DE LA COSECHA OTRO
20 TOMATE LO VIÓ TRISTE Y LE PREGUNTÓ:

21

22 **OP. FADE OUT TRACK 3**

23

24 ALEJANDRO ¿POR QUÉ ESTAS TRISTE? ¿NO QUIÉRES SER
25 COMIDO?

26

27 ALEJANDRO AL CONTRARIO QUIERO SER COMIDO, PERO POR
28 SER TOMATE NO ME VAN A COMER, SÓLO SE
29 COMEN LOS JITOMATES POR QUE LOS PREPARAN
30 EN CHILAQUILES, SOPA Y SALSAS.

31

32 **OP. ENTRA TRACK 3 EN 2P**

33

1 ALEJANDRO A LO QUE EL TOMATE LE RESPONDIÓ
2 ALEGREMENTE.

3

4 **OP. FADE OUT TRACK 3**

5

6 ALEJANDRO CLARO QUE TE VAN A COMER, A NOSOTROS
7 TAMBIÉN NOS PREPARAN ASÍ, SÓLO QUE EN
8 LUGAR DE ROJOS SOMOS VERDES Y SE PUEDEN
9 CREAR TAMBIÉN OTROS ALIMENTOS, DEBES DE
10 SENTIRTE FELIZ COMO ERES.

11

12 ALEJANDRO OH QUE BIEN, NO SABÍA, QUE BUENO QUE ME
13 DICES, ENTONCES SOY IGUAL DE NUTRITIVO
14 ¿VERDAD?

15

16 ALEJANDRO CLARO POR SE UNA VERDURA ERES MUY
17 NUTRITIVA.

18 **OP. ENTRA TRACK 3 EN 2P**

19

20 ALEJANDRO ENTONCES LOS TOMATES FUERON COCINADOS
21 EN CHILAQUILES Y FUERON MUY FELICES.

22

23 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

24

25 ALEJANDRO RECUERDEN QUE LO MÁS IMPORTANTE ES SER
26 USTEDES MISMOS, POR QUE TIENEN GRANDES
27 CUALIDADES, Y YO CREO QUE UNA DE ELLAS ES
28 ¡COCINAR!

29 NIÑOS SÍ

30

31 ALEJANDRO PONGAN MUCHA ATENCIÓN PARA PREPARAR
32 CUCARACHAS DE AMARANTO

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

ES MUY SENCILLO DE PREPARARLO, Y LO MEJOR ES QUE PUEDES HACERLO TU MISMO. LO ÚNICO QUE NECESITAN ES:

OP. FX BATERIA

- AMARANTO EN GRANO

OP. RÁFAGA

- MIEL

OP. RÁFAGA

- UN RECIPIENTE

OP. RÁFAGA

- Y PEPITAS

OP. RÁFAGA

ALEJANDRO

AHORA, PON MUCHA ATENCIÓN:

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON FADE IN TRACK 4 EN 2P

LÁVATE MUY BIEN LAS MANOS ANTES DE COMENZAR A PREPARAR ESTE PLATILLO. COLOCA UN POCO DE MIEL EN TUS MANOS Y TOMA UN PUÑITO DE AMARANTO. MOLDEALO HASTA QUE SE VAYA ENDURECIENDO Y HAZLO EN FORMA DE UN PEQUEÑO HUEVO. PARA QUE HAGAS LAS ANTENAS DE TU CUCARACHA COLOCA DOS PEPITAS EN UNA PUNTA DEL AMARANTO Y

1 PARA HACER SUS PATITAS USA DE IGUAL MANERA
2 LAS PEPITAS, ES TU CUCARACHA ASÍ QUE
3 PUEDES HACERLE EL NÚMERO DE PATITAS QUE
4 TÚ QUIERAS. AHORA GUARDA TU CUCARACHA EN
5 EL REFRIGERADOR Y ESPERA A QUE SE HAGA
6 TIESA.

7

8 **OP FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 2P**

9

10 AHORA DEBES DE COMERTE TUS CUCARACHAS
11 DE AMARANTO ANTES DE QUE SE VAYAN
12 VOLANDO.

13 QUE TAL CON-LECHUGA, ¿VAS A INTENTAR HACER
14 TU CUCARACHA?

15

16 CÉSAR NO, VOY A INTENTAR HACE 20 JIJIJI

17

18 ALEJANDRO A BUENO, ME PARECE PERFECTO, PARA QUE LES
19 INVITES A TODOS TUS CONOCIDOS

20

21 CÉSAR NO, TODAS SON PARA MÍ

22

23 **OP TRACK 1 PASA A PP SE MANTIENE 18" SE LIGA CON ID**

24

25 ¿SABES LA RESPUESTA A LA ADIVINANZA DEL
26 PRINCIPIO?

27 SE LAS VUELVO A REPETIR:

28

29 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON CORTINILLA**

30

31 CÉSAR FUI A LA PLAZA Y LAS COMPRE BELLAS, LLEGUE A
32 CASA Y LLORE CON ELLAS ¿QUÉ ES?

33 **OP. FX RELOJ**

34

1 CÉSAR LA CEBOLLA

2

3 **OP. FX RISA DE NIÑA SE LIGA CON TRACK EN 2P**

4

5 ALEJANDRO ESPERO QUE SE HAYAN DIVERTIDO AMIGOS
6 POLLITOS, YO SOY POLLÍN P. CHUGA

7

8 DANIELA P. CHUGA

9

10 ALEJANDRO Y ESTO HA SIDO TODO POR HOY.

11

12 CÉSAR NO NO NO TODAVÍA NO, AUN SOBRA TIEMPO PARA
13 OTRO CHISTE

14

15 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON CORTINILLA**

16

17 ¡PAPÁ, PAPÁ, VINIERON A PREGUNTAR SI AQUÍ
18 VENDÍAN UN BURRO!

19 ¿Y QUÉ LES DIJISTE, HIJO?

20 QUE NO ESTABAS.

21

22 **OP. FX RISA DE NIÑA CON FANFARRIA**

23

24 ALEJANDRO NO OLVIDEN "COME NUTRITIVO...

25

26 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO".

27

28 **CÁPSULA 14 "GRASOSO ACEITOSO" 4:40**

29 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

30

31 ALEJANDRO 5...4...3...2...1

32

33 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**

1
2 ALEJANDRO HOLA YO SOY POLLÍN P. CHUGA
3
4 DANIELA P. CHUGA
5
6 ALEJANDRO BIENVENIDOS A RADIO POLLITO AMIGOS
7 POLLITOS, NO SE DESPEGUEN DEL RADIO VAMOS
8 A COMENZAR.
9
10 CÉSAR HEY NO TE OLVIDES DE MI, HOLA HOLA A TODOS
11 YO SOY CON-LECHUGA
12
13 DANIELA LECHUGA
14
15 CÉSAR BIENVENIDOS A RADIO CONEJO.
16
17 ALEJANDRO JEJE GRACIAS POR LA PRESENTACIÓN CON-
18 LECHUGA. AMIGOS POLLITOS EN LUGAR DE FREÍR
19 SUS SINCRONIZADAS CON ACEITE, CAMBIA EL
20 MENÚ POR...
21
22 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON CORTINILLA**
23
24 ALEJANDRO AGREGA MANTEQUILLA EN LUGAR DE ACEITE, YA
25 QUE NO CONTIENE TANTA GRASA Y ES MÁS
26 SALUDABLE PARA TÍ.
27
28 **OP. FADE IN TRACK 2 EN 2P**
29
30 ALEJANDRO MUY BUENO EL CONSEJO NO CREEN AMIGOS
31 POLLITOS, VAMOS A UNA DE LAS SECCIONES MÁS
32 DIVERTIDAS DE ESTA POLLOEMISIÓN. BUENO
33 TODA LA POLLOEMISIÓN ES DIVERTIDA, PERO

1 **OP. RÁFAGA**

2

3

-NIEVE DE TU SABOR FAVORITO

4

5 **OP. RÁFAGA SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

6

7

Y PARA QUE NO QUEDES COMO LA ABUELA

8

ZOMBI, Y EN LO QUE APUNTAS LOS INGREDIENTES

9

RECUERDA NO COMER TANTA GRASA, O SINO

10

CHECA LO QUE TE PUEDE PASAR.

11

12 **OP. ID SE LIGA CON TRACK 3 A PP SE MANTIENE 10" Y PASA A 2P**

13

14 ALEJANDRO

LAS CANCIONES DE YUCATÁN A GO GO SON MUY

15

DIVERTIDAS TAN DIVERTIDAS QUE CASI ME

16

DESPLUMO DE TANTO BAILAR.

17

18 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

19

20 ALEJANDRO

PUES VAMOS A COMENZAR CON LA DIVERSÍSIMA

21

PREPARACIÓN DE ESTE PLATILLO LLAMADO "ISLA

22

DE NIEVE" ES MUY SENCILLO LO ÚNICO QUE

23

TIENES QUE HACER ES:

24

25 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON RÁFAGA SE LIGA CON FADE IN**

26

TRACK 5 EN 2P

27

28 ALEJANDRO

VACIAR EL AGUA DE SABOR EN UN VASO, CON

29

MUCHO CUIDADO AGREGA UNA O SI PREFIERES

30

DOS BOLAS DE NIEVE. Y PARA ADORNARLO

31

COLOCA EL PALILLO DE DIENTES INSERTÁNDOLE

32

UN TRIANGULITO DE PAPEL PARA FORMAR UNA

33

BANDERITA Y COLOCALO EN UNA BOLA DE NIEVE.

1 Y FELICIDADES YA TIENES UNA FANTÁSTICA "ISLA
2 DE NIEVE".

3 **OP. FX FANFARRIA SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

4
5 CÉSAR JAJAJA QUE CHISTOSO TE ESCUCHASTE POLLÍN, Y
6 NI SIQUIERA SE TE ENTENDIO TU RECETA, LOS
7 POBRES AMIGOS CONEJOS NI VAN A SABER COMO
8 PREPARARLA. Y DIME CÓMO LE HACES PARA
9 HABLAR ASÍ

10

11 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

12

13 ALEJANDRO PUES SÓLO TIENES QUE IR AUMENTANDO LA
14 VELOCIDAD DE TUS PALABRAS HASTA QUE
15 LLEGUE EL MOMENTO QUE NADIE TE ENTIENDA
16 JAJAJA

17

18 CÉSAR JAJAJA HOLA AMIGOS CONEJOS USTEDES ESTAN
19 ESCUCHANDO RADIO CONEJO LAS MEJORES
20 CÁPSULAS QUE SE TRANSMITEN EN EL RADIO.

21

22 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

23

24 ALEJANDRO JAJA YA VISTE, TE ESCUCHASTE BIEN CHISTOSÍN
25 CONEJIN.

26

27 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**

28

29 ALEJANDRO Y PARA FINALIZAR ESTA DIVERTIDÍSIMA
30 POLLOEMISIÓN NOS ACOMPAÑA EL DOCTOR
31 FILETE

32 ALEJANDRO Y EN ESTA OCASIÓN VAMOS A HABLAR DE LAS
33 GRASAS Y LOS ACEITES.

34

1 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

2 EDUARDO HOLA POLLÍN P. CHUGA, GRACIAS POR INVITARME
3 NUEVAMENTE A RADIO POLLITO...CREO QUE AÚN
4 NO ME ACOSTUMBRO A HABLAR CON UN POLLO
5 AMARILLO.

6

7 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

8

9 ALEJANDRO QUE MAL, POR QUÉ PIENSAN QUE UN POLLO NO
10 PUEDE TENER UNAS CÁPSULAS DE RADIO, O
11 ESTAR EN UNA CABINA, YO ASISTÍ A LA
12 UNIVERSIDAD DE POLLO RADIO Y ME GRADUÉ
13 CON HONORES.

14

15 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

16

17 EDUARDO OYE OYE, TRANQUILO POLLO NO TE ESPONJES,
18 ESTA BIEN YA TE CREO, YA NO TE DESPLUMES,
19 MEJOR HABLEMOS DEL TEMA DE HOY.

20

21 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

22

23 ALEJANDRO ESTA BIEN, YA ESTOY BIEN, GRACIAS.
24 BUENO COMENCEMOS CON LA ENTREVISTA,
25 DOCTOR FILETE ¿ES BUENO QUE NUESTROS
26 AMIGOS POLLITOS CONSUMAN ACEITES EN SU
27 ALIMENTACIÓN?

28

29 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

30

31 EDUARDO HOLA AMIGOS POLLITOS, SÍ ES BUENO QUE LAS
32 CONSUMAN PERO NO EN EXCESO.

33

34 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32

ALEJANDRO ¿EN QUÉ TIPO DE ALIMENTOS SON BUENAS LAS GRASAS?

OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P

EDUARDO MIRA, LAS GRASAS EN ACEITE, ES BUENO QUE LAS CONSUMAN CUANDO VAN A COMER UN BISTEC, UNA PECHUGA O QUESADILLAS, SIEMPRE Y CUANDO NO USEN MÁS DE UNA CUCHARADA DE ACEITE.

OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P

ALEJANDRO ¿P. CHUGA? Y ¿EN QUÉ ALIMENTOS NO RECOMIENDA EL CONSUMO DE GRASAS?

OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P

EDUARDO LO SIENTO POLLÍN PERO ES LO QUE CONSUMIMOS. DEBEN DE EVITAR EL CONSUMO DE GRASAS EN PRODUCTOS COMO COMIDA RÁPIDA, ES DECIR, HAMBURGUESAS, PAPAS FRITAS, LUGARES DONDE LA MAYORÍA DE LAS VECES EL ACEITE ES RECICLADO.

OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P

CÉSAR JAJAJA COMEN PECHUGA POBRE DE TÍ.

OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P

1 EDUARDO MMM PUES TAMBIÉN COMEMOS CONEJO JAJAJA
2 BUENO YO NO PERO TODOS LOS AMIGOS QUE
3 NOS ESCUCHAN SÍ.
4

5 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

6
7 CÉSAR MIREN LA HORA, TENGO QUE IRME, ADIÓS.
8

9 ALEJANDRO JAJAJA CONEJO TAN MIEDOSO Y DINOS DOCTOR
10 FILETE ¿CUÁLES CREES QUÉ SON UNOS
11 SUPLEMENTOS DEL ACEITE?
12

13 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

14
15 EDUARDO YO LES RECOMIENDO QUE EN LUGAR DE FREÍR
16 LOS ALIMENTOS PUEDEN COCERLOS AL VAPOR,
17 CON MARGARINA, MANTEQUILLA O ACEITE, PERO
18 VEGETAL.
19

20 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

21
22 ALEJANDRO Y ¿CREES QUÉ ES BUENO EL CONSUMO DE LA
23 MANTECA EN LOS NIÑOS, COMO SUPLEMENTO
24 DEL ACEITE?
25

26 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

27
28 EDUARDO NO, NO, NO, NO, NO PORQUE CONTIENE MÁS
29 GRASAS, AUN MÁS QUE EL ACEITE.
30

31 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

32 ALEJANDRO PUES YA ESCUCHARON AMIGOS POLLITOS, SU
33 CONSUMO DEBE DE SER MÍNIMO.

1 MUCHAS GRACIAS POR ACOMPAÑARNOS DOCTOR
2 FILETE.

3

4 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON FADE IN TRACK 6 EN 2P**

5

6 EDUARDO AL CONTRARIO, GRACIAS POR INVITARME, Y
7 HASTA LA PRÓXIMA.

8

9 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON FADE IN TRACK 3 EN 2P**

10

11

12 ALEJANDRO Y ESTO HA SIDO TODO POR HOY AMIGOS
13 POLLITOS, ESPERO SE HAYAN DIVERTIDO
14 MUCHÍSIMO EN ESTA POLLOEMISIÓN QUE FUE
15 HECHA ESPECIALMENTE PARA QUE CONOZCAN
16 FORMAS MAS SANAS DE ALIMENTARSE. "COME
17 NUTRITIVO...

18

19 NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO".

20

21 **CÁPSULA 15 "NO TE ENOJES CHILE" 4:40**

22 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON TRACK 1 EN PP SE MANTIENE 3" Y**

23 **PASA A 2P**

24

25 ALEJANDRO HOLA BIENVENIDOS A RADIO POLLITO, YO SOY
26 POLLÍN P. CHUGA

27

28 DANIELA P. CHUGA.

29

30 ALEJANDRO ¿A USTEDES LES GUSTA COMER CHILE AMIGOS
31 POLLITOS? ¿LES GUSTA EL PICANTE? ¿O LES
32 ARDE EL ESTÓMAGO AL COMERLO? VAMOS A

1 CONOCER COMO LES GUSTA A LOS AMIGOS
2 POLLITOS COMERLO.

3

4 **OP. TRACK 1 PASA A 3P**

5

6 DANIELITA A MÍ ME GUSTA COMER CHILES RELLENOS.

7

8 ALEJANDRITO A MÍ ME GUSTAN LOS CHILES EN NOGADA Y MÁS
9 SI ME LOS PREPARA MI MAMÁ.

10 EMILIO A MÍ NO ME GUSTA

11

12 **OP. TRACK 1 PASA A 2P**

13

14 ALEJANDRO BUENO, TE VOY A CONTAR ALGUNAS COSAS QUE
15 POSIBLEMENTE NO CONOCÍAS, ESTAS LISTO PUES
16 COMENZAMOS

17

18 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P**

19

20 ALEJANDRO AMIGO POLLITO ¿TÚ SABIAS QUÉ A LOS NIÑOS DE
21 ANTES SE LES CASTIGABA OLIENDO EL CHILE
22 QUEMADO?

23

24 **OP. CORTINILLA EN 2P**

25

26 ALEJANDRO SE CREE QUE EL CHILE AYUDA A QUE EL CABELLO
27 CREZCA, ¿FUNCIONARÁ CON LAS PLUMAS?

28

29 **OP. CORTINILLA EN 2P**

30

31 ALEJANDRO HAY QUIENES AFIRMAN QUE EL CHILE CURA LA
32 GRIPA Y EL CATARRO, PERO ¿TU CREES QUE SI
33 AMIGO POLLITO?

34

1 **OP. CORTINILLA EN 2P**

2

3 ALEJANDRO EL CHILE COMENZÓ A UTILIZARSE EN LA
4 GASTRONOMÍA PARA DISIMULAR EL MAL OLOR DE
5 LOS ALIMENTOS.

6

7 **OP. CORTINILLA EN 2P**

8

9 ALEJANDRO HAY CHILES DE TODOS TAMAÑOS Y COLORES,
10 ADEMÁS CON NOMBRES MUY RAROS.

11

12 **OP. FADE IN TRACK 2 EN 2P**

13

14 ALEJANDRO ¿QUÉ TE PARECIÓ AMIGO POLLITO? ¿TÚ YA
15 SABÍAS ESTO?, ESPERO QUE HAYAS APRENDIDO
16 MÁS DE ESTE ALIMENTO QUE PARA LA
17 INFORMACIÓN DE TODOS ES ORIGINARIO DE
18 MÉXICO.

19 UY PERO COMER CHILE HACE QUE ME DUELA MI
20 PANZA DE POLLO, MEJOR VAMOS A REALIZAR LA
21 PREPARACIÓN DE NUESTRO FANTÁSTICO
22 PLATILLO DEL DÍA QUE ES:

23

24 **OP. FX BATERIA SE LIGA CON FADE OUT TRACK 2**

25

26 ALEJANDRO "SANDIA DE MENTIRAS"

27 **OP. FADE IN TRACK 1 EN 2P**

28

29 ALEJANDRO LOS INGREDIENTES QUE NECESITAS SON:
30 -NIEVE DE FRESA

31

32 **OP. RÁFAGA**

33

34 -CHISPAS DE CHOCOLATE

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

OP. RÁFAGA

- Y LA CASCARA DE UNA SANDIA POR LA MITAD.

OP. RÁFAGA

Y LOS UTENSILIOS QUE NECESITAS SON:
-UNA CUCHARA Y YA

OP. RÁFAGA SE LIGA CON FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN

2P

LO ÚNICO QUE NECESITAS HACER

OP. FX BATERIA

VACÍA TU NIEVE DE FRESA EN LA CASCARA DE SANDIA HASTA QUE QUEDE TOTALMENTE CUBIERTA, CUANDO HAYAS TERMINADO DE LLENARLA, COLOCALE LAS CHISPAS DE CHOCOLATE A TU GUSTO.

TE QUEDÓ UNA "GRAN SANDIA DE MENTIRITAS" PERFECTA PARA COMPARTIR CON TU FAMILIA Y AMIGOS. RECUERDA QUE DEBES DE COMERTE LA CANTIDAD NECESARIA PARA TI, ES DECIR SIN OBLIGARTE A COMER MAS DE LO QUE TU CUERPO ACEPTA.

CÉSAR

OYE ¿POR QUÉ QUIERES ENGAÑAR A LOS AMIGOS CONEJOS HACIÉNDOLES CREER QUE ES SANDIA SI ES NIEVE?

OP FX DE REVERSA Y CUA CUA CUA SE LIGA CON FADE OUT TRACK 3

1 ALEJANDRO TRANQUILO CONE, SÓLO ES PARA QUE SE
2 DIVIÉRTAN UN RATO.

3

4 **OP ID SE LIGA CON FADE IN TRACK 1 EN 1P SE MANTIENE 15" PASA A 2P**

5 **SE LIGA CON ID**

6

7 Y AHORA Y AHORA Y AHORA HA LLEGADO EL
8 MOMENTO QUE ESTABAS ESPERANDO.

9 PORQUE NOS ACOMPAÑA EN CABINA EL CHILE.

10 BIENVENIDO CHILE A RADIO POLLITO YO SOY
11 POLLÍN P. CHUGA

12

13 DANIELA P. CHUGA

14

15 ALEJANDRO Y NOS DA GUSTO QUE NOS ACOMPAÑES EL DÍA
16 DE HOY.

17 HOLA, YA VIMOS QUE ERES MUY ENOJÓN EH.

18

19 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

20

21 GERARDO SÍ, ¿POR QUÉ? ¿ME QUIERES HACER ENOJAR
22 MÁS?

23 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

24

25 ALEJANDRO NO NO NO NO SÓLO QUIERO QUE NOS CUENTES
26 UN POCO SOBRE TÍ, UN POCO SOBRE TUS
27 ORÍGENES, BUENO SI SE PUEDE.

28

29 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

30

31 GERARDO PUES BUENO, YO ME ORIGINÉ EN MÉXICO, UN
32 FRUTO DE DIVERSAS ESPECIES, ENTRE ELLAS
33 LAS MÁS POPULARES EL CAPSICUM.

34

1 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

2

3 ALEJANDRO OH Y ¿POR QUÉ ERES TAN PICOSO?

4

5 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

6

7 GERARDO ¿ESTÁS DICIENDO QUE SOY ENOJÓN?

8

9 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

10

11 ALEJANDRO NO NO NO NO YO ME REFERÍA ¿POR QUÉ SE DEBE
12 EL SABOR TAN PICOSO AL COMERTE?

13

14 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

15

16 GERARDO AH EL SABOR PICOSO AL COMERME SE DEBE A
17 QUE LA MAYORÍA DE LOS CHILES CONTENEMOS
18 UNA SUSTANCIA QUE SE LLAMA CAPSAICINA, Y
19 CUANDO ESTA SUSTANCIA HACE CONTACTO CON
20 LOS RECEPTORES DEL DOLOR EN LA BOCA,
21 PROVOCAN ESA SENSACIÓN DE ARDOR.

22

23 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

24

25 ALEJANDRO Y DIME CHILE ¿CÓMO TE COCINAN
26 PRINCIPALMENTE?

27

28 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

29

30 GERARDO PRINCIPALMENTE SOY COCINADO EN SALSAS, YA
31 SEA ROJA O VERDE, PERO TAMBIÉN EXISTEN
32 PLATILLOS MUY FAMOSOS QUE ME CONTIENEN
33 COMO LOS CHILES EN NOGADA, CHILES
34 RELLENOS, CHILAQUILES Y MUCHOS MÁS.

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

ALEJANDRO Y YA PARA TERMINAR ¿PUEDES DECIRNOS LAS
VARIEDADES DE CHILES QUE HAY?

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P

GERARDO MMM ESTA BIEN ESTA BIEN, PUES HAY MUCHOS,
VAN DESDE EL CHILE HABANERO, CHIPOTLE,
GUAJILLO, SERRANO, MANZANO, PIQUÍN,
JALAPEÑO, POBLANO, TABASCO, EN FIN SOMOS
MUCHOS.

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

ALEJANDRO OH ME DOY CUENTA, MUCHAS GRACIAS POR
ACOMPAÑARNOS CHILE.

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P

GERARDO SI DE NADA.

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

ALEJANDRO ¿ALGO QUÉ LES QUIERAS DECIR A NUESTROS
AMIGOS POLLITOS?

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P

GERARDO PUES QUE SI QUIEREN TENER GASTRITIS,
HERNIAS Y DOLOR DE ESTÓMAGO YA SABEN,
CONSÚMANME EN EXCESO.

1 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

2

3 CÉSAR JAJAJA HOLA CHILE BIENVENIDO A RADIO
4 CONEJO.

5

6 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

7

8 GERARDO Y ¿TÚ QUIÉN ERES?

9

10 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

11

12 CÉSAR SOY EL CONDUCTOR DE RADIO CONEJO Y MI
13 NOMBRE ES CON-LECHUGA.

14

15 DANIELA LECHUGA

16

17 ALEJANDRO JAJAJA YO SOY EL CONDUCTOR Y ES RADIO
18 POLLITO.

19

20 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

21

22 GERARDO MMM ESTA BIEN YA NO CASTREN YA ME VOY.

23

24 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

25

26 ALEJANDRO MMM GRACIAS CHILE POR ACOMPAÑARNOS.
27 ¿CONOCES A ACHU?

28

29 CÉSAR ¿A CHU?

30

31 **OP FX RISAS**

32

33 ALEJANDRO SALUD. NO EN SERIO LO MATARON

34

1 CÉSAR ¿A CHU?

2

3 ALEJANDRO SALUD

4

5 **OP. FX RISAS**

6

7 ALEJANDRO ESTO HA SIDO TODO POR HOY, ESPERO QUE SE
8 HAYAN DIVERTIDO SOY POLLÍN P. CHUGA.

9

10 DANIELA P. CHUGA.

11

12 CÉSAR Y YO CON-LECHUGA.

13 DANIELA LECHUGA.

14

15 ALEJANDRO Y "COME NUTRITIVO

16

17 NIÑOS CON ALIMENTO DIVERTIDO".

18

CÁPSULA 16 "POLLO CON CONEJO"

4:40

OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

21

22 ALEJANDRO HEY CON LECHUGA ¿TE GUSTA EL FÚTBOL?

23

24 CÉSAR SÍ, Y ¿A TÍ?

25

26 ALEJANDRO TAMBIÉN

27

28 CÉSAR PUES TE RETO A VER QUIÉN HACE MÁS
29 DOMINADAS

30

31 ALEJANDRO EN SERIO, VA LUEGO VEMOS QUIÉN HACE MÁS

32

33 CÉSAR NO NO DE UNA VEZ, NO SEAS MIEDOSO

1
2 ALEJANDRO PUES VA. HAY VOY. UNA, DOS, TRES, CUATRO,
3 CINCO, SEIS, SIETE.
4
5 CÉSAR BUUU TE VOY A GANAR. UNA, DOS,
6
7 ALEJANDRO QUE PASO LECHUGA
8
9 CÉSAR OTRA OPORTUNIDAD. UNA, DOS, TRES
10
11 ALEJANDRO NO PUES NO EH, CREO TE GANÉ. NI SUMANDO LAS
12 DOS.
13
14 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**
15
16 MEJOR ESCUCHEN ESTE CHISTE:
17 ¿CÓMO SE LLAMA EL PEOR JUGADOR DE LA
18 SELECCIÓN JAPONESA?
19 **OP. FX RELOJ 2”**
20
21 NIKITO NITOKO
22
23 **OP. FX RISA DE NIÑA 2” SE LIGA CON FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON**
24 **TRACK 1 EN 2P**
25
26 ALEJANDRO Y EL SIGUIENTE CUENTO SE LLAMA “TODOS
27 NACIMOS PARA COMER”.
28
29 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**
30
31 ALEJANDRO EN UNA TIENDA DEPORTIVA, ESTABAN MUCHOS
32 BALONES NUEVOS Y CON MUCHAS GANAS DE
33 SALIR A JUGAR CON LAS PERSONAS.

1 EL BALÓN ROJO SIEMPRE ESTABA EMOCIONADO
2 PARA QUE LO COMPRARAN PERO ESPERÓ Y
3 ESPERÓ Y PASÓ EL LUNES, MARTES, MIÉRCOLES,
4 JUEVES, VIERNES, SÁBADO, DOMINGO Y OTRA
5 VEZ EL LUNES Y NADIE LO COMPRABA.
6 DE TANTO ESPERAR, SE FUE DESPINTANDO Y
7 DESINFLANDO Y YA NO LE DABAN GANAS DE
8 COMER.
9 EL DUEÑO DEL LOCAL LO TUVO QUE SACAR
10 PORQUE NADIE LO QUERÍA.
11 TÚ YA NO SIRVES PARA NADA -COMENTÓ EL
12 DUEÑO.
13 EL BALÓN TRISTE RODÓ Y RODÓ HASTA TOPARSE
14 CON UNAS PELOTAS FELICES SONRIENTES Y
15 SIEMPRE AMISTOSAS. Y UNA DE ELLAS LE DIJO:
16 NO ESTÉS TRISTE, COME COME COME Y VERÁS
17 QUE JUGARAN CONTIGO.
18
19 CÉSAR YO INVENTO SU FINAL
20
21 ALEJANDRO VAS CON LECHUGA. TODO TUYO
22
23 CÉSAR EL BALÓN COMIÓ, SE INFLÓ Y SE VOLVIÓ A PONER
24 DE COLOR ROJO Y UNOS NIÑOS LO VIERON Y SE
25 ASOMBRARON TANTO DE SU ASPECTO QUE EN
26 VEZ DE JUGAR CON ÉL LO PUSIERON EN SU CASA
27 COMO UN TROFEO.
28 EL BALÓN ROJO RESIGNADO SONRIÓ Y SE DIJO
29 ASÍ MISMO: "NO TODOS NACIMOS PARA JUGAR
30 PERO SÍ PARA COMER".
31
32 ALEJANDRO JAJAJA QUE CHISTOSO CON-LECHUGA
33 BUENO AMIGOS POLLITOS, ESPERO QUE A TODOS
34 USTEDES LES GUSTE MUCHO COMER Y NUNCA SE

1 DEN POR VENCIDOS EN LO QUE MÁS LES GUSTE
2 HACER.

3

4 **OP. FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P**

5

6 CÉSAR AHORA YO CUENTO OTRO CHISTE
7 ERA TAN, PERO TAN MAL JUGADOR, QUE HIZO UN
8 GOL, PERO CUANDO PASARON LA REPETICIÓN...
9 ¡LO FALLO!

10

11 **OP. FX DE NIÑA RIENDOSE**

12

13 CÉSAR MEJOR LES VOY A DECIR UNA FÁBULA A LOS
14 AMIGOS CONEJOS PORQUE TU CUENTO NO
15 ESTUVO CHIDO.

16

17 **OP FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

18

19 ESTABA UN OSO POLAR DE VACACIONES EN LA
20 PLAYA Y CUANDO SE IBA A REGRESAR A SU CASA
21 SE ENCONTRÓ CON UNA TORTUGA A LA CUAL
22 INVITO A SU CASA PERO LA TORTUGA LE DIJO
23 QUE NO PORQUE SE IBA A MORIR DE FRÍO. EL
24 OSO LA CONVENCÍO E IBAN LOS DOS MUY A
25 GUSTO AL POLO NORTE Y POCO A POCO LA
26 TORTUGA SE IBA ENFRIANDO Y EL OSO SE IBA
27 RIENDO DE ELLA

28

29 **OP. FX DE REVERSA Y FADE OUT TRACK 4**

30

31 ALEJANDRO HEY HEY CON LECHUGA, AHORA DEJA QUE UN
32 AMIGO POLLITO TERMINE TU FÁBULA

33

34 CÉSAR MMM ESTA BIEN

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33

LEONARDO YO LA TERMINO.

OP, FADE IN TRACK 4 EN 2P

IBAN CAMINANDO LOS DOS Y EN ESO LLEGARON UNOS LOBOS A COMERSE AL OSO Y LA TORTUGA SE ESCONDIÓ EN SU CAPARAZÓN Y SÓLO VIÓ COMO SE COMÍAN AL OSO. CUANDO LOS LOBOS SE FUERON, LA TORTUGA SALIÓ Y VIÓ LA PIEL DEL OSO Y SE TAPÓ CON ELLA Y ASÍ PUDO REGRESAR FELIZ A SU CASA.

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

ALEJANDRO JAJAJA QUE BIEN AMIGO POLLITO Y LA MORALEJA PUEDE SER QUE NO DEBES DE APROVECHARTE DE LAS DEBILIDADES DE LOS DEMÁS.

CÉSAR PUES ASÍ NO IBA PERO BUENO, GRACIAS AMIGO CONEJO.

LEONARDO GRACIAS. Y YA NO SE PELEEN TANTO

ALEJANDRO YA VES CON LECHUGA. YA NO SEAS TAN PELEONERO

CÉSAR YO NO SOY PELEONERO, YO SÓLO QUIERO MI PROPIO PROGRAMA DE RADIO Y LO LLAMARÍA ASÍ: RADIO CONEJO. Y EN MI PROGRAMA HABRÍA CHISTES PERO MUY CHISTOSOS EH. TAMBIÉN PONDRÍA MÁS CANCIONES Y MUCHAS ENTREVISTAS A ANIMALES, PLANTAS Y SERES

1 HUMANOS PARA QUE LOS AMIGOS CONEJOS SE
2 RÍAN MUCHO.
3
4 ALEJANDRO PERFECTO LECHUGA. PERO TÚ ESTAS EN LA
5 ESTACIÓN DE RADIO POLLITO, LAS MEJORES
6 CÁPSULAS DE RADIO ASÍ QUE MUCHA SUERTE.
7 CÉSAR ERA UNA BROMA POLLO. NO TE CREAS. TÚ NO
8 AGUANTAS NADA.
9
10 **OP. TRACK 1 SUBE A PP SE MANTIENE 11" SE LIGA CON ID Y PASA A 2P**
11
12 CÉSAR A VER POLLO CALLA, VAMOS A ESCUCHAR A
13 NUESTRO AMIGO CONEJO.
14
15 IRMITA PARA QUE NO ESTÉN PELEANDO YO QUISIERA
16 COMPARTIRLES UN PLATILLO LLAMADO ARROZ
17 CALDOSO DE POLLO CON CONEJO
18
19 ALEJANDRO CÉSAR AH
20
21 **OP FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 6 EN 2P**
22
23 IRMITA PORQUE ES FÁCIL, SE PONE EL POLLO Y EL
24 CONEJO EN LA CAZUELA, SE DORAN, SE PONE
25 CEBOLLA, PIMIENTO VERDE Y TOMATE. SE MOJAN
26 EN VINO TINTO, SE AÑADE EL ARROZ, LUEGO SE
27 CUBRE CON EL CALDO DE POLLO Y SE SAZONA
28 COMO UNOS 15 MINUTOS Y LISTOOOOO ASÍ
29 DEJAN DE ESTARSE PELEANDO.
30 ¿LES GUSTO MÍ IDEA?
31
32 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**
33

1 ALEJANDRO AMIGO POLLITO HOLA, GRACIAS POR DECIRNOS
2 TU RECETA
3
4 IRMA SÓLO QUIERO QUE DEJEN DE PELEAR
5
6 CÉSAR ESTA BIEN CONEJIN, LO VAMOS A INTENTAR
7
8 ALEJANDRO ASÍ ES AMIGO POLLITO, NO TE PREOCUPES, Y
9 ESPERAMOS QUE ESTAS CÁPSULAS TE GUSTEN
10 MUCHO
11
12 IRMA CLARO QUE SÍ. ADIÓS
13 ALEJANDRO Y ESTO HA SIDO TODO POR HOY AMIGOS
14 POLLITOS. ESPERO QUE SE HAYAN DIVERTIDO
15 MUCHÍSIMO EN ESTA POLLOEMISIÓN. "COME
16 NUTRITIVO
17
18 NIÑOS CON ALIMENTO DIVERTIDO".
19

CÁPSULA 17 "COMIDA DE MENTIRITAS"

4:40

OP. ENTRA RÚBRICA

23 ALEJANDRO TARARARARARARARA RARARARA RAN RAN
24 TARARARARARARARA RARARARA RAN RAN
25 BIENVENIDOS A RADIO POLLITO PUES COMO SE
26 DARÁN CUENTA AÚN NO LLEGA EL SUJETO
27 ENCARGADO DE LOS EFECTOS ESPECIALES DE
28 SONIDO ASÍ QUE MIENTRAS LOS IMPROVISARÉ YO
29 CHASHHHHPOM
30 Y PARA COMENZAR ESTA FANTÁSTICA
31 POLLOEMISIÓN TE VOY A DECIR COMO PUEDES

1 CAMBIAR EL MENÚ PARA HACERLO MÁS
2 NUTRITIVO

3

4 **OP. FX SHIUURURUMPUM SHIUURURUMPUM SHIUURURUMPUM**

5

6 EN LUGAR DE COMPRAR TUS ALIMENTOS EN EL
7 SUPERMERCADO TE RECOMIENDO QUE CAMBIES,
8 Y MEJOR COMPRA LA MAYORÍA DE TUS
9 ALIMENTOS EN MERCADOS SOBRE RUEDAS, YA
10 QUE SUS ALIMENTOS SON MÁS FRESCOS Y NO
11 VIENEN CONGELADOS.

12 ¿QUE TAL EH?

13

14 **OP. FADE IN TRACK 1 EN 2P**

15

16 CÉSAR JAJAJA HAY POLLO NO PAGASTE LA LUZ, PERO
17 POR SUERTE ME TIENES A MÍ. AMIGOS CONEJOS
18 LES VOY A DECIR LOS 6 PLATILLOS MÁS FAMOSOS
19 DE MÉXICO ¿ESTÁN LISTOS?

20

21 NIÑOS ¡SÍ!

22

23 CÉSAR EL PLATILLO MÁS FAMOSO DE MÉXICO ES:

24

25 **OP. CORTINILLA**

26

27 EL MOLE Y ES ORIGINARIO DE PUEBLA Y DE
28 OAXACA.

29 EN SEGUNDO LUGAR SE ENCUENTRA

30

31 **OP. CORTINILLA**

32

33 LA COCHINITA PIBIL, ¿LA HAN PROBADO AMIGOS
34 CONEJOS?

1

2 **OP. CORTINILLA**

3

4

LA BARBACOA OCUPA EL TERCER LUGAR
ORIGINARIA DE HIDALGO.

5

6

7 **OP. CORTINILLA**

8

9

LOS CHILES EN NOGADA ES UN PLATILLO TÍPICO
DE PUEBLA.

10

11

12 **OP. FADE OUT TRACK 1**

13

14 ALEJANDRO

YO LES DIGO EL SIGUIENTE, LOS CUALES SON LOS
DELICIOSOS TAMALES, QUE RICO DE DULCE Y
VERDES.

15

16

17

18

EL SEXTO LUGAR LO OCUPA EL DELICIOSO
POZOLE, LO PUEDEN PREPARAR ROJO, VERDE Y
BLANCO.

19

20

21

22 **OP. FX PERSONAS ABUCHEANDO SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

23

24 CÉSAR

YA YA POLLO DEJA TERMINÓ YO, Y EL ÚLTIMO
LUGAR ES PARA LAS CARNITAS LAS CUALES NO
COMO YO POR SER CONEJO PERO DE SEGURO
TODOS LOS AMIGOS CONEJOS SÍ.

25

26

27

28

29 ALEJANDRO

MUCHAS GRACIAS CONE, OH, UN MOMENTO,
LLEGO ALGUIEN.

30

31

32 **OP. ID SE LIGA CON TRACK 2 EN PP SE MANTIENE 9" Y PASA A 2P**

33

34 ALEJANDRO

YA ESTA EL ENCARGADO DEL SONIDO.

1 Y PARA QUE TE SIGAS DIVIRTIENDO A LADO DE TU
2 GRAN AMIGO POLLÍN P. CHUGA
3
4 DANIELA P. CHUGA
5
6 ALEJANDRO VAMOS A INTERACTUAR UN POCO, ¿QUÉ TE
7 PARECE SI LLAMAS A CABINA Y ME DICES TUS
8 DUDAS ACERCA DE LA COMIDA TRANSGÉNICA?
9
10 **OP. FADE OUT TRACK 2**
11
12 LA COMIDA TRANSGÉNICA SON AQUELLOS
13 ALIMENTOS NO NATURALES QUE FUERON
14 PROCESADOS E INYECTADOS POR EL HOMBRE.
15
16 **OP FADE IN TRACK 2**
17
18 ¿TE PARECE BIEN? PUES NO LO DUDES
19 COMUNÍCATE YA AL 51-15-24-21 ¿ESTÁS LISTO?,
20 ESPERO TU LLAMADA.
21
22 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**
23
24 ALEJANDRO HOLA, AMIGO POLLITO ¿CUÁL ES TU NOMBRE?
25
26 **OP. TRACK 3 PASA A 3P**
27
28 EMILIO HOLA SOY EMILIO, Y TENGO UNA PREGUNTA
29 ¿CÓMO LE HACES PARA AGARRAR EL TELÉFONO
30 SI NO TIENES DEDOS?
31
32 **OP. TRACK 3 PASA A 2P**
33

1 ALEJANDRO MMM BUENO HOLA EMILIO ME DA GUSTO QUE ME
2 LLAMES, PUES AQUÍ TENGO UN BOTONCITO PARA
3 CONTESTAR TU LLAMADA, NO TENGO UN
4 AURICULAR Y PUEDO AGARRAR BASTANTES
5 COSAS AUNQUE TENGA ALAS. PERO ME GUSTARÍA
6 QUE ME HICIERAS UNA PREGUNTA SOBRE LA
7 COMIDA TRANSGÉNICA.

8

9 **OP. TRACK 3 PASA A 3P**

10

11 EMILIO OH QUE BIEN, BUENO ¿EN QUÉ TIPO DE COMIDAS
12 ES MÁS COMÚN ENCONTRAR LOS ALIMENTOS
13 TRANSGÉNICOS?
14

15

16 **OP. TRACK 3 PASA A 2P**

17

18 ALEJANDRO QUE PREGUNTA TAN INTERESANTE AMIGO EMILIO,
19 PUES LOS PRINCIPALES ALIMENTOS QUE SE
20 PUEDEN ELABORAR DE MANERA TRANSGÉNICA
21 SON LAS CARNES, LAS FRUTAS Y LAS VERDURAS
22 INYECTÁNDOLES HORMONAS PARA QUE SU
23 DURACIÓN SEA MAYOR Y SU COLOR MÁS
24 LLAMATIVO.

25

26 **OP. TRACK 3 PASA A 3P**

27

28 EMILIO OH MUCHAS GRACIAS POLLÍN, ADIÓS.

29

30 **OP. TRACK 3 PASA A 2P**

31

32 ALEJANDRO DE NADA, ESPERO QUE HAYA RESUELTO TU
33 DUDA, HASTA LA PRÓXIMA.
34 AHORA TENEMOS A OTRO AMIGO POLLITO, HOLA
SOY POLLÍN P. CHUGA

1

2 DANIELA P. CHUGA

3

4 ALEJANDRO ¿QUIÉN HABLA?

5

6 **OP. TRACK 3 PASA A 3P**

7

8 IRMA HOLA NO SOY AMIGO PERO SÍ SOY UNA MAMÁ
9 GALLINA, MI NOMBRE ES IRMA Y YO TE QUERÍA
10 PREGUNTAR SI ¿ES BUENO QUÉ LES SIRVA DE
11 COMER A MIS HIJOS CARNE QUE ESTUVO
12 CONGELADA?

13

14 **OP. TRACK 3 PASA A 2P**

15

16 ALEJANDRO ORALES NOS HA LLAMADO UNA MAMÁ DE UNOS
17 POLLITOS A RADIO POLLITO, BIENVENIDA Y LE
18 RESPONDO SU DUDA, PUES SU CONSUMO
19 MODERADO NO LES HACE DAÑO, PERO SI LA
20 CONSUMEN MUY SEGUIDO PUEDE SER
21 PERJUDICIAL PARA SU SALUD, MÁS PORQUE AL
22 CONGELAR LOS ALIMENTOS PIERDEN
23 PROPIEDADES NUTRITIVAS.

24

25 **OP. TRACK 3 PASA A 3P**

26

27 IRMA QUE BUENO QUE ME DICES, DESDE AHORA LES
28 COCINARÉ A MIS HIJOS ALIMENTOS FRESCOS.

29 **OP. TRACK 3 PASA A 2P**

30

31 ALEJANDRO ME DA GUSTO ESCUCHARTE DECIR ESO MAMÁ
32 GALLINA, HASTA LA PRÓXIMA.

33 Y AHORA UN AMIGO MÁS NOS TIENE UNA
34 PREGUNTA ¿HOLA, CON QUIÉN HABLO?

1

2 **OP. TRACK 3 PASA A 3P**

3

4 OSCAR HOLA SOY OSCAR Y YO TENGO UNA DUDA ¿POR
5 QUÉ HACE DAÑO LA COMIDA TRANSGÉNICA?

6

7 **OP. TRACK 3 PASA A 2P**

8

9 ALEJANDRO HOLA AMIGUITO, PUES VERAS LA COMIDA
10 TRANSGÉNICA ES MALA PARA TU SALUD PORQUE
11 CONTIENE MUCHOS CONSERVADORES Y
12 HORMONAS LAS CUALES EN EXCESO NO SON
13 BUENAS PARA TU CONSUMO PORQUE LO QUE
14 NECESITA TU CUERPO PRINCIPALMENTE SON
15 ALIMENTOS LO MENOS PROCESADOS POSIBLES,
16 MUCHAS FRUTAS, VERDURAS Y AGUA SIMPLE.

17

18 **OP. TRACK 3 PASA A 3P**

19

20 OSCAR MUCHAS GRACIAS AMIGO POLLITO, Y COMO DICES
21 VOY A COMPRARLAS EN EL MERCADITO DE LA
22 CASA.

23

24 **OP. TRACK 3 PASA A 2P**

25

26 ALEJANDRO ASÍ ES, AMIGO OSCAR, ESPERO QUE TE HAYA
27 SIDO ÚTIL ESTA INFORMACIÓN. HASTA LUEGO. YA
28 CASI NOS VAMOS PERO ¿TÚ CREES QUE NOS
29 HACE FALTA ALGO?

30

31 CÉSAR PUES SÍ, QUE LAS CÁPSULAS SE LLAMEN RADIO
32 CONEJO NO RADIO POLLITO JAJAJA.

33

34 ALEJANDRO AHORA DIGAMOS "COME NUTRITIVO..."

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33

NIÑOS CON ALIMENTO DIVERTIDO".

CÁPSULA 18 "EL FRIJOL PUM PUM"

4:40

OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P

ALEJANDRO HOOOOOOOLA BIENVENIDOS A RADIO POLLITO,
SOY SU GRAN AMIGO, COMPAÑERO, CONOCIDO Y
ANFITRIÓN DE ESTAS PEQUEÑAS CÁPSULAS
RADIOFÓNICAS POLLÍN P. CHUGA

DANIELA P. CHUGA

ALEJANDRO TE VOY EXPLICAR LAS 4 LEYES DEL BUEN COMER

ALEJANDRO LA PRIMERA REGLA ES:

OP. FADE OUT TRACK 1

LEY DE LA CANTIDAD

OP. FADE IN TRACK 1 EN 2P SE LIGA CON CONTINILLA EN 2P

QUE CONSISTE EN QUE TU ALIMENTO DEBE SER
SUFICIENTE PARA SATISFACERTE. NO TE DEBES
DE QUEDAR CON HAMBRE PERO TAMPOCO TE
OBLIGUES A COMER DE MÁS.

ALEJANDRO LA SEGUNDA REGLA ES:

OP. FADE OUT TRACK 1

LEY DE LA CALIDAD

OP. FADE IN TRACK 1 EN 2P SE LIGA CON CONTINILLA EN 2P

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

COMO SU NOMBRE LO DICE DEBE SER UN ALIMENTO COMPLETO PARA OFRECER AL ORGANISMO. ES DECIR DEBES DE COMER ALIMENTOS EN BUEN ESTADO.

ALEJANDRO LA TERCERA LEY ES:

OP. FADE OUT TRACK 1

LEY DE LA ARMONÍA

OP. FADE IN TRACK 1 EN 2P SE LIGA CON CONTINILLA EN 2P

DEBES DE CONSUMIR RACIONES PROPORCIONALES ENTRE ELLOS. TE LO EXPLICO, COME RACIONES EQUILIBRADAS DE LOS ALIMENTOS QUE TE SIRVAS.

ALEJANDRO Y LA CUARTA LEY ES

OP. FADE OUT TRACK 1

DE LA ADECUACIÓN

OP. FADE IN TRACK 1 EN 2P SE LIGA CON CONTINILLA EN 2P

QUE CONSISTE EN CONSUMIR LO QUE REQUIERE TU ORGANISMO.

ALEJANDRO ESPERO QUE LLEVES A CABO ESTAS LEYES, YA QUE SON BUENAS PARA TI. Y TRATA DE PROBAR TODOS LOS ALIMENTOS QUE TE OFREZCAN, YA QUE ¿CÓMO VAS A DECIR QUE NO TE GUSTAN SI, NI SIQUIERA LO HAS PROBADO?

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

CÉSAR

JAJAJA HOLA AMIGOS CONEJOS ¿ME EXTRAÑARON? ESE POLLO QUE NO DEJA DE PARLOTEAR Y SÓLO LOS ABURRE JAJAJA. YA QUE EL POLLO LES DIJO LAS LEYES DEL BUEN COMER YO LES VOY A DECIR LOS ERRORES QUE A VECES LAS MAMÁS CONEJAS COMETEN AL ALIMENTAR A SUS CONEJITOS. ¿ESTÁN LISTOS?

OP. CORTINILLA

1.- SERVIRLES LOS ALIMENTOS SIN DEJAR QUE ELLOS MISMOS ELIJAN SU PORCIÓN.

OP. CORTINILLA

2-.DEJAR QUE TOMEN MUCHA AGUA DURANTE LA COMIDA.

OP. CORTINILLA

3-.NO DEJAR QUE LOS AMIGOS CONEJOS SE INVOLUCREN EN PREPARAR LOS ALIMENTOS.

OP. CORTINILLA

4-. FORZAR A LOS AMIGOS CONEJOS A COMER MÁS DE LO QUE PUEDEN.

OP. CORTINILLA

Y 5-. TENER DISTRACCIONES COMO LA TELEVISIÓN O JUGUETES, DISTRAE EL HAMBRE DE LOS AMIGOS CONEJOS.

OP. FADE IN TRACK 3 EN PP SE MANTIENE 17" PASA A 2P

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

ALEJANDRO MUCHAS GRACIAS CONE POR ACONSEJAR A LAS
MAMÁS GALLINAS PARA QUE SUS POLLITOS
COMAN MEJOR.

OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1

ESPÉRENME TANTITO QUE ALGUIEN ACABA DE
LLEGAR. AH PERO SI ES EL FRIJOL, BIENVENIDO A
RADIO POLLITO NOS DA MUCHO GUSTO QUE NOS
ACOMPañES EL DÍA DE HOY.

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P

PABLO HOLA POLLITO, GRACIAS POR INVITARME A RADIO
POLLITO, SÓLO TE PIDO QUE NO ME VAYAS A
COMER, POR QUE YA ME CONTARON LO QUE
PASÓ CON LA TORTILLA.

ALEJANDRO AHORA TENGO QUE COMER.

ERICA NOOOO

OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1

ALEJANDRO JEJEJE NO TE PREOCUPES LOS POLLOS NO
COMEMOS FRIJOLES. PERO POR FAVOR ¿PUEDES
CONTARNOS UN POCO SOBRE TÍ?

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P

PABLO PUES MIRA POLLITO YO SOY ORIGINARIO DEL SUR
DE MÉXICO Y GUATEMALA, Y MI NOMBRE
ORIGINAL ES PHASEOLUS VULGARIS, PERO SOY

1 CONOCIDO COMO FRIJOL Y ACTUALMENTE ME
2 CULTIVAN EN TODO EL MUNDO.

3

4 **OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1**

5

6 ALEJANDRO VAYA QUE INTERESANTE, NOS DA MUCHO GUSTO
7 TENER INVITADOS QUE SEAN DE ORIGEN
8 MEXICANO, Y DINOS FRIJOL ¿QUÉ TIPO DE
9 PROPIEDADES TIENES?

10

11 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

12 PABLO TENGO UN ALTO CONTENIDO EN FIBRAS
13 PROTEÍNAS, Y SOY UNA EXCELENTE FUENTE DE
14 MINERALES, EN SÍ SOY UN ALIMENTO ALTAMENTE
15 SALUDABLE SIN CONTAR QUE CUANDO ME
16 COMES...

17

18 **OP. FX SONIDO DE GAS SE LIGA CON FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON**
19 **TRACK 1**

20

21 ALEJANDRO JAJAJA YA NOS DIMOS CUENTA, Y DINOS ¿CON
22 QUÉ TIPO DE PLATILLOS TE HAN COMBINADO?

23

24 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

25

26 PABLO JAJAJA SOY UN PLATILLO TAN COMBINABLE QUE
27 SI TE DIJERA TODOS, NUNCA TERMINARÍA, PERO
28 TE MENCIONARÉ ALGUNOS, COMO POR
29 EJEMPLO....OH ESPERA UN MOMENTO

30

31 **OP. FX SONIDO DE GAS SE LIGA CON FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON**
32 **TRACK 3 EN 2P**

33

1 PABLO LO SIENTO ME PASA SEGUIDO JAJAJA BUENO TE
2 MENCIONARÉ ENFRIJOLADAS, HUEVO CON
3 FRIJOL, BISTEC CON FRIJOL, POLLO CON FRIJOL,
4 CALDO DE FRIJOL, TAMALES DE FRIJOL, BUENO
5 SOY MUY COMBINABLE JEJEJE.

6

7 **OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1**

8

9 ALEJANDRO WUAU Y TE PUEDEN CONSUMIR DE UN SÓLO
10 MODO O ¿HAY MANERAS DIFERENTES DE
11 COCINARTE?

12 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

13

14 PABLO CLARO, ME PUEDEN COMER FRITOS, ASADOS,
15 APLASTADOS, EN CALDO...

16

17 **OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1**

18

19 ALEJANDRO Y ¿PUEDES MENCIONARNOS ALGUNAS ESPECIES
20 QUE EXISTEN DE TÍ?

21

22 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

23

24 PABLO PUES SÓLO POR MENCIONAR ALGUNAS EXISTEN
25 LOS FRIJOLES NEGROS, BAYOS, GARBANCILLO,
26 FLOR DE MAYO POR DECIR ALGUNOS DE LOS MÁS
27 COMUNES.

28

29 **OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1**

30

31 ALEJANDRO SIN DUDA UN ALIMENTO MUY SALUDABLE,
32 VARIABLE Y APETITOSO.

33

34 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

1
2 PABLO OYE, ¿CÓMO QUE APETITOSO? DIJISTE QUE NO
3 COMES FRIJOL.
4
5 **OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1**
6
7 ALEJANDRO SI LO SIENTO, ES QUE DIJISTE PLATILLOS QUE SE
8 ME ANTOJARON. JAJAJA MUCHAS GRACIAS POR
9 VENIR A RADIO POLLITO, Y ESPERO QUE TODOS
10 NUESTROS AMIGOS POLLITOS EN CASA HAYAN
11 APRENDIDO UN POCO MÁS SOBRE TÍ.
12
13 CÉSAR JAJAJA OH MIREN QUE GRACIOSO UNA LENTEJA
14 QUE HABLA JAJAJA.
15
16 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**
17
18 PABLO OYE ¿CÓMO QUE LENTEJA? SOY UN FRIJOL ¿SÍ?
19 PELUCHE.
20
21 **OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1**
22
23 CÉSAR AH, TÚ ERES EL ENTREVISTADO DE HOY AH
24 JAJAJA PERDÓN ES QUE EL POLLO NO ME CUENTA
25 NADA.
26
27 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**
28
29 PABLO MMM ESTA BIEN Y TÚ ¿TIENES ALGUNA
30 PREGUNTA QUÉ HACERME?
31
32 **OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1**
33

1 CÉSAR MMM DÉJAME PENSAR, ¿POR QUÉ ERES CAFÉ?
2 YO CREÍ QUE LOS FRIJOLES ERAN DE COLOR
3 NEGRO.
4

5 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

6
7 PABLO TE EXPLICO CONEJO, SOY CAFÉ PORQUE SOY UN
8 FRIJOL BAYO.
9

10 **OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1**

11
12 CÉSAR OH QUE BIEN.
13

14 ALEJANDRO MUCHAS GRACIAS POR VENIR FRIJOL.
15

16 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

17
18 PABLO DE NADA POLLÍN GRACIAS POR INVITARME Y
19 AMIGOS POLLITOS NO OLVIDEN CONSUMIRME
20 SOY BUENO PARA USTEDES PERO SI ME
21 CONSUMEN MUCHO TENGAN CUIDADO EN LA
22 NOCHE...BUENO YA ENTENDIERON. ADIÓS A
23 TODOS.
24

25 **OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 1**

26
27 (NARIZ TAPADA) GRACIAS POR VENIR FRIJOL, HASTA LA PRÓXIMA.
28

29 ALEJANDRO Y NO OLVIDEN "COME NUTRITIVO...
30

31 NIÑOS CON ALIMENTO DIVERTIDO".
32

33

1 **OP. ENTRA RÚBRICA SE LIGA CON TRACK 1 SE MANTIENE 2" Y PASA A 2P**

2

3 ALEJANDRO HOLA HOLA A TODOS LOS CONEJOS...PERDÓN A
4 TODOS LOS POLLITOS QUE NOS ESTÁN
5 ESCUCHANDO, HOY ESTOY MUY FELIZ, YO SOY SU
6 GRAN AMIGO POLLÍN P. CHUGA

7

8 DANIELA P. CHUGA

9 CÉSAR EXACTO SON CONEJOS HOLA AMIGOS CONEJOS
10 BIENVENIDOS UN DÍA MÁS

11

12 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2**

13

14 ¿SABEN CÓMO SE LE DICE A UNA TARTA QUE NO
15 HABLA?

16 **OP. FX RELOJ 3"**

17

18 CÉSAR UNA TARTA-MUDA

19

20 **OP. FX RISA DE NIÑA 3" Y FANFARRIA SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

21

22 ALEJANDRO QUE DIVERTIDO CON LECHUGA, ¿NO CREEN
23 AMIGOS POLLITOS?

24

25 NIÑOS SÍ

26

27 ALEJANDRO Y AHORA YO LES DIGO UNA ADIVINANZA:

28

29 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

30

31 ALEJANDRO SOY AVE Y SOY LLANA, PERO NO TENGO PICOS NI
32 ALAS ¿SABES QUÉ ES?

33

1 **OP. FX RELOJ 3" SE LIGA CON TRACK 1 A PP SE MANTIENE 14" Y PASA A**
2 **2P**
3
4 ALEJANDRO UY NO PUEDO DEJAR DE BAILAR CON ESTA
5 DIVERTIDA CANCIÓN JAJAJA,
6 Y LA RESPUESTA ES...
7
8 **OP. FX TAMBORES**
9
10 LA AVELLANA
11
12 **OP. FX FANFARRIA SE LIGA CON FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON FADE**
13 **IN TRACK 4**
14
15 ALEJANDRO AHORA VAMOS A COMENZAR CON EL PLATILLO
16 DEL DÍA QUE ES "HUESOS DE CHOCOLATE"
17
18 CÉSAR UYYY QUE MELLOOO
19
20 ALEJANDRO EL PLATILLO ES MUY SENCILLO DE PREPARAR, Y
21 SIN DUDA UN POSTRE REALMENTE DELICIOSO, LO
22 ÚNICO QUE NECESITAS ES:
23
24 -GALLETAS, DE PREFERENCIA PLANAS SIN
25 DIBUJOS Y LARGAS.
26
27 **OP. RÁFAGA**
28
29 -CHANTILLÍ EN UN ENVASE CON BOQUILLA
30
31 **OP. RÁFAGA**
32
33 -Y UN PLATO
34

1 **OP. RÁFAGA SE LIGA CON FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON FADE IN**

2 **TRACK 5 EN 2P**

3

4 ALEJANDRO ES MUY SENCILLO DE PREPARAR LO ÚNICO QUE
5 TIENES QUE HACER ES COLOCAR EL CHANTILLÍ
6 SOBRE LAS GALLETAS FORMANDO HUESITOS, ES
7 DECIR, CON EL CHANTILLÍ REALIZA UN PALITO Y
8 EN CADA EXTREMO HAS DOS CÍRCULOS Y LISTO
9 YA TIENES UNOS TERRORÍFICOS HUESITOS EN
10 TUS GALLETAS.

11

12 CÉSAR UY YA ME DIO MIEDO

13

14 ALEJANDRO Y A MÍ CASI SE ME CAEN LAS PLUMAS DE MIEDO
15 JAJAJA

16

17 **OP FADE OUTA TRACK 5 SE LIGA CON FADE IN TRACK 4**

18

19 Y PARA ACOMPAÑAR ESTE EXQUISITO POSTRE
20 ¿QUÉ TAL UN RICO VASO DE LECHE DE SOYA?
21 ALEJANDRO OYE LECHUGA, SIGAMOS CON EL CUENTO, ¿TE
22 PARECE?

23

24 CÉSAR PUES YA QUE

25

26 ALEJANDRO Y LO NOMBRAMOS "LA NIÑA CALACA"
27 NO SE ASUSTEN, NO ES UN CUENTO DE TERROR,

28

29 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 6 EN 2P**

30

31 ALEJANDRO ALICIA ERA UNA GRAN ESTUDIANTE Y
32 DEPORTISTA, PERO NO LE GUSTABA COMER,
33 TODAS LAS MAÑANAS SE IBA SIN DESAYUNAR A
34 LA ESCUELA, Y CUANDO REGRESABA A SU CASA

1 SÓLO COMÍA UNA FRUTA, UN YOGURT O UN
2 PEDACITO DE ALGO.

3 ALICIA EMPEZÓ A PONERSE MUY DELGADA, YA NO
4 LE QUEDABA LA ROPA, SU PIEL SE TORNÓ
5 AMARILLENTA, Y YA NO ERA TAN BUENA
6 DEPORTISTA NI ESTUDIANTE, PORQUE YA NO
7 TENIA ENERGÍA NI FUERZAS.

8
9 ADELGAZO TANTO QUE PARECÍA UN LÁPIZ
10 CAMINANDO Y SUS COMPAÑEROS EMPEZARON A
11 LLAMARLA

12

13 **OP. FX GRITOS DE MUJER**

14

15 "LA NIÑA CALACA", ALICIA SE SENTÍA MUY TRISTE
16 DE QUE SUS COMPAÑEROS LA LLAMARÁN ASÍ.
17 UN DÍA SE VIÓ AL ESPEJO Y SE DIÓ CUENTA QUE
18 SÍ QUE EN VERDAD PARECÍA UNA CALACA.

19

20 CÉSAR YO LO ACABO YO LO ACABO

21

22 ALEJANDRO ESTA BIEN ESTA BIEN

23

24 CÉSAR YA QUE SE DIO CUENTA QUE PARECÍA UNA
25 CALACA SE HECHO A CORRER Y CUANDO PASÓ
26 POR UNA COLADERA SE CAYÓ AL DRENAJE Y
27 CUANDO SALIÓ ERA DE NOCHE E IBA TODA
28 MUGROSA DE COLOR NEGRO Y TODA LA GENTE
29 SE ASUSTABA AL VERLA Y CUANDO LLEGÓ CON
30 SU MAMÁ SE DESMAYÓ DE UN SUSTO

31

32 ALEJANDRO ¿QUÉ LES PARECIÓ EL CUENTO AMIGOS
33 POLLITOS?

34

1 CÉSAR ¿QUÉ LES PARECIÓ EL CUENTO AMIGOS
2 CONEJOS?

3

4 **OP. FADE OUT TRACK 6 SE LIGA CON TRACK 1 EN 2P**

5

6 ALEJANDRO HEY HEY CON LECHUGA TRANQUILO Y DEJA A
7 LOS POLLITOS EN PAZ.
8 MEJOR PONGAN ATENCIÓN MAMÁS, QUE ESTO
9 LES PUEDE AYUDAR. 5 DATOS PARA QUE TU
10 POLLITO COMA MEJOR.

11

12 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 7 EN 2P**

13

14 ALEJANDRO LLÉVALO CONTIGO DE COMPRAS

15

16 **OP. FADE OUT TRACK 7 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P**

17

18 VAYAN AL TIANGUIS JUNTOS, DÉJALO QUE TOQUE,
19 QUE HUELA Y QUE SE FIJE EN LA FECHA DE
20 CADUCIDAD PARA INVOLUCRARLO MÁS.

21

22 **OP. FADE IN TRACK 7 EN 2P**

23

24 ALEJANDRO MEZCLA ALIMENTOS QUE NO LE GUSTEN CON
25 LOS DE SU AGRADO

26

27 **OP. FADE OUT TRACK 7 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P**

28

29 HAZ LOS PLATILLOS MÁS LLAMATIVOS, CON
30 FORMAS DE OBJETOS O ANIMALES, ESO LES
31 LLAMARA LA ATENCIÓN

32

33 **OP. FADE IN TRACK 7 EN 2P**

34

1 ALEJANDRO QUE TE AYUDEN A COCINAR

2

3 **OP. FADE OUT TRACK 7 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P**

4

5 A LAVAR LA FRUTA, A ARRIMAR LOS UTENSILIOS,
6 ALGO QUE NO SEA CERCA DE LA ESTUFA

7

8 **OP. FADE IN TRACK 7 EN 2P**

9

10 ALEJANDRO HORARIO ESPECÍFICO

11

12 **OP. FADE OUT TRACK 7 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P**

13

14 FIJA UN HORARIO Y UN LUGAR ESPECÍFICO A LA
15 HORA DE LA COMIDA. NO DEJES QUE CADA QUIEN
16 COMA SEPARADO

17

18 **OP. FADE IN TRACK 7 EN 2P**

19

20 QUE TOMEN AGUA

21

22 **OP. FADE OUT TRACK 7 SE LIGA CON CORTINILLA EN 2P**

23

24 Y POR ÚLTIMO, ENSÉÑALE QUE DEBE DE TOMAR
25 SIEMPRE AGUA, DEJANDO A UN LADO LAS DEMÁS
26 BEBIDAS.

27

28 **OP. FADE IN TRACK 1**

29

30 ALEJANDRO QUE TE PARECIERON ESTOS CONSEJOS CON
31 LECHUGA

32

1 CÉSAR MMM PUES ACEPTABLES, YO LOS HUBIERA DICHO
2 MEJOR PERO PASAN. Y LAS MAMÁS QUE PIENSAN
3 DE ESTO...
4
5 IGNACIO HOLA, A MI HIJO NO LE GUSTAN LAS VERDURAS
6 PERO CUANDO LE PREPARO EL TREN DE
7 ZANAHORIAS LO DEVORA
8
9 SANDRA YO QUIERO FELICITARTE POR TUS CÁPSULAS
10 PORQUE DESDE QUE LAS ESCUCHAN MIS HIJOS
11 ME HAN AYUDADO A PREPARAR TODAS TUS
12 RECETAS.
13
14 ALEJANDRO GRACIAS A LA MAMÁ GALLINA Y AL PAPÁ GALLO Y
15 DIGAMOS TODOS JUNTOS “COME NUTRITIVO...
16
17 NIÑOS CON ALIMENTO DIVERTIDO”.

18

19 **CÁPSULA 20 “COMAMOS VERDURAS” 4:40**

20 **OP. ENTRA RÚBRICA**

21

22 ALEJANDRO (ROBOT) MI NOMBRE ES POLLÍN P. CHUGA

23

24 DANIELA P. CHUGA

25

26 Y AHORA SOY UN ROBOT

27

28 CÉSAR (GIGANTE) JAJAJAJA YO SOY CON-LECHUGA

29

30 DANIELA LECHUGA

31

32 Y SOY UN GIGANTE

33

1 ALEJANDRO HOLA YO SOY LA LECHE
2
3 CÉSAR Y YO LA TORTILLA
4
5 **OP. ENTRA TRACK 1 EN 2P**
6 ALEJANDRO BASTA, BASTA YA BASTA YO SOY POLLÍN P.
7 CHUGA
8
9 DANIELA P. CHUGA
10
11 CÉSAR Y YO SOY CON-LECHUGA
12
13 DANIELA LECHUGA
14
15 ALEJANDRO Y SOY UN POLLITO, EL DÍA DE HOY NOS
16 ACOMPAÑA EL DOCTOR FILETE PARA HABLARNOS
17 DE LA COMIDA VEGETARIANA
18 ALEJANDRO PERO MIENTRAS QUE TE PARECE SI CAMBIAS EL
19 MENÚ POR...
20
21 **OP. FADE OUT TRACK 1 SE ENLASA CON CORTINILLA EN PP SE**
22 **MANTIENE 3" Y PASA A 2P 13"**
23
24 ALEJANDRO EN LUGAR DE COMER ESAS SOPITAS
25 INSTANTÁNEAS TAN DAÑINAS MEJOR PÍDELE A TU
26 MAMÁ QUE TE PREPARE UNA DELICIOSA SOPA DE
27 FIDEOS HECHA CON JITOMATES NATURALES,
28 REALMENTE NUTRITIVA Y DELICIOSA
29
30 CÉSAR ¿DELICIOSA? SÚPER DELICIOSA DIRÍA YO
31
32 **OP. ENTRA TRACK 2 EN 2P**
33

1 ALEJANDRO POLLITOS AHORA VAMOS A PREPARAR UNA
2 DELICIOSA SANGRE BEBIBLE
3
4 CÉSAR ASÍ QUE MAMÁS TENGAN CUIDADO CON SUS
5 HIJOS VAMPIROS
6
7 ALEJANDRO PON MUCHA ATENCIÓN. LO ÚNICO QUE
8 NECESITAS ES:
9
10 **OP. FADE OUT TRACK 2**
11
12 -JAMAICA NATURAL
13
14 **OP. RÁFAGA**
15
16 -AGUA
17
18 **OP. RÁFAGA**
19
20 -UNA CACEROLA
21
22 **OP. RÁFAGA**
23
24
25 -AZÚCAR
26 **OP. RÁFAGA**
27
28 -GOMITAS EN FORMA DE LOMBRIZ
29
30 **OP. RÁFAGA**
31
32 -HIELOS
33
34 **OP. RÁFAGA**

1 ALEJANDRO RECUERDEN QUE EL AGUA HECHA DE FRUTAS Y
2 EL AGUA PURA ES MEJOR QUE LOS REFRESCOS
3 Y POLVITOS INSTANTÁNEOS.

4
5 CÉSAR NO LE HAGAN TANTO CASO ES TOTALMENTE AL
6 REVÉS, LOS REFRESCOS Y POLVITOS
7 INSTANTÁNEOS SON MEJOR QUE EL AGUA PURA Y
8 DE FRUTAS

9

10 **OP. TRACK 2 SUBE A 1P SE MANTIENE 15" SE LIGA CON ID**

11

12 ALEJANDRO AHORA VAMOS A TENER EN CABINA A NUESTRO
13 GRAN AMIGO EL DOCTOR FILETE.

14

15 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

16

17 ALEJANDRO HOLA DOCTOR FILETE ME DA GUSTO QUE PUEDES
18 ACOMPAÑARNOS A RADIO POLLITO, ESPERO QUE
19 AHORA SI YA ESTÉS ACOSTUMBRADO A PLATICAR
20 CON UN POLLO.

21

22 CÉSAR Y CON UN CONEJO

23

24 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS**

25

26 EDUARDO JAJAJA SÍ YA YA YA ME ACOSTUMBRÉ MÁS,
27 GRACIAS POR INVITARME NUEVAMENTE A ESTAS
28 CÁPSULAS TAN DIVERTIDAS EN RADIO POLLITO O
29 RADIO CONEJO, COMO SEA PERO SON
30 DIVERTIDAS.

31

32 **OP. FADE OUT TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

33

1 ALEJANDRO JAJAJA. BUENO BUENO VAMOS A COMENZAR
2 DOCTOR FILETE, PUEDES DECIRNOS ¿QUÉ TAN
3 RECOMENDABLE ES LA DIETA VEGETARÍA EN LA
4 ALIMENTACIÓN DE UN NIÑO?

5

6 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS**

7

8 EDUARDO HOLA AMIGOS POLLITOS Y CONEJOS, LA DIETA
9 VEGETARÍA, YO NO LA RECOMIENDO COMO UNA
10 MANERA DE ALIMENTACIÓN PARA LOS NIÑOS.

11

12 **OP. ENTRA TRACK 4 EN 2P**

13

14 CÉSAR ¿POR QUÉ NO PESCADO?

15

16 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS**

17

18 EDUARDO JA PORQUE LOS NIÑOS A ESTA EDAD DEBEN DE
19 NUTRIR TODAS SUS NECESIDADES, Y COMO EL
20 ROMBO NUTRICIONAL LO MENCIONA DEBEN DE
21 COMER CIERTAS GRASAS, QUE A MI PARECER EN
22 LOS ALIMENTOS VEGETARIANOS NO PUEDEN
23 OBTENER.

24

25 **OP. FADE OUT TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

26

27 ALEJANDRO Y ¿TÚ CREES QUE UN NIÑO QUE SE ALIMENTE
28 CON COMIDA VEGETARÍA LLEVE UNA VIDA
29 SALUDABLE?

30

31 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS**

32

33 EDUARDO NO TANTO, POR QUE CARECE DE CIERTOS
34 NUTRIENTES.

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

OP. FADE OUT TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P

ALEJANDRO PERO, QUÉ HAY DE LOS NIÑOS QUE POR ENFERMEDAD O DISGUSTO LLEVAN UNA DIETA VEGETARIANA ¿CREES QUE CARECEN DE NUTRIENTES?

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS

EDUARDO SE HA DEMOSTRADO QUE HAY MUCHOS ALIMENTOS QUE PUEDEN SUPLIR A LOS PRODUCIDOS POR ANIMALES, PERO SI ES POR CUESTIONES DE SALUD O POR ALGÚN DISGUSTO, AUNQUE CAREZCAN DE CIERTOS NUTRIENTES LOS HAN DE SUPLIR POR OTROS MÁS.

OP. FADE OUT TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P

ALEJANDRO MUCHAS GRACIAS DOCTOR FILETE Y YA PARA TERMINAR ¿QUÉ ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL NO RECOMIENDAS QUE DEBEN LOS NIÑOS DEJAR DE CONSUMIR?

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS

EDUARDO YO LES RECOMIENDO QUE DEBEN DE COMER CARNE, O A MÍ QUE SOY UN PEZ MUY ATRACTIVO, O QUE TE PARECE A TÍ QUE ERES POLLO, POR LO MENOS DOS VECES A LA SEMANA, Y TOMAR LECHE PARA CALCIFICAR LOS HUESOS.

OP. FADE OUT TRACK 5 Y FX DE BURBUJAS SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P

1 ALEJANDRO JA QUE GRACIOSO EH MUCHAS GRACIAS PEZ,
2 POR ACOMPAÑARNOS NUEVAMENTE A ESTAS
3 FABULOSAS POLLOEMISIONES. AMIGOS POLLITOS
4 LES VOY A DECIR LOS CINCO JUEGOS
5 TRADICIONALES MÁS POPULARES DE MÉXICO.

6
7 **OP. FADE OUT TRACK 4**

8
9 LAS ESCONDIDAS

10

11 **OP. FADE IN TRACK 6 EN 2P**

12 UN NIÑO CON LOS OJOS CERRADOS CUENTA Y
13 ESPERA A QUE LOS DEMÁS SE ESCONDAN Y SALE
14 A BUSCARLOS.

15

16 **OP. FADE OUT TRACK 6**

17

18 EL AVIÓN

19

20 **OP. FADE IN TRACK 6 EN 2P**

21

22 SE DIBUJA UN AVIÓN EN EL SUELO DESDE EL 1
23 HASTA EL 10 Y CADA NIÑO VA TIRANDO SU PAPEL
24 SOBRE UN NÚMERO Y DEBE BRINCAR EN TODOS
25 LOS DEMÁS Y PIERDE TURNO CUANDO PISA
26 LÍNEA.

27 EL FÚTBOL

28

29 **OP. FADE IN TRACK 6 EN 2P**

30

31 DOS EQUIPOS DE NIÑOS. LA META ES GANAR
32 ANOTANDO MÁS GOLES QUE LOS CONTRARIOS.

33

34 **OP. FADE OUT TRACK 6**

1 LAS TRAES
2
3 **OP. FADE IN TRACK 6 EN 2P**
4
5 UN NIÑO LAS TRAE Y DEBE DE TOCAR A OTRO
6 NIÑO PARA PASÁRSELAS, Y TODOS LOS DEMÁS
7 NO DEBEN DEJAR QUE LOS TOQUEN.
8
9 **OP. FADE OUT TRACK 6**
10 STOP
11
12 **OP. FADE IN TRACK 6 EN 2P**
13
14 SE DIBUJA UN CÍRCULO EN EL SUELO, SE DIVIDE Y
15 CADA UNO SERÁ UNA FRUTA Y EN LO QUE UN
16 NIÑO DICE: DECLARO LA GUERRA A MI PEOR
17 ENEMIGO QUE ES, SEGUIDO DE LA FRUTA TODOS
18 SE ECHAN A CORRER Y LA FRUTA ELEGIDA SE
19 QUEDA Y DICE STOP Y DEBE DE ADIVINAR A
20 CUÁNTOS PASOS SE ENCUENTRA LA FRUTA QUE
21 QUIERA ATRAPAR.
22
23 CÉSAR YA HASTA ME DIERON GANAS DE JUGAR POLLÍN
24
25 ALEJANDRO SÍ, A MÍ TAMBIÉN
26
27 CÉSAR DECLARO LA GUERRA A MÍ PEOR ENEMIGO QUE
28 ES: POLLÍN
29
30 ALEJANDRO "COME NUTRITIVO...
31
32 NIÑOS CON ALIMENTO DIVERTIDO"
33

OP. ENTRA RÚBRICA SE ENLAZA EN 2P CON TRACK 1 EN PP SE MANTIENE

2” Y PASA A 2P

ALEJANDRO HOLA, BIENVENIDOS UNA VEZ MÁS A RADIO POLLITO, YO SOY POLLÍN P. CHUGA

DANIELA P. CHUGA

ALEJANDRO Y RECUERDEN SIEMPRE “COME NUTRITIVO...

NIÑOS ...CON ALIMENTO DIVERTIDO”.

ALEJANDRO EN ESTA FANTÁSTICA POLLOEMISIÓN VAMOS A TENER EN CABINA A UN AMIGO QUE USTEDES DEBEN DE CONSUMIRLO MÁXIMO UNA VEZ A LA SEMANA PORQUE NO ES MUY SALUDABLE. ESTAMOS HABLANDO DEL REFRESCO.

OP. FADE OUT TRACK 1 SE LIGA CON TRACK 2 EN 2P

AMIGOS POLLITOS PARA COMENZAR TE VOY A DECIR CINCO COSAS QUE DE SEGURO NO SABÍAS DEL REFRESCO...

ALEJANDRO UNO.

OP. CORTINILLA EN 2P SE MANTIENE 5”

ALEJANDRO CADA SEGUNDO DEL DÍA SE CONSUMEN APROXIMADAMENTE OCHO MIL REFRESCOS ALREDEDOR DEL MUNDO. DOS.

OP. CORTINILLA EN 2P SE MANTIENE 4”

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

ALEJANDRO EL REFRESCO SURGIÓ PARA SER UN MEDICAMENTO Y SE TOMABA CALIENTE TRES.

OP. CORTINILLA EN 2P SE MANTIENE 3”

ALEJANDRO OCUPAMOS EL TERCER LUGAR EN CONSUMIRLO. CUATRO.

OP. CORTINILLA EN 2P SE MANTIENE 5”

ALEJANDRO CONSUMIR REFRESCO AUMENTA EL RIESGO DE PADECER GASTRITIS Y DESCALCIFICACIÓN EN LOS HUESOS. Y CINCO.

OP. CORTINILLA EN 2P SE MANTIENE 3”

ALEJANDRO EL REFRESCO ES LA BEBIDA MÁS CONOCIDA A NIVEL MUNDIAL.

OP. ENTRA TRACK 2 EN 2P

ALEJANDRO Y AHORA PARA CONTINUAR VAMOS A COMENZAR CON LA DELICIOSA PREPARACIÓN DEL PLATILLO DEL DÍA QUE ES: SERPIENTE DE PEPINO.

OP. FX SERPIENTE

ALEJANDRO LOS UTENSILIOS QUE NECESITAS SON:
-UN CUCHILLO DE PUNTA REDONDA

OP. RÁFAGA

-Y UNA TABLA PARA PICAR VERDURA

1

2 OP. RÁFAGA

3

4

Y LOS INGREDIENTES QUE NECESITAS SON:

5

-SALAMI

6

7 OP. RÁFAGA

8

9

-QUESO DEL QUE MÁS TE GUSTE PUEDE SER
MANCHEGO O DOBLE CREMA

10

11

12 OP. RÁFAGA

13

14

- UN PEPINO GRANDE

15

16 OP. RÁFAGA

17

18

-UN JITOMATE

19

20 OP. RÁFAGA

21

22

-LECHUGA

23

24 OP. RÁFAGA

25

26

-Y JAMÓN

27 OP. RÁFAGA

28

29 ALEJANDRO

LÁVATE BIEN LAS MANOS, DESPUÉS LAVA BIEN EL
PEPINO LA LECHUGA Y EL JITOMATE.

30

31

CON MUCHO CUIDADO PARTE LA LECHUGA EN
PEQUEÑOS TROZOS, IGUAL QUE EL JAMÓN Y DE

32

33

IGUAL FORMA REBANA EL QUESO Y EL JITOMATE.

1 PARA REALIZAR TU SERPIENTE REBANA EN
2 TROZOS DELGADOS TU PEPINO, HACIENDO
3 PEQUEÑAS RODAJAS, DEJANDO LOS DOS
4 EXTREMOS DEL PEPINO MÁS LARGOS PARA QUE
5 ESTOS SEAN LA CABEZA Y LA COLA DE TU
6 SERPIENTE.

7
8 SIN DESACOMODAR EL PEPINO QUE SIMULA EL
9 CUERPO DE LA SERPIENTE YA REBANADO, HAZ
10 PEQUEÑOS ESPACIOS E INTRODUCE EL JAMÓN,
11 LA LECHUGA EL JITOMATE Y EL SALAMI, SIGUE
12 ESTOS PASOS AÑADIÉNDOLOS EN TODO EL
13 CUERPO DE TU SERPIENTE. Y PARA TERMINAR
14 CON CUIDADO CORTA DOS PEQUEÑOS CÍRCULOS
15 EN LO QUE SERÁ LA CABEZA DE TU SERPIENTE,
16 REALIZA UNA PEQUEÑA RANURA CON EL
17 CUCHILLO PARA HACER SU BOCA, Y COLÓCALE
18 UN PEDACITO DE CASCARA DE JITOMATE EN
19 TIRA.

20
21 Y LISTO YA TIENES UNA SERPIENTE.

22
23 CÉSAR POLLO ¿POR QUÉ A LOS AMIGOS CONEJOS LES
24 GUSTARÍA COMER UNA SERPIENTE?

25
26 ALEJANDRO JAJAJA NO, TE EQUIVOCAS NO ES REAL, ES DE
27 MENTIRITAS

28
29 **OP. FADE OUT TRACK 2 SE LIGA CON ID SE LIGA CON TRACK 3 EN 2P**

30
31 ALEJANDRO Y AHORA VAMOS A TENER EN CABINA AL
32 REFRESCO, VOY POR EL ENVASE PARA TRAERLO,
33 MIENTRAS LES DEJO ESTA DIVERTIDA CANCIÓN
34 DE LOS PATITA DE PERRO.

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

OP. TRACK 3 SUBE A PP SE MANTIENE 10" Y PASA A 2P

ALEJANDRO YA VOLVÍ, FIU Y REGRESE CORRIENDO, YA HASTA ME DOLIERON LAS PATITAS DE POLLO, PERO YA ESTAMOS DE VUELTA, UY QUE CANSANCIO ESPERO QUE TE HAYA GUSTADO ESTA CANCIÓN. Y AHORA SÍ, NOS ACOMPAÑA EN CABINA EL REFRESCO.

OP FADE OUT TRACK 3 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P

BIENVENIDO REFRESCO WUAU DE VERDAD QUE ERES GRANDE Y NEGRO Y GASEOSO SOBRE TODO.

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P

CÉSAR HOLA A TODOS, Y TÚ ERES TAN AMARILLO, GRACIAS POR COMPRARME... ¿SABÍAS QUÉ MÉXICO ES EL TERCER PAÍS QUE ME CONSUME?

OP FADE OUT TRACK 5 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P

ALEJANDRO SÍ, SÍ, YA TODOS LOS POLLITOS LO SABEN, PERO NO TE COMPRÉ PARA TOMARTE, TE COMPRÉ PARA ENTREVISTARTE, PUEDES DECIRNOS ¿CÓMO TE ORIGINASTE?

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P

CÉSAR PUES ORIGINALMENTE SOY DE ESTADOS UNIDOS, PERO ESPECÍFICAMENTE NACÍ EN NUEVA YORK.

1 **OP FADE OUT TRACK 5 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

2

3 ALEJANDRO REFRESCO, ¿Y ES LO MISMO DECIRTE REFRESCO
4 O GASEOSA?

5

6 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P**

7

8 CÉSAR SÍ, ES LO MISMO, ME SUELEN LLAMAR REFRESCO,
9 GASEOSA, COLA O SODA DEPENDIENDO EN
10 DÓNDE ME ENCUENTRE.

11

12 **OP FADE OUT TRACK 5 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

13

14 ALEJANDRO ¿PUEDES DECIRNOS ALGUNOS BENEFICIOS QUE
15 TIENE EL CONSUMIRTE?

16

17 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P**

18

19 CÉSAR PUES AUNQUE YO ESTE CONSIDERADO UNA
20 BEBIDA CHATARRA SOY MUY BUENO PARA
21 CUANDO A UNA PERSONA SE LE BAJA LA PRESIÓN
22 ARTERIAL, Y PARA MUCHAS OTRAS PERSONAS
23 QUITO EL DOLOR DE CABEZA.

24

25 **OP FADE OUT TRACK 5 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

26

27 ALEJANDRO OYE REFRESCO Y A ¿QUÉ SE DEBEN ESAS
28 PROPIEDADES CURATIVAS QUE TIENES?

29

30 **OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P**

31 CÉSAR A QUE ORIGINALMENTE ME CREARON COMO UN
32 MEDICAMENTO.

33

34 **OP FADE OUT TRACK 5 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P**

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34

ALEJANDRO Y PUEDES DECIRNOS ALGUNOS DAÑOS QUE PROVOCA EL CONSUMIRTE.

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P

CÉSAR NINGUNO.

OP. FADE OUT TRACK 5 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P

ALEJANDRO YA REFRESCO, DINOS LA VERDAD.

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P

CÉSAR BUENO, PUES CAUSA PRINCIPALMENTE LA GASTRITIS, ARTRITIS, OBESIDAD POR LOS ALTOS CONTENIDOS DE AZÚCAR, CARIES Y PUES ES TODO LO QUE TE DIRÉ PORQUE SI DIGO MÁS LOS AMIGOS POLLITOS YA NO ME VAN A CONSUMIR.

OP. FADE OUT TRACK 5 SE LIGA CON TRACK 4 EN 2P

ALEJANDRO ES QUE TE DEBEN DE CONSUMIR MÁXIMO UNA VEZ POR SEMANA, NO DIARIO NI A TODA HORA, POR QUE YA SABEMOS QUE NO ERES TAN SALUDABLE. AUN ASÍ GRACIAS POR ACOMPAÑARNOS REFRESCO ESPEREMOS QUE NUESTROS AMIGOS POLLITOS YA NO TE CONSUMAN TANTO.

OP. FADE OUT TRACK 4 SE LIGA CON TRACK 5 EN 2P

REFRESCO HABER SI TE HACEN CASO POLLÍN, JAJAJA ADIÓS AMIGOS POLLITOS CÓMPRENME.

Fuentes documentales

Aguilar Ortega, Manuel (21 de junio, 2013). Entrevista a Doctor General. Colonia: Pedregal de las Águilas.

Alianza por la Salud Alimentaria. (2013). *Diabetes: #1 causa de muerte en México*. Consultado el 21 de junio del 2013. Disponible en: <http://alianzasalud.org.mx/2013/05/diabetes-1-causa-de-muerte-en-mexico/>

Alianza por la Salud Alimentaria. (2013). *Presentamos nuestra campaña "¿Te comerías 12 cucharadas de azúcar?"*. Consultado el 20 de junio del 2013. Disponible en: <http://alianzasalud.org.mx/2013/05/presentamos-nuestra-campana-te-comerias-12-cucharadas-de-azucar/#sthash.sUVXVtSi.Ed8mEvaT.dpuf>

Alianza por la Salud Alimentaria. (2013). *Publicidad dirigida a la infancia*. Consultado el 20 de junio del 2013. Disponible en: <http://alianzasalud.org.mx/publicidad-dirigida-a-la-infancia/>

Ara Roldán, Alfredo. (2007). *Los alimentos de la A a la Z*. Madrid: EDAF, S.L.

Asociación Americana de Dietética. (2009). *Dietas Vegetarianas: Postura oficial de la America Dietetic Association [ADA]*. Traducido por: Román, David. Consultado el 23 de junio del 2013. Disponible en http://vegetarianismo.net/nutricion/ADA_DietasVegetarianas2009.pdf

Baños Rivera, Rosa María, Botella Arbona, Cristina & Perpiña Tordera, Conxa. (2006). La imagen corporal en los trastornos alimentarios: ¿En qué pueden ayudar las técnicas de realidad virtual [sic]. En *Psicología de los trastornos de alimentación*. Universidad Pontificia de Salamanca: Conferencia

Beba Rosales, Glady Emma. (2008). *Niñez – Resiliencia – Creatividad*. Argentina: Brujas.

Boeree, C. George. (2012). *Teorías de la personalidad: Erik Erikson*.

Traducción: Doctor Gauier, Rafael. Consultado el 9 de febrero del 2014.
Disponible en: <http://www.doctutor.es/wp-content/uploads/2011/11/Eriksson-Teorias-de-la-personalidad.pdf>

Cabello Salguero, María José. (15 de enero, 2011). *Ciencia en educación infantil: la importancia de un “rincón de observación y experimentación” ó “de los experimentos” en nuestras aulas*. Revista Pedagogía Magna, número 10. Página 58 – 63. Consultado el: 12 de abril del 2014. Disponible en: dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3628271.pdf

Cajiga Calderón, Juan Felipe. (s, f). *El concepto de Responsabilidad Social Empresarial*. Centro Mexicano para la Filantropía. Consultado el 19 de mayo del 2014. Disponible en: http://www.cemefi.org/esr/images/stories/pdf/esr/concepto_esr.pdf

Calvillo Unna, Alejandro. (2010, 17 de enero). *Comida chatarra, otra adicción*. Reforma, sección enfoque. Consultado el 18 de mayo del 2014. Disponible en: <http://busquedas.gruporeforma.com/reforma/BusquedasComs.aspx>

Castillo Sánchez M. D., León Espinosa de los Monteros M. T. y Naranjo Rodríguez J. A. (2001). *Creencias erróneas sobre alimentación*. Medicina General. Consultado el 22 de junio del 2013. Disponible en <http://www.mgyf.org/medicinageneral/abril2001/346-350.pdf>

Castro, Salvador. (2007). *México, cocina del siglo XX*. Instituto Nacional de Estudios Históricos de las Revoluciones de México [INEHRM]. Recuperado el 27 de mayo de 2013. Disponible en: http://www.inehrm.gob.mx/imagenes/exc_img_cocina.jpg

Castro, Salvador. (2007). *México, cocina del siglo XX*. Recuperado el 27 de mayo de 2013. Disponible en: http://www.inehrm.gob.mx/imagenes/exc_img_cocina.jpg

Ceballos, Mónica. (2010, 21 de septiembre). *Mitos de la alimentación*. Zócalo, sección Bienestar. Consultado el 22 de junio del 2013. Disponible en <http://www.zocalo.com.mx/seccion/articulo/mitos-de-la-alimentacion>

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (2013). *Niñez mediana (9 a 11 años)*. Consultado el 21 de febrero del 2013. Disponible en:

<http://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/middle2.html>

Confederación de Consumidores y Usuarios [CECU]. (2008). *Falsos mitos sobre la alimentación*. Programa subvencionado por el Ministerio de Sanidad y Consumo – Instituto Nacional del Consumo. Consultado el 22 de junio del 2013. Disponible en http://www.ceu.es/publicaciones/falsos_mitos.pdf

Consejo Nacional para la Cultura y las Artes [CONACULTA]. (2010). *Declara UNESCO Patrimonio Inmaterial de la Humanidad a la Cocina Tradicional Mexicana, Los Parachicos en la fiesta de enero en Chiapa de Corzo y la Pirekua, canto del pueblo purépecha*. Comunicado Número 1846/2010. Consultado el 27 de mayo del 2013. Disponible en: http://www.conaculta.gob.mx/detalle-nota/?id=9436#.UcfKj_kduuk

Cormillor, Alberto, Chaufan, Claudia, Squillace, Silvia & Dima, Estela. (1995). *La dieta del 2000*. Alimentación, salud y recetas. Barcelona: Paidós.

Curley, William. (2013). *Chocolate de alta costura*. China: Blune.

Díaz Vega, José Luis. (1997). *El juego y el juguete en el desarrollo del niño*. México: Trillas.

Diccionario de la Lengua Española. (2001). *Real Academia Española*. (22ª edición. Volumen 1 y 2). México: Espasa Calpe.

- Djalma Vitali, Emanuele. (1982). *Guía para la alimentación II. Los alimentos*.
Barcelona: Ediciones del Serbal. Traducción: Galmarini, Marco Aurelio.
- Dolle, Jean-Marie. (2009). *Para comprender a Jean Piaget*. México: Trillas.
Traducido por Mari Carmen Carrillo.
- Duker, Marilyn & Slade, Roger (2008). *Anorexia nerviosa y bulimia. Un tratamiento integrado*. México: Limusa.
- Egan, Kieran. (1992). *La imaginación en la enseñanza y el aprendizaje: Para los niños intermedios de la escuela*. Argentina: Amorrortu. Traducido por Eduardo Sinnott.
- Estrada Márquez, N. (2004). *La alimentación en el México antiguo*. *Con+Ciencia*, Revista electrónica de ciencia. Recuperado el 24 de mayo de 2013.
Disponible en:
http://www.conevyt.org.mx/cursos/recursos/con_mas_ciencia/001/alimentacion_mex_antiguo.html
- Faw, Terry. (1981). *Teoría y problemas de psicología del niño*. México: McGraw-Hill. Traducción de Lucila M. De Díaz del Castillo.
- Fernández Aranda, Fernando. (1998). *Trastornos de la alimentación. Guía básica de tratamiento en anorexia y bulimia*. Barcelona: Masson, S.A.

Ferreyra Ritta, Julieta C. (s, f) [sic] *¿Azúcar o edulcorante?*. Organización Comercial. Sección Diabetes. Consultado el 11 de febrero del 2014. Disponible en: <http://www.alimentacion-sana.org/PortalNuevo/actualizaciones/azucar%20o%20edulcorante.htm>

Fingermann, Greogorio. (1970). *El juego y sus proyecciones sociales*. Argentina: El ateneo.

Flavell, Jonh H. (1984). *El desarrollo cognitivo*. Madrid: Visor libros. Traducido por Juan Ignacio Pozo.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (s, f). *El doble reto de la malnutrición y la obesidad. Salud y nutrición*. Consultado el 11 de junio del 2013. Disponible en: <http://www.unicef.org/mexico/spanish/17047.htm>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (s, f). *Salud y nutrición*. México: UNICEF. Consultado el 8 de junio del 2013 Disponible en: <http://www.unicef.org/mexico/spanish/17047.htm>

Fundación Argentina María Montessori. (s, f). *El método Montessori*. Consultado el 3 de julio de 2013. Recuperado en: <http://www.fundacionmontessori.org>

Fundación EROSKI. (s, f). *Alimentación del niño de 4 a 11 años*. Consultado el 8 de octubre del 2014. Disponible en: <http://trabajoyalimentacion.consumer.es/documentos/4-11/intro.php>

Fundación EROSKI. (s, f. a). *Los alimentos y sus componentes*. Consultado el 8 de junio del 2013. Disponible en: <http://trabajoyalimentacion.consumer.es/documentos/componentes3.php>

Fundación EROSKI. (s, f. b) *Dieta y ejercicio*. Escuelas Idea Sana EROSKI. Consultado el 15 de febrero del 2014. Disponible en: http://ideasana.fundacioneroski.es/web/es/15/escuela_2/escuela_2.pdf

García Calderón, Carola. (2011). *Los alimentos chatarra en México, Regulación publicitaria y autorregulación*. Derecho a comunicar, Revista científica de la Asociación Mexicana de Derecho a la Información. Número 2. Fecha de consulta: 8 de junio del 2013. Disponible en: http://www.derechoacomunicar.amedi.org.mx/pdf/num2/11-carola_garcia.pdf

García Urigüen, Pedro. (2012). *La alimentación de los mexicanos*. Cambios sociales y económicos, y su impacto en los hábitos alimenticios. México: Cámara Nacional de la Industria de Transformación [CANACINTRA]. Fecha de consulta: 8 de junio del 2013. Disponible en: http://www.canacindra.org.mx/sectores/alimentos/alimentacion_mexicanos.pdf

Giménez, Gilberto. (1997). *La sociología de Pierre Bourdieu*. Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM. Consultado el 23 de junio del 2013. Disponible en: <http://www.paginasprodigy.com/peimber/BOURDIEU.pdf>

Greenpeace. (2012). *Y Tú... ¿Sabes lo que comes?* Guía de transgénicos y consumo responsable. 3ª edición. Consultado el 12 de junio del 2013. Disponible para su descarga en <http://www.greenpeace.org/mexico/es/Campanas/Agricultura--sustentable--y-transgenicos/Y-tu-sabes-lo-que-comes/descarga/gracias/>

Gómez Font, Alberto. (2006). *Donde dice... Debiera decir....* Buenos Aires: Áncora. 1ª edición.

Grupo Bimbo S. A. B. de C. V. (2010). *Responsabilidad Social*. Consultado el 28 de noviembre de 2013. Disponible en: <http://www.bimbo.com.mx/conocenos/responsabilidad-social>

Guerrero, Luz. (2014) *¿Qué significa "vegano" y cómo es diferente a "vegetariano"?*. Consultado el 12 de mayo del 2014. Disponible en: <http://vidaverde.about.com/od/Vida-saludable/g/Que-Significa-Vegano-Y-Como-Es-Diferente-A-Vegetariano.htm>

Hendricks Kristy M. (2001). *Manual de Nutrición Pediátrica*. México: Intersistemas. Traducción: Celia Pedroza Soberanis.

Herdez, S.A. de C.V. (s, f). *Fundación Herdez*. Consultado el 28 de noviembre del 2013. Disponible en: <http://www.fundacionherdez.com.mx/>

Herdez, S.A. de C.V. (s, f). *Vincularse un paso más como empresa socialmente responsable*. Consultado el 28 de noviembre del 2013. Disponible en <http://www.vincularsegrupoherdez.com/>

Informador. (14 de marzo). *La gastronomía se nutre con la independencia*. El Informador, sección cultura. Consultado el 27 de mayo del 2013. Disponible en: <http://www.informador.com.mx/cultura/2010/185512/6/la-gastronomia-se-nutre-con-la-independencia.htm>

Instituto de Estudios del Azúcar y la Remolacha. (s, f). *El azúcar en la alimentación*. N.01. Informes sobre azúcar y alimentos azucarados. Consultado el 11 de febrero del 2014. Disponible en: http://www.iedar.es/pdf/N1_El_azucar_en_la_alimentacion_Examinando_la_evidencia.pdf

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2011). *Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares: ENIGH: temas, categorías y variables*. México: INEGI. Consultado el 4 de junio de 2013. Recuperado en: http://www.inegi.org.mx/est/contenidos/espanol/metodologias/encuestas/hogares/enigh10_temas.pdf

Instituto Nacional de Salud Mental. (2011). *Trastornos de la Alimentación*. National Institute of Mental Health [NIMH siglas en inglés]. Consultado el 21 de junio del 2013. Disponible en

<http://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastornos-de-la-alimentaci-n/eating-disorders.pdf>

Instituto Nacional de Salud Pública. (2012). *Informe de resultados*. Módulo del Programa de Oportunidades en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición [ENSANUT]. Consultado el 4 de junio de 2013. Disponible en: http://www.oportunidades.gob.mx/EVALUACION/es/wersd53465sdg1/docs/2012/ensanut_2012_informe_resultados.pdf

Instituto Nacional de Salud Pública y Secretaría de Salud (2006) en Museo Tecnológico de la Comisión Federal de Electricidad (2013). *Jarra del buen beber*. Visitado el: 30 de mayo del 2013.

Iturriaga, José N. (1998a). El encuentro de los dos mundos gastronómicos en *Las cocinas de México I*. México: Fondo de Cultura Económica. Consultado el 24 de mayo de 2013. Disponible en <http://bibliotecadigital.ilce.edu.mx/sites/fondo2000/vol2/20/htm/libro39.htm>

Iturriaga, José N. (1998b). Maíz, frijol y chile: común denominador de las cocinas de México en *Las cocinas de México I*. México: Fondo de Cultura Económica. Consultado el 24 de mayo de 2013. Disponible en <http://bibliotecadigital.ilce.edu.mx/sites/fondo2000/vol2/20/htm/libro39.htm>

Iturriaga, Yuridia. (2002, 1 de marzo). *Gastronomía mexicana, patrimonio de la humanidad*. Consultado el 27 de mayo del 2013. Disponible en: <http://www.jornada.unam.mx/2002/03/01/per-portada.html>

Kaplún, Mario (1978). *Producción de programas de radio*. El guión – la realización.
Quito: Ciespal.

Kaplún, Mario (1998). *Una pedagogía de la comunicación*. Madrid: Ediciones de la
Torre.

L. Morgan, Sarah & L. Weinsier, Roland. (2000). *Nutrición clínica*. Madrid: Harcourt.
Traducción: editorial EDIDE, S.L.

La Primaria Montessori de Santo Domingo. (s, f). *Biografía María Montessori*.
Consultado el 3 de julio del 2014. Disponible en:
[http://www.primariamontessori.edu.do/EXPAGES/biografiamariamontessori.
asp](http://www.primariamontessori.edu.do/EXPAGES/biografiamariamontessori.asp)

Linares Quintero, Marco Julio. (2002). *El Guion: Elementos, formatos y estructuras*.
México: Pearson Educación. 6ª edición.

Lopera, Manuela. (2013, 21 de marzo). *Trastornos alimenticios en los pequeños*. *El
espectador*, sección: mi bebé. Consultado el 21 de junio del 2013.
Disponible en [http://www.elespectador.com/vivir/bebe/articulo-411691-
trastornos-alimenticios-los-pequenos](http://www.elespectador.com/vivir/bebe/articulo-411691-trastornos-alimenticios-los-pequenos)

López Vigil, José Ignacio. (1997). *Manual urgente para radialistas apasionados*.
Consultado el 2 de diciembre del 2013. Disponible en:

<http://cdn.saltoscuanticos.org/sites/2/2010/07/Manual-urgente-para-radialistas-apasionad@s.pdf>

Maier, Henry William. (1976). *Tres teorías sobre el desarrollo del niño: Erikson, Piaget y Sears*. Buenos Aires: Amorrortu. 1ª ed. 11ª reimp. Traducción de: Aníbal C. Leal.

Martínez, Ana Teresa. (2007). *Pierre Bourdieu: Razones y lecciones de una práctica sociológica*. (del estructuralismo genético a la sociología reflexiva). Buenos Aires: Manantial.

Mejía Barquera, Fernando. (2013, 14 de noviembre). *La radio: medio en crisis*. Milenio, sección: firmas. Consultado el 28 de noviembre del 2013. Disponible en: http://www.milenio.com/firmas/fernando_mejia_barquera/radio-medio-crisis_18_190360989.html

Mercado, Luciano Hernando. (2009). *Juego y recreación en educación*. Un manual de reflexión. Brujas: Argentina. 1ª edición.

Ministerio de Sanidad y Consumo y Ministerio de Educación y Ciencia. (s, f). *Actividad Física y Salud en la Infancia y la Adolescencia*. Guía para todas las personas que participan en su educación. España: Salud Pública. Promoción de la Salud y Epidemiología. Consultado el 7 de agosto del 2013. Disponible en

<http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adultos/actiFisica/docs/ActividadFisicaSaludEspanol.pdf>

Ministerio de Sanidad y Consumo y Ministerio de Educación, Política Social y Deporte. (s, f). *La actividad física en la infancia*. España: Programa Perseo. Consultado el 8 de agosto del 2013. Disponible en http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/docs/docs/programa_perseo/material_divulgativo/Actividad_fisica_FINAL.pdf

Monro, Maoushka (2002). *Hablemos de anorexia*. Barcelona: Hispano europea. Traducción de: Rocha, Luis.

Montes, Luisa y Berges, Gerardo. (9 de septiembre de 2013). *Las empresas más sustentables de México*. En Revista Forbes. Consultado el 20 de mayo del 2014. Disponible en: <http://www.forbes.com.mx/sites/las-empresas-mas-sustentables-de-mexico/>

Montes de Oca Barrera, Laura Beatriz. (2011). *Analítica del poder de la responsabilidad social empresarial en México*. Comida “chatarra” y transgénicos en disputa. Estados Unidos: Editorial Académica Española

Moreno Medina, Rafael Aniceto (14 de junio, 2013). Entrevista a Nutriólogo. Colonia: Pedregal de las Águilas.

Olivares, S., Zacarías, I. y González CG. (s, f). *Guía de alimentación del escolar 6 a 10 años*. Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos de la

Universidad de Chile. Consultado el 21 de mayo del 2014. Disponible en:
http://www.inta.cl/revistas/Diptico6_10a.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2013). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*. Consultado el 7 de agosto del 2013.
Disponible en:
http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/es/

Parametría. (2013). *México, país refresquero*. Consultado el 8 de Febrero del 2014.
Disponible en:
http://www.parametria.com.mx/carta_parametrica.php?cp=4538

Pérez, Maillo, A. & Tamarit Rodríguez, Ana. (2004). *Cómo estimular la comprensión y la imaginación a través de la radio en la prensa infantil*. En Ignacio Blanco, Alfonso & Fernández Martínez, Pilar, *El lenguaje radiofónico: la comunicación oral*. (pp. 91). Madrid: Fragua.

Piaget, Jean. (1961). *La formación del símbolo en el niño Imitación, juego y sueño Imagen y representación*. Fondo de Cultura Económica: México 1ª edición.
Traducido por Gutiérrez, José.

Piaget, Jean. (1983). *Seis estudios de psicología*. Barcelona: Ariel. Traducido por Petit, Nuria.

Piaget, Jean. (1973). *Psicología y epistemología*. Barcelona: Ariel. Traducido por Fernández Buey, Francisco J.

Plazas, Maite. (2004). Nutrición del preescolar y el escolar. En Casanueva, Esther, Kaufer-Horwitz, Martha, Pérez-Lizaur, Ana Berta, Arroyo, Pedro. *Nutriología Médica*. México: Panamericana.

Prieto García-Tuñón, María Asunción y Medina Rubio, Rogelio. (2005). *El juego simbólico, agente de socialización en la educación infantil: planteamientos teóricos y aplicaciones prácticas*. Universidad Nacional de Educación a Distancia: Madrid. 1ª edición.

Ramos Galván, Rafael. (1985). *Alimentación normal en niños y adolescentes: Teoría y práctica*. México: El manual moderno.

Televisora Venezolana Social. (2011). *Terrorismo Alimenticio: Las consecuencias de la comida chatarra en tu cuerpo: Coca-Cola, hamburguesas*. Programa "TV Foro". Conduce el periodista Castillo, William. Invitados: ingeniero en alimentos Ramos, Odín y el investigador naturista González, Daniel. Consultado el 8 de junio del 2013. Disponible en: <http://www.youtube.com/watch?v=Gpc3Q9uzKv8&feature=share&list=PL656C816B5C2CD8A0>

Rodero, Emma. (2008). *Educación a través de la radio*. Signo y Pensamiento, volumen XXVII, número 52, enero-junio, 2008, página 97-109, Pontificia Universidad

Javeriana, Colombia. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal. Sistema de información Científica. Consultada el 22 de marzo del 2014. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/860/86005207.pdf>

Secretaría de Educación Pública. (2011). *Educación de la sexualidad y prevención del abuso sexual infantil*. 2ª Edición. Consultado el 4 de junio del 2013. Disponible en: http://www2.sepdef.gob.mx/info_dgsei/archivos/DGSEI_Educacion_de_la_sexualidad_y-prevencion_del_abuso_sexual_infantil.pdf

Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales. (s, f). *Tipos de Ecosistemas que existen en México*. Cruzada Nacional por los Bosques y el Agua. Consultado el 24 de mayo del 2013. Disponible en: <http://cruzadabosquesagua.semarnat.gob.mx/ecosistemas.html>

Sánchez, Enrique. (2013, 12 de noviembre). *Impuesto a comida chatarra no disminuirá su consumo: Salud DF*. Excelsior. Consultado el 8 de febrero del 2014. Disponible en: <http://www.excelsior.com.mx/comunidad/2013/11/12/928377>.

Sherman, Roberta & Thompson, Ron (1999). *Bulimia. Una guía para familiares y amigos*. México: Trillas. Traducción de Moreno Canalejas, María Elisa.

Spurlock, Morgan (Director). (2004). *Super-Size Me*. [Súper engórdame]. Estados Unidos: Documental.

The Coca-Cola Export Corporation Sucursal en México. (2012). *2012 en números*. Consultado el 28 de noviembre del 2013. Disponible en: <http://sustentabilidadcoca-cola.com.mx/>

Valadez, Blanca. (2010, 8 de febrero). *México, paraíso de la comida chatarra*. Milenio, impreso tendencias. Recuperado el 12 de junio del 2013. Disponible en: <http://www.milenio.com/cdb/doc/noticias2011/562a77fdb11ec7137554a9298b265759>

Vigotsky, Lev Semiónovich (2001). *La imaginación y el arte en la infancia Ensayo psicológico*. México: Ediciones Coyoacán. Traducido por Rincón Pérez. David A.

