

### Paráfrasis

La paráfrasis consiste en sustituir algunas palabras y frases de algún texto o mensaje oral por sinónimos. Cuando un texto o un conocimiento lo expresas con tus **propias palabras**, de manera organizada, con continuidad, coherencia y sin omitir lo esencial, estás realizando una **paráfrasis**.

La paráfrasis se puede dar tanto de manera oral como escrita, es una técnica que te ayuda a desarrollar habilidades intelectuales de alto grado de complejidad, a aumentar tu capacidad para la comprensión lectora y auditiva, a reorganizar la información leída, a darle un orden a tus ideas, a desarrollar el vocabulario, y facilitar la adquisición de conocimientos.

Para hacer una paráfrasis, primero tienes que leer por lo menos dos o tres veces el tema y subrayar los puntos más interesantes. Es importante leer cada detalle del texto ya que así sabrás muy bien los puntos más relevantes del tema. Una vez subrayados intenta comprender el contenido, evita aprendértelo de memoria porque si se te llega a olvidar una palabra se te olvida todo. Lo mejor es entender el texto, así cuando te toque parafrasear, lo harás con tus propias palabras.