4.2. Poemas y caligramas: la palabra como materia plástica

4.2.1. La poesía como puerta de entrada a la escritura creativa

Para muchos adolescentes, la poesía es un género que perciben como "difícil", "anticuado" o "demasiado abstracto". Sin embargo, cuando se les presentan poemas que conectan con sus emociones y experiencias, o cuando descubren que la poesía también puede ser **visual y lúdica**, su actitud cambia radicalmente.

La poesía breve y el caligrama ofrecen ventajas únicas en el aula:

- **Condensación:** En pocas palabras cabe un mundo de significado.
- **Intensidad emocional:** La poesía trabaja con la esencia de las emociones.
- **Juego con el lenguaje:** Las palabras pueden romperse, estirarse, combinarse de formas inesperadas.
- **Dimensión visual:** El caligrama añade el componente plástico, ideal para alumnos con dificultades con el texto continuo.
- **Conexión con la música:** La poesía está en las canciones que escuchan (como vimos en el apartado de rap).

Como señala la poeta María Victoria Reyzábal:

> “El poema debe leerse, escribirse, gozarse como una unidad en la que cada uno de los elementos conforman un todo, compuesto por partes significantes en sí

Copyright 2026

> mismas, pero interdependientes.

4.2.2. Poemas breves para analizar en clase

Ejemplo 1: Emily Dickinson – "1212" (sobre el poder de las palabras)

Emily Dickinson (1830-1886) escribía para sí misma; apenas diez de sus poemas fueron publicados de forma anónima en vida. Este poema, perteneciente a su producción más madura, postula el carácter creativo del lenguaje :

> “Una palabra está muerta
> cuando se la pronuncia,
> dicen algunos.
> Yo digo que a vivir
> recién empieza
> ese día.

Análisis para el aula:

Elemento	Observación
Tema	El poder de las palabras, su capacidad de crear realidad
Estructura	6 versos breves, sin rima, con una estructura dialéctica (unos dicen / yo digo)
Recursos	Personificación (la palabra "vive"), antítesis (muerta / vivir)
Conexión adolescente	La idea de que las palabras tienen poder resuena con su experiencia en redes sociales

Preguntas para el aula:

- ¿Estás de acuerdo con los que dicen que la palabra "muere" al pronunciarse? ¿O con Dickinson?

- ¿Qué palabras "viven" después de pronunciarlas? ¿Puedes poner ejemplos?
- ¿Alguna vez has dicho algo que haya cambiado algo?

Ejemplo 2: Alejandra Pizarnik – "Futuro" (la incertidumbre adolescente)

La poeta argentina Alejandra Pizarnik (1936-1972) es una de las voces más intensas de la poesía hispanoamericana. Este poema breve condensa una emoción universal :

> me dicen
> tienes la vida por delante
> pero yo miro
> y no veo nada

Análisis para el aula:

Elemento	Observación
Tema	La presión del futuro, la incertidumbre adolescente
Estructura	Verso libre, extremadamente breve (4 versos)
Recursos	Antítesis entre lo que le dicen y lo que ella siente; elipsis (no sabemos quién habla)
Conexión adolescente	La sensación de que los adultos proyectan expectativas que no se corresponden con la propia experiencia

Preguntas para el aula:

- ¿Alguna vez has sentido eso que dice Pizarnik?
- ¿Quiénes son los "me dicen" en tu vida?
- ¿Por qué crees que "no veo nada" es tan potente como final?

Ejemplo 3: Mario Benedetti – "Síndrome" (el paso del tiempo)

Mario Benedetti (1920-2009) es uno de los poetas más queridos y accesibles para adolescentes. Este poema aborda el paso del tiempo con ironía y ternura:

> Todavía tengo casi todos mis dientes
> casi todos mis cabellos y poquísimas canas
> puedo hacer y deshacer el amor
> trepar una escalera de dos en dos
> y correr cuarenta metros detrás del ómnibus
> o sea que no debería sentirme viejo
> pero el grave problema es que antes
> no me fijaba en estos detalles.

Análisis para el aula:

Elemento	Observación
Tema	El envejecimiento, la conciencia del paso del tiempo
Estructura	Verso libre, tono coloquial, casi narrativo
Recursos	Ironía, enumeración, antítesis entre lo objetivo y lo subjetivo
Conexión adolescente	Les permite reflexionar sobre el tiempo desde otra perspectiva

Preguntas para el aula:

- ¿Qué significa "el grave problema es que antes no me fijaba en estos detalles"?
- ¿En qué detalles te fijas tú ahora que antes no notabas?
- Escribe tu propio "síndrome" sobre algo que hayas empezado a notar.

Ejemplo 4: Juan Carlos Mestre – "La cabeza" (identidad y extrañamiento)

Juan Carlos Mestre (1957) es un poeta leonés, Premio Nacional de Poesía 2008. Su poesía tiene un tono surrealista y lúdico que conecta muy bien con los adolescentes :

> “Se me ha ido la cabeza
>
> No soy el primero ni el último a quien de repente se le va la cabeza
>
> Un día te levantas y no hay nadie sobre los hombros

Análisis para el aula:

Elemento	Observación
Tema	La identidad, la pérdida de uno mismo, la confusión
Estructura	Tres versos de longitud creciente; tono coloquial
Recursos	Metáfora ("se me ha ido la cabeza" literalizada), hipérbole, ironía
Conexión adolescente	La experiencia de sentirse "descolocado", de no reconocerse

Preguntas para el aula:

- ¿Qué significa "no hay nadie sobre los hombros"? ¿Te ha pasado alguna vez?
- ¿Por qué crees que Mestre usa un lenguaje tan coloquial para un tema tan profundo?
- Escribe tu propio poema sobre una sensación de extrañeza.

Ejemplo 5: Anónimo – "Cuando el mar sea redondo" (amor y eternidad)

Este poema anónimo, de origen popular, utiliza una estructura clásica de condicionales imposibles para hablar de un amor eterno :

> Cuando el mar sea redondo
> y el sol deje de brillar,
> ese será el día
> en que te pueda olvidar.

Análisis para el aula:

Elemento	Observación
Tema	El amor eterno, la promesa de fidelidad
Estructura	Cuatro versos, rima asonante
Recursos	Hipérbole, imágenes imposibles, paralelismo
Conexión adolescente	La intensidad del primer amor, la necesidad de eternidad

Preguntas para el aula:

Copyright 2026

- ¿Por qué crees que usa imágenes imposibles (mar redondo, sol que deja de brillar)?
- ¿Conoces canciones actuales que usen este mismo recurso?
- Escribe tu propia versión con otras imágenes imposibles.

Ejemplo 6: Rupi Kaur – "Sobre ser independientes" (amor y autonomía)

Rupi Kaur (1992) es una de las poetas contemporáneas más leídas por adolescentes. Su estilo directo y sus temáticas conectan inmediatamente con ellos :

> No quiero tenerte
> para llenar las partes vacías que hay en mí,
> quiero estar llena por mí misma.
> Quiero estar tan completa
> que pueda iluminar una ciudad entera
> y luego
> quiero tenerte
> porque nosotros dos
> combinados
> podemos prenderle fuego.

Análisis para el aula:

Elemento	Observación
Tema	El amor desde la autonomía, no desde la carencia
Estructura	Verso libre, sin rima, con cortes abruptos
Recursos	Metáfora de la luz, antítesis, gradación
Conexión adolescente	Habla del amor desde una perspectiva que ellos reconocen como más sana

Preguntas para el aula:

- ¿Qué diferencia hay entre "tener a alguien para llenar vacíos" y "tener a alguien estando ya completo"?
- ¿Por qué las imágenes de luz ("iluminar", "prender fuego") son tan poderosas?
- ¿Conoces canciones que hablen de esta forma de amor?

Copyright 2026

4.2.3. Poemas escritos por adolescentes

Incluir ejemplos escritos por otros jóvenes es especialmente motivador. Aquí hay dos poemas reales de adolescentes publicados en concursos literarios.

Ejemplo 7: "Soy" de Ana María Nivia Pardo

Este poema fue seleccionado en un concurso juvenil y aborda el tema de la identidad y la superación :

> Esta vez
> La explosión de realidad,
> No dejó ningún cráter
> O quizás ninguno nuevo.
>
> Esta vez ya no soy
> Ni me siento una víctima en prisión,
> De las manos que años atrás
> no supieron tocar con honesta suavidad
> Mi territorio.
>
> [...]
>
> No soy mi furia,
> No soy lo que sucedió,
> No soy lo que me hicieron,
> Soy una llama,
> Soy una estrella...
> Que a veces ilumina.
> Y otras veces,
> Arde.

Análisis para el aula:

Elemento	Observación
Tema	La identidad, la superación del trauma, la autoafirmación
Estructura	Verso libre, con repeticiones y paralelismos

Copyright 2026

Elemento	Observación
Recursos	Anáfora ("No soy..."), metáforas (llama, estrella), antítesis (ilumina/arde)
Conexión adolescente	Escrito por una joven, habla de experiencias que muchos comparten

Ejemplo 8: "Divina" de Jessica Marroquín

Este poema de una joven mexicana juega con el lenguaje y reivindica una nueva forma de entender lo divino :

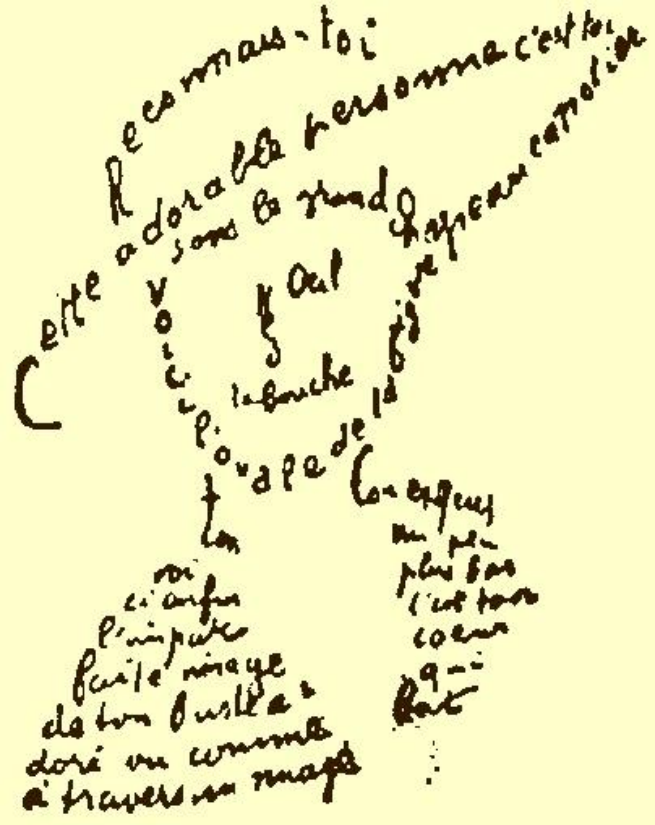
> Soy 'divina'
> pero no como sugiere la 'religión',
> sumisa y abnegada
> sino revolucionaria
>
> Soy 'divina'
> porque soy luz en medio del caos
> porque soy inteligente, hermosa y sensual
> porque siempre que esté conmiga, no estaré sola
> porque soy la diosa de mi munda
>
> Soy 'divina'
> como amigas
> todas [gran]diosas
> todas feministas

Análisis para el aula:

Elemento	Observación
Tema	El empoderamiento femenino, la resignificación de términos
Estructura	Verso libre, con juegos tipográficos ([gran]diosas)
Recursos	Ironía, reinterpretación, neologismos ("conmiga", "munda")
Conexión adolescente	El lenguaje juvenil, el feminismo, la reivindicación identitaria

Copyright 2026

4.2.4. Caligramas: la poesía visual



El caligrama es un poema, frase o palabra cuya finalidad es formar una figura acerca de lo que trata. La imagen creada por las palabras expresa visualmente lo que el texto dice . Fueron popularizados por el poeta vanguardista Guillaume Apollinaire en las primeras décadas del siglo XX, aunque sus orígenes se remontan al período helenístico .

Características del caligrama

- **Fusión de palabra e imagen:** El texto dibuja el objeto del que habla.
- **Dimensión plástica:** Puede ser dibujado a mano o creado digitalmente.
- **Libertad creativa:** No hay restricciones temáticas.
- **Accesibilidad:** No requiere habilidades avanzadas de dibujo.

Propuesta de caligrama con poemas

Una actividad muy efectiva es tomar un poema breve y convertirlo en caligrama.

Copyright 2026

- Por ejemplo, este fragmento de Federico García Lorca puede dibujar una luna :

> Cuando sale la luna,
> el mar cubre la tierra
> y el corazón se siente
> isla en el infinito.

Los alumnos pueden escribir estos versos formando la silueta de una luna creciente, o dibujar el contorno de una luna y rellenarla con las palabras.

- Este fragmento de Mario Benedetti puede convertirse en una botella en el mar :

> Pongo estos seis versos
> en mi botella al mar
> con el secreto designio
> de que algún día llegue
> a una playa casi desierta
> y un niño la encuentre
> y la destape
> y en lugar de versos
> extraiga piedritas
> y socorros y alertas
> y caracoles.

- El célebre poema de Antonio Machado puede dibujar un camino :

> Caminante, son tus huellas
> el camino y nada más;
> caminante, no hay camino,
> se hace camino al andar.

Los alumnos pueden escribir estos versos formando una senda que serpentea, o dibujar las huellas de unos pies y rellenarlas con las palabras.

Copyright 2026

4.2.5. Actividades para el aula con poemas y caligramas

Actividad 1: "El poema que me representa"

Tiempo: 50 minutos
Objetivo: Que los alumnos encuentren en la poesía un medio de expresión personal.

Fase 1: Lectura y selección (15 minutos)

- Reparte fotocopias con los poemas de estos ejemplos u otros que encuentres más oportunos.
- Cada alumno lee en silencio y elige el poema con el que más se identifica.
- En parejas, comentan por qué han elegido ese poema.

Fase 2: Análisis guiado (15 minutos)

- Proyecta el poema elegido por la mayoría.
- Analizad juntos: tema, recursos, emoción que transmite.
- Identificad qué palabras o versos son los más poderosos.

Fase 3: Escritura (20 minutos)

- Cada alumno escribe su propio poema breve sobre un tema similar.
- Extensión: 4-8 versos.
- Pueden usar algún recurso de los vistos (repetición, imágenes imposibles, tono coloquial).

Fase 4: Compartir (opcional)

- Quien lo desea lee su poema en voz alta.
- *Feedback*.

Actividad 2: "Versos colaborativos"

Tiempo: 45 minutos
Objetivo: Crear un poema colectivo a partir de versos individuales.

Fase 1: Lluvia de ideas (10 minutos)

- Elegid un tema entre todos (amor, amistad, futuro, soledad, el instituto).

Copyright 2026

- Cada alumno escribe un verso sobre ese tema en un papel.

Fase 2: Construcción colectiva (20 minutos)

- Recoge todos los versos.
- Léelos en voz alta y, entre todos, ordenadlos para construir un poema colectivo.
- Podéis repetir versos, poner algunos como estribillo, etc.

Fase 3: Celebración (15 minutos)

- Copiad el poema final en la pizarra o en un papel grande.
- Leedlo todos juntos en voz alta.
- Si alguien quiere, puede copiarlo y decorarlo.

Actividad 3: Taller de caligramas

Tiempo: 60 minutos
Objetivo: Crear un poema visual fusionando palabra e imagen.

Material necesario: Folios, lápices, rotuladores, poemas breves para inspirarse.

Fase 1: Introducción y ejemplos (10 minutos)

- Explica qué es un caligrama con los ejemplos de Apollinaire y las propuestas de Lorca, Benedetti y Machado .
- Muestra imágenes de caligramas (puedes buscar en internet o en el material del curso).

Fase 2: Elección del tema y el texto (10 minutos)

- Cada alumno elige:
  - Un poema breve propio o de los vistos en clase.
  - Una forma que represente el tema (corazón, luna, sol, árbol, botella, camino, etc.).
- Hacen un boceto muy sencillo de la forma elegida.

Fase 3: Creación (30 minutos)

- Escriben el poema dentro de la forma elegida, ajustando el tamaño de la letra y la dirección para que encaje.
- Pueden repasar con rotulador, añadir color, etc.

Fase 4: Exposición (10 minutos)

- Colgad los caligramas en las paredes del aula.

Copyright 2026

- Pasead por la clase como en una galería, observando las creaciones de los compañeros.

Variantes y adaptaciones :

Tema	Poema sugerido	Forma posible
Luna	Lorca: "Cuando sale la luna..."	Media luna
Sol	Neruda: "A plena luz de sol..."	Círculo con rayos
Estrella	Milanés: "Yo no te pido que me bajes una estrella..."	Estrella
Lluvia	Borges: "La lluvia"	Gotas cayendo
Camino	Machado: "Caminante, no hay camino..."	Senda serpenteante
Gato	Neruda: "Oda al gato"	Silueta de gato
Botella	Benedetti: "Botella al mar"	Botella

Actividad 4: "Del poema al vídeo-poema"

Tiempo: 60 minutos (más trabajo en casa)
Objetivo: Integrar poesía y lenguaje audiovisual.

Fase 1: Elección (10 minutos)

- Cada alumno elige un poema de los trabajados (o escribe uno propio).

Fase 2: Planificación (15 minutos)

- Piensan qué imágenes podrían acompañar al poema (propias, grabadas o buscadas).
- Hacen un pequeño storyboard de 4-6 escenas.

Fase 3: Creación (en casa)

- Graban o buscan las imágenes.
- Con una app sencilla (CapCut, InShot), montan el vídeo con el poema recitado de fondo o con subtítulos.

Fase 4: Proyección (35 minutos)

Copyright 2026

- En clase, proyectamos los vídeo-poemas.
- Comentamos qué transmite cada uno.

4.2.6. Para ampliar: otros poetas recomendados para Secundaria

La editorial Kalandraka ha publicado recientemente dos antologías poéticas ilustradas ideales para Secundaria :

1. **Francisca Aguirre (1930-2019) – *La tibia mano de mi hija***
   - Premio Nacional de Poesía 2011
   - Poemas breves, intensos, con ilustraciones de su hija Guadalupe Grande
   - Ideal para trabajar la memoria, la infancia, el paso del tiempo
2. **Juan Carlos Mestre (1957) – *La historia del movimiento obrero de las hormigas***
   - Premio Nacional de Poesía 2008
   - Poemas con tono surrealista y lúdico, ilustrados por el propio autor
   - Ideal para trabajar el extrañamiento, el humor, la crítica social

Revision #3
Created 2026-02-22 18:54:16 CET by Clara Giner
Updated 2026-03-02 17:04:06 CET by Clara Giner

Copyright 2026