

***Yo escribo peor que ellos, pero puntúo mejor***

***La coma en el ojo ajeno***

© Miguel Ángel de la Fuente González

**Emilia Gómez Prado**    **Bióloga y divulgadora científica**  
[“Poca cama, poco plato y mucho zapato”]  
J. M.

Este refrán nos habla de movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también, o de ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho y luego el resto del día, tumbados. La vida activa es moverse. Hay que moverse cada día y cuanto más te muevas, mejor. Si además haces ejercicio, perfecto, pero es mucho más importante identificar que el cuerpo está diseñado para moverse.

***Puntuar  
de otra  
forma***

(J. M.: “Las jornadas laborales de la mayoría...”. *El País*, 24.06.23, 31).

## PROPUESTA Y FUNDAMENTACIÓN

Proponemos siete cambios de puntuación. Reproducimos ambas versiones (la original primero):

Este refrán nos habla de movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también, o de ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho y luego el resto del día, tumbados. La vida activa es moverse. Hay que moverse cada día y cuanto más te muevas, mejor. Si además haces ejercicio, perfecto, pero es mucho más importante identificar que el cuerpo está diseñado para moverse.

Este refrán nos habla de movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también[;] o de ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho[,] y luego[,] el resto del día, tumbados. La vida activa es moverse[:] **h**ay que moverse cada día[,] y cuanto más te muevas, mejor. Si[,] además[,] haces ejercicio, perfecto[;] pero es mucho más importante identificar que el cuerpo está diseñado para moverse.

1) Sustituimos, por punto y coma, la coma previa a la conjunción **o**, que coordina dos complementos de régimen encabezados por **de**, con comas internas. Reproducimos ambas versiones (la original primero):

Este refrán nos habla de movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también, **o** de ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho y luego el resto del día, tumbados.

Este refrán nos **habla de** movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también[;] **o de** ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho, y luego, el resto del día, tumbados.

Según la normativa, se escribe punto y coma entre los miembros de las construcciones copulativas si se trata de “expresiones complejas que incluyen comas o que presentan cierta longitud” (*Ortografía de la lengua española* 2010: 352).

Reproducimos de nuevo nuestra propuesta:

Este refrán nos **habla de** movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también[;] **o de** ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho, y luego, el resto del día, tumbados.

Su estructura sintáctica la podríamos visualizar así:

Este refrán **nos habla**

**de** movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también[;]

**o de** ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho,  
**y** luego, el resto del día, tumbados.

2) Proponemos puntuar ante la conjunción **y** situada en un contexto de contigüidad ambigua (problemática, por tanto). Reproducimos ambas versiones (la original primero):

Este refrán nos habla de movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también, o de ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho **y** luego el resto del día, tumbados.

Este refrán nos habla de movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también; o de ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho[,] **y** luego, el resto del día, tumbados.

En torno a la conjunción **y**, tenemos dos complementos circunstanciales de tiempo que modifican a dos segmentos diferente:

... de siete a ocho **y** luego ...

La norma se refiere a “casos en que el uso de la coma ante una de las conjunciones [y, ni, o...] es admisible e, incluso, necesario”. Por ejemplo, “cuando la secuencia que encabezan [esas conjunciones] enlaza con todo el predicado [o segmento] anterior, y no con el último de sus miembros coordinados” (*Ortografía...* 2010: 324). Conviene, por tanto, distanciarlas introduciendo una coma ante la conjunción y:

... ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho[,] y luego, el resto del día, tumbados.

Su estructura sintáctica la podríamos visualizar así:

Este refrán **nos habla de** movimiento, no de ir al gimnasio...;

**o de ir** al gimnasio a machacarnos de siete a ocho[,]  
**y luego,** el resto del día, **tumbados.**

3) Proponemos completar, con la primera coma, el aislamiento de la construcción temporal *el resto del día* (inciso). Reproducimos ambas versiones (la original primero):

Este refrán nos habla de movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también, o de ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho y luego el resto del día, tumbados.

Este refrán nos habla de movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también; o de ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho, y luego[,] **el resto del día**, tumbados.

Compárense estas tres versiones:

... de siete a ocho, y luego[,] **el resto del día**, tumbados

... de siete a ocho, y luego —**el resto del día**—, tumbados.

... de siete a ocho, y luego, tumbados **el resto del día**.

4) Sustituimos, por dos puntos con valor consecutivo, el punto que separa las dos oraciones. Reproducimos tres versiones (la original primero):

La vida activa es moverse. Hay que moverse cada día y cuanto más te muevas, mejor.

La vida activa es moverse[:] **hay** que moverse cada día, y cuanto más te muevas, mejor.

La vida activa es moverse, **así que** hay que moverse cada día, y cuanto más te muevas, mejor.

Según la normativa, los dos puntos “supeditan una a otra las dos secuencias que separan, sugiriendo una relación de dependencia o subordinación entre ambas”; entre otras, “conclusión, consecuencia o resumen de la oración anterior: *El arbitraje fue injusto y se cometieron demasiados errores: al final se perdió el partido*” (Ortografía... 2010: 360-361).

5) Proponemos añadir una coma ante la conjunción **y** que une dos oraciones (la segunda, con verbo *ser* elidido). Reproducimos tres versiones (la original primero):

La vida activa es moverse. Hay que moverse cada día **y** cuanto más te muevas, mejor.

La vida activa es moverse: hay que moverse cada día[,] **y** cuanto más te muevas, mejor.

La vida activa es moverse: hay que moverse cada día[,] **y** cuanto más te muevas **será** mejor.

En los casos de elipsis, se puntúa la puntuación de **y** “porque la secuencia que aparece tras la conjunción copulativa enlaza con todo el predicado anterior”. Por ejemplo, “En 1615, Cervantes publicó la segunda parte del *Quijote*, **y** Tirso de Molina, *Don Gil de las calzas verdes*” (*Ortografía... 2010: 347*).

6) Proponemos puntuar el conector aditivo *además*. Reproducimos ambas versiones (la original primero):

Si además haces ejercicio, perfecto, pero es mucho más importante identificar que el cuerpo está diseñado para moverse.

Si[,] **además**[,] haces ejercicio, perfecto; pero es mucho más importante identificar que el cuerpo está diseñado para moverse.

Según la normativa, “los conectores ofrecen información sobre cómo debe ser interpretado el segmento sobre el que inciden en relación con el contexto precedente”. Además, la independencia sintáctica de los conectores “determina que, por lo general, se aislen mediante signos de puntuación del resto del enunciado”; entre los conectores “aditivos o particularizadores” que introducen añadidos o precisiones, se encuentran *además, asimismo, de hecho, encima, es más, por otro lado, por si fuera poco...* (Ortografía... 2010: 343).

7) Sustituimos, por punto y coma, la coma previa a la conjunción adversativa **pero**. Reproducimos ambas versiones (la original primero):

Si además haces ejercicio, perfecto, **pero** es mucho más importante identificar que el cuerpo está diseñado para moverse.

Si, además, haces ejercicio, perfecto[;] **pero** es mucho más importante identificar que el cuerpo está diseñado para moverse.

“Normalmente se escribe punto y coma, en lugar de coma, ante las conjunciones **pero**, *mas*, *aunque* (y, menos frecuentemente, *sino*) cuando las oraciones vinculadas tienen cierta longitud y, especialmente, si alguna de ellas presenta comas internas”, según la normativa. Por ejemplo: *Muy fugaz resultó el fulgor de nuestra estrella del ciberespacio; pero, mientras duró, el presidente del país nos exhortó a todos a seguir su ejemplo*” (Ortografía... 2010: 353).

Antes de finalizar, reproducimos de nuevo ambas versiones (la original primero):

Este refrán nos habla de movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también, o de ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho y luego el resto del día, tumbados. La vida activa es moverse. Hay que moverse cada día y cuanto más te muevas, mejor. Si además haces ejercicio, perfecto, pero es mucho más importante identificar que el cuerpo está diseñado para moverse.

Este refrán nos habla de movimiento, no de ir al gimnasio a hacer pesas, que también; o de ir al gimnasio a machacarnos de siete a ocho, y luego, el resto del día, tumbados. La vida activa es moverse: hay que moverse cada día, y cuanto más te muevas, mejor. Si, además, haces ejercicio, perfecto; pero es mucho más importante identificar que el cuerpo está diseñado para moverse.