

Documentales que te harán plantearte ciertas cosas

Los documentales permiten ver las cosas de un modo distinto, ver más allá. En este artículo hay un repaso de algunos de estos documentales

Los documentales son una gran oportunidad para observar la realidad, de la historia o de otras personas, desde una perspectiva diferente y aprendiendo en el proceso. Estos son algunos ejemplos de documentales geniales que, por ejemplo, se pueden disfrutar en estas fiestas navideñas.

Ahora que se vienen encima las vacaciones de Navidad, es un buen momento para cambiar a contenidos algo más largos que el capítulo de una serie que se ve mientras se almuerza ya que se cuenta con más tiempo. Una de las mejores cosas de los servicios de streaming son sus documentales. Hay que reconocer que las series se pueden encontrar en otro sitio aunque a veces tengan peor calidad, y si se espera, las pasarán por la tele. Pero bueno la cosa es saber qué ver y elegir bien, Internet se encarga de resto.

Hay cinco documentales imprescindibles para desafiar la perspectiva de las cosas. Algunos tienen el potencial para desmontar paradigmas autoimpuestos; otros, como mínimo hacen sentir incómodo por su sinceridad. Y, en todos los casos, enseñan; pues lo mejor de los documentales es eso, disfrutar mientras instruyen en una cosa nueva.

Food Choices

Este documental analiza nuestros hábitos alimenticios desde todas sus posibles repercusiones. Examina y compara la necesidad de proteínas, de dónde procede la famosa B12 y qué tan importante o difícil es de obtener, la supuesta incidencia del calcio, cómo se ha modificado el patrón alimenticio desde la era de los "cazadores-recolectores" para ser más cazadores que recolectores, las enfermedades y dolencias que azotan a la humanidad y su causa, etc. Por otra parte, también destina una mitad del documental al alcance y efecto que tiene el modo vigente de alimentarse en el medio ambiente y explota un poco, sin ser el argumento principal como hacen otros, la ética vegana en contra del maltrato animal.

La verdad el documental convence. No sólo por la gran cantidad de expertos, investigadores científicos y afectados, sino porque el entrevistador está haciendo una investigación personal para aplicarlo en sí mismo, y en su recién adquirida familia (parece que es padre reciente).

Este documental está disponible en PopcornTime, iTunes, Amazon, YouTube, Netflix y la página web oficial.

(Dis)Honesty: The truth about lies

Dan Ariely es un catedrático de psicología y economía conductual famoso por, entre otras cosas, haber escrito un libro sobre el sentido de la moralidad llamado "The (Honest) Truth About Dishonesty: How We Lie to Everyone - Especially Ourselves" (En español: Por qué mentimos... en especial a nosotros

mismos: La ciencia del engaño puesta al descubierto). El libro es francamente fascinante y explora cómo el ser humano tiene una especie de "tolerancia" a la deshonestidad propia, que le permite hacer pequeñas acciones deshonestas y seguir considerándose intachables. Esta tolerancia, aumenta o se reduce, cuando se está en grupo dependiendo si se ve deshonestidad en los otros o sentimos que hay un código que moral que respetar. Dan expone pequeños cambios que imperceptiblemente modificarían, haciendo de recordatorios, nuestra tendencia a las malas acciones. Haciendo una sociedad mejor por la vía pacífica.

Además, con el extra de ver en primera persona a los testigos, que cuentan cómo mintieron, por qué y qué sintieron después de hacerlo. No tiene desperdicio.

Está disponible en Netflix, iTunes, Vimeo y GooglePlay.

Human

Bajo el eslogan: "Lo que nos hace humanos", Human permite, con relatos e imágenes de nuestro mundo, llegar a lo más profundo de nuestra especie. ¿Qué amamos?, ¿por qué luchamos?, que nos hace reír?, ¿por quién lloramos? Es un documental duro, te enseña la gente que ama y es dichosa pero también a la gente que odia, los que quieren matar, los que están llenos de rencor, pasan hambre o sufrimientos, los que son víctimas de otros y se sienten impotentes y abandonados. Te hace ver lo diferentes que somos todos, que tu forma de pensar no se aplica en otros sitios, que los problemas distan mucho de ser los peores, que la belleza del planeta es inmensa y la gran cantidad de bien y de mal que se puede producir a este hogar y a la propia raza. Y, en medio de nuestra escasez de empatía, porque quizás todas esas diferencias sean la tesis o la antítesis de por qué nunca se ha logrado vivir juntos en armonía.

Human tiene uno de sus montajes más completos en PopcornTime, pero también está disponible (y con escenas no incluidas) en el canal de YouTube del proyecto, gratuitamente.

Inside job

Un documental de 2010 sobre la crisis financiera de 2008, premio Óscar al Mejor Documental en 2011, que trata de explicarnos cómo sucedió. Se centra sobre todo en la sistemática corrupción de los Estados Unidos por la industria de servicios financieros y las consecuencias de dicha corrupción. Es un documental necesario y terrorífico, tanto por ver la situación en la que estamos y a la que podemos llegar, como por la constatación de las medidas absurdas que se han tomado y de las atrocidades que se han permitido. La verdad es que cualquier intento de dar transparencia a lo sucedido es digno de admiración y aunque hay algunos en la crítica que defienden que el documental es extremista y sesgado, prefiero dejarlo a juicio de cada uno. Yo sólo veo entrevistas, juicios, explicaciones de expertos, datos y un trabajo que vale la pena ver.

Esta disponible para comprar en Amazon en Blu-ray, en iTunes, PopcornTime y Vimeo, entre otros.

Before the flood

Al menos dos años de viajes, DiCaprio en primera línea viajando a los cinco continentes y al Ártico

para presenciar el cambio climático de primera mano y entrevistas a algunas de las personas más importantes de las altas esferas gubernamentales. Este documental es, como ya reseñamos en este artículo y por eso no se hace una descripción más larga, un urgente llamado a la humanidad sobre el consumo y hábitos que han transformado al planeta y sobre las consecuencias del cambio climático.

El documental puede comprarse completo a través de Nat Geo, Hulu, iTunes, Amazon o GooglePlay en mayor calidad. Pero también está disponible en el canal de YouTube de National Geographic en cachos, tanto en inglés como traducido al español y, en otros canales dedicados a documentales, completo.

El contenido de este comunicado fue publicado primero en la página web de <https://hipertextual.com/>

Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Cine](#) [Literatura](#) [Sociedad](#) [Televisión y Radio](#) [Innovación Tecnológica](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>