Use textedit o instalar Txtwrangler [http://www.barebones.com/products/textwrangler/] en MacOS Para Windows usar notepad o instalar notepad++ [https://notepad-plus-plus.org/]

MacOS

Para instalar R

Visitar la página web: https://cran.r-project.org/

En la sección "Download and Install R", seleccionar el enlace que corresponde a su sistema operativo. En la página "Download R for (Mac) OS X", seleccionar uno de los siguientes:

R-3.3.1.pkg para Mac OS X 10.9 (Mavericks) y más recientes

R-3.2.1-snowleopard.pkg para Mac OS X 10.6 (Snow Leopard) - 10.8 (Mountain Lion)

Descargar y seguir instrucciones de instalacion (2-4 minutos por wi-fi)

Para instalar RStudio

Go to https://www.rstudio.com/ ir al menu Products/Rstudio Al final de la página, seleccionar de "Installer for Supported Platforms" RStudio 0.99.903 - Mac OS X 10.6+ (64-bit)

Guardar el archivo .dmg en la computadora, abrirlo y después guardarlo el la careta de programas con los otros programas.

WINDOWS

la versión binaria de R funciona para el sistema Windows XP o más recientes.

https://cran.r-project.org/bin/windows/base/R-3.3.1-win.exe

Para instalar RStudio

Go to https://www.rstudio.com/ ir al menu Products/Rstudio Al final de la página, seleccionar de "Installer for Supported Platforms" Descargar RStudio 0.99.903 - Windows Vista/7/8/10