



## La importancia de crecer entre lecturas, palabras y cuentos

Ana Garach Gómez

Pediatra. CS Zaidín Sur. Granada. Miembro del Grupo PrevInfad (prevención en la infancia y adolescencia) de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap). España.

Publicado en Internet:  
04-junio-2024

Ana Garach Gómez:  
anagarach@gmail.com

Desde el nacimiento del primer hijo se abre una nueva etapa en el entorno familiar, estableciéndose numerosos cambios, no solo los físicos que acontecen en el cuerpo de la madre, sino también cambios en los hábitos familiares, en las rutinas y, por supuesto, en los sentimientos. Nace en padres y madres un vínculo hacia el nuevo miembro familiar, con una necesidad de protegerle, cuidarle, quererle y, sobre todo, hacerle feliz.

Desde el primer día se dirigen a él con lenguaje cariñoso, cercano y seguro. Las palabras, canciones, susurros... le tranquilizan, le agradan, ya que, desde que nace, siente y está preparado para recibir afecto. Percibe el tono de las diferentes voces, el cariño de las palabras. Le gustan las rimas, canciones y cuentos y disfruta cuando se le demuestra lo que se siente hacia él. Trascurren los primeros meses y años de vida, en los que se suceden continuos cambios físicos, se evidencia un crecimiento notorio y va produciéndose su proceso madurativo. Es en la etapa de los primeros 1000 días de vida en la que su cerebro crece y cambia más que en cualquier otra, donde es tan receptivo a los estímulos que pueden favorecer que su desarrollo sea el adecuado.

Una de las funciones de la Pediatría es comprobar que el crecimiento y desarrollo del menor sea correcto, además de promover hábitos de vida saludables que lo favorezcan. Estos pueden proporcionar un impacto muy positivo sobre la salud del niño, entendida esta desde un punto de vista biopsicosocial<sup>1</sup>. Los consejos proporcionados en esta dirección se adaptan a las diferentes edades, se comunican desde la primera visita, realizándose en gran medida dentro de los programas de salud infantil. La posición del pediatra de Atención Primaria con respecto al niño y su familia es privilegiada, ya que nos permite hacer un seguimiento longitudinal de su crecimiento y desarrollo desde que nace hasta que alcanza los 14 años.

Uno de los hábitos que se pueden promover desde los primeros días de vida es la práctica de lecturas compartidas, lecturas en voz alta. Hay evidencia científica que demuestra que, realizada desde etapas muy precoces, ayuda al correcto desarrollo del menor. Estimula el desarrollo cerebral y favorece las relaciones entre progenitores y sus hijos, produciéndose en una época clave, cuando más lo necesitan, en el momento inaugural. Leer en voz alta nos ayuda a trabajar los afectos y enriquecer su

Cómo citar este artículo: Garach Gómez A. La importancia de crecer entre lecturas, palabras y cuentos. Rev Pediatr Aten Primaria. 2024;26:123-5. <https://doi.org/10.60147/06d801cb>

vocabulario, y también facilita el correcto aprendizaje de la lectura<sup>2</sup>.

Al nacer, el cerebro no está preparado para leer. No hay ninguna área cerebral específica de la lectura, a diferencia de lo que ocurre con el lenguaje o con la vista. Para aprender a leer, al niño hay que enseñarle. Se tienen que crear circuitos neuronales complejos que conectan distintas áreas cerebrales, siendo este proceso complejo y variable en su duración entre distintos niños. Convertirse en lectores competentes les ayudará a progresar en la escuela y a tener una buena autoestima<sup>3</sup>.

Si habitualmente leyéramos en voz alta álbumes, cuentos, poemas... garantizaríamos que todos los niños tuvieran contacto con el lenguaje escrito antes de entrar en la escuela, mucho antes de comenzar formalmente el aprendizaje de la lectura y la escritura, y ese contacto con la lectura se produciría además en una época clave y en un ambiente afectuoso.

Hay muchas razones por las que instar a las familias que atendemos desde las consultas de Pediatría a que lean en voz alta con sus hijos:

- Desde los primeros días, los bebés disfrutaban estando en los brazos y escuchando la voz de su madre o de su padre. Las historias contadas desde etapas tempranas se pueden convertir en material que posteriormente conformará una herencia familiar compartida a la que todos se pueden referir en varias ocasiones de su vida. Las historias compartidas se convierten en un repertorio de ejemplos que los niños pueden aprovechar para relacionar con pequeños y grandes acontecimientos personales.
- Al disfrutar de esta práctica diaria y conservar este hábito en el tiempo, los menores adquirirán mayor riqueza de vocabulario y más capacidad para mantener la atención y la concentración. Esto favorecerá su proceso de aprendizaje. Al compartir lecturas, el niño, durante las pausas que se realizan a lo largo de la misma, puede elaborar conceptos y reflexiones que contribuyan a la formación del pensamiento narrativo necesario para la comprensión de las historias.

- Cualquier momento es bueno para disfrutar de la lectura, pero establecer el ritual de la lectura en voz alta antes de acostarse ayuda a relajar al menor, sobre todo si se seleccionan historias que calman y que terminan con claridad.
- Los libros ofrecen una amplia gama de temas, personajes y eventos que hacen que el niño descubra el mundo. Un mundo que se le revela en los diferentes ambientes de narración, atmósferas, acontecimientos inéditos y extraordinarios.
- La primera lectura de un libro estimula un tipo de atención centrada en la historia, en los acontecimientos, en la creación mental de las situaciones presentadas. Provoca un fuerte placer mientras el niño se concentra en la comprensión general. La relectura, además de provocar el placer de la anticipación mental de la historia conocida, posibilita el descubrimiento de nuevos detalles y otros aspectos que permiten una mayor reflexión.
- Los libros o cuentos pueden describir hábitos simples, como ir a la cama o jugar al escondite, pero también pueden favorecer el trabajo del mundo de las emociones. Las emociones surgen en nuestra vida diaria, así que debemos hablar de ellas, y podemos hacerlo a través de los libros.
- También las ilustraciones ejercen un papel importante. Educen la mirada y la imaginación a través de las numerosas propuestas estilísticas de los ilustradores de la literatura infantil. Las imágenes del libro nos ayudan a contar la historia. Podemos señalarlas, preguntar a los niños sobre lo que ven en ellas, hablarles de sus sentimientos, preguntarles si les recuerdan a algo, etc.<sup>4</sup>.

Algunos organismos internacionales que promueven la realización de actividades preventivas y promocionan hábitos de vida saludables respaldan la promoción de la lectura en voz alta en el entorno familiar.

En 2014, tanto la Academia Americana de Pediatría (AAP) como el Council on Early Childhood de América destacaron la importancia de la promoción de la lectura en la infancia temprana como parte integral del desarrollo infantil. Ambas organizaciones enfatizaron que la lectura en voz alta a

los niños desde una edad temprana tiene numerosos beneficios para su desarrollo cognitivo, lingüístico y emocional. La AAP emitió recomendaciones específicas instando a los padres a leer en voz alta a sus hijos desde el nacimiento, incluso antes de que los niños pudieran comprender las palabras. También alentaron a los pediatras a proporcionar orientación a los padres sobre la importancia de la lectura en voz alta y a fomentar la creación de entornos ricos en libros en el hogar<sup>5</sup>.

Recientemente, el grupo Prevnfad, perteneciente a la Asociación Española de Pediatría de Atención

Primaria y ligado a la organización PAPPs (Programa de Actividades Preventivas y de Promoción de la Salud), se suma a la promoción de esta actividad, sugiriendo a los pediatras de Atención Primaria que aconsejen en consulta la lectura en voz alta en los primeros años de vida<sup>6</sup>.

#### CONFLICTO DE INTERESES

La autora declara no presentar conflictos de intereses en relación con la preparación y publicación de este artículo.

#### BIBLIOGRAFÍA

1. Council on Early Childhood, Council on School Health. The Pediatrician's Role in Optimizing School Readiness. *Pediatrics*. 2016;138(3):e20162293. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2293>
2. Zuckerman B, Needlman R. 30 Years of Reach Out and Read: Need for a Developmental Perspective. *Pediatrics*. 2020;145(6):e20191958. <https://doi.org/10.1542/peds.2019-1958>
3. Mata Anaya J. Lectura, emociones, salud. En: Curso de Actualización Pediatría 2014 Madrid. Exlibris; p. 17-23. <https://www.aepap.org/biblioteca/cursos/110-curso-anual-de-la-aepap>
4. Dieci buoni motivi [en línea] [consultado el 03/06/2024]. Disponible en <https://www.natiperleggere.it/dieci-buoni-motivi.html>
5. Council on Early Childhood, High PC, Klass P. Literacy promotion: an essential component of primary care pediatric practice. *Pediatrics*. 2014;134(2):404-9. <https://doi.org/10.1542/peds.2014-1384>
6. Garach Gómez A. Promoción de la lectura en voz alta durante los primeros años de vida. En: Prevnfad/PAPPs [en línea] [actualizado el 17/03/2024; consultado 03/06/2024]. Disponible en <https://prevnfad.aepap.org/monografia/promocion-de-la-lectura-en-voz-alta-durante-los-primeros-anos-de-vida>