



▶ 30 Marzo, 2016

## Buenos hábitos

# Fomentar la lectura desde la infancia tiene efectos positivos hasta la vejez

▶ Iniciar pronto a los hijos en los libros mejora su concentración y sus relaciones sociales, estrecha vínculos afectivos, retrasa la pérdida de memoria...

LAURA PERAITA  
 MADRID

Abiertas las puertas de celebrar el próximo 2 de abril el «Día internacional del libro infantil y juvenil», los expertos insisten en la importancia de la implicación de las familias para fomentar la

lectura en los niños. Aseguran que leer desde la infancia es un estupendo método para mejorar el aprendizaje y maduración de los más pequeños y favorece el desarrollo del vínculo afectivo con los padres, que pueden apoyarse en cuentos para abordar problemas de sus hijos, como son el control de esfínteres, el miedo, los celos...

Según Esther Serrano, de la Asocia-

ción Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPaP), «los niños que están acostumbrados a leer o a que les lean adquieren fácilmente vocabulario y capacidades para el desarrollo del lenguaje. Se sentirán más seguros en el colegio tanto en la lectura como en el habla ante sus compañeros, mejorarán su rendimiento, aumentarán su capacidad de concentración, de análisis y de interpretación de los textos».

Con este buen hábito adquirido, los beneficios alcanzarán hasta su edad adulta, puesto que «un cerebro activo funciona mejor y más rápido», asegura Esther Serrano. Explica que «mientras leemos se estimulan las conexiones entre neuronas y otras áreas como la retina y la corteza cerebral visual del ló-

bullo occipital del cerebro, al tiempo que se aumenta la llamada «reserva cognitiva», lo que retrasa y previene la pérdida de la memoria. Es un factor de protección de las enfermedades neurodegenerativas».

El problema, según añade José María Lucía, socio fundador de Educandoo.com, es que solo entre un 30-35% de los padres están implicados en la lectura con sus hijos y «a medida que avanzan en edad dejan de hacerlo». Por ello, propone que estos hábitos los adquieran desde pequeños para que los interioricen para toda la vida, comenzando con una lectura diaria de un cuento antes de dormir. «Los padres deben servir de ejemplo y leer, pero, si no son lectores habituales, pueden llevar a sus hi-

### 2-3 años

-Se recomiendan abecedarios, libros ilustrados, informativos o de sentimientos para trabajar el autocontrol. Es momento de hacerles preguntas sobre las historias para invitar al diálogo.

### 1-2 años

-Es el momento de introducir la narrativa sencilla con inicio, nudo y desenlace para trabajar la adquisición del lenguaje. Son muy adecuados libros de rutinas (lavarse, vestirse...).

-Hay que leerles en voz alta y despacio para que entiendan el lenguaje. También repetirles historias; les gusta la repetición porque pueden predecir.

### 6-12 meses

-Son recomendables libros que desarrollen la motricidad física, para tocar y manipular. Les atraen los que emiten sonidos. A los 8 meses descubren el cambio de una página a otra.

-Los padres deben leer con musicalidad y cuidar el tono. Los niños a partir del año decodifican el lenguaje, a los 8 meses todavía no.

### Hasta 6 meses

-Los libros deben tener de una a cuatro palabras por página, imágenes grandes y estar contruidos en tela, vinilo o cartón.

-Los padres han de involucrarse al máximo, puesto que son los responsables de crear el momento de la lectura. Pueden fabricar libros con fotografías.

### 4-6 años

-A esta edad el libro es una herramienta educativa para trabajar la interacción hijos-padres. El niño debe liderar la lectura y decidir las pautas y repeticiones.

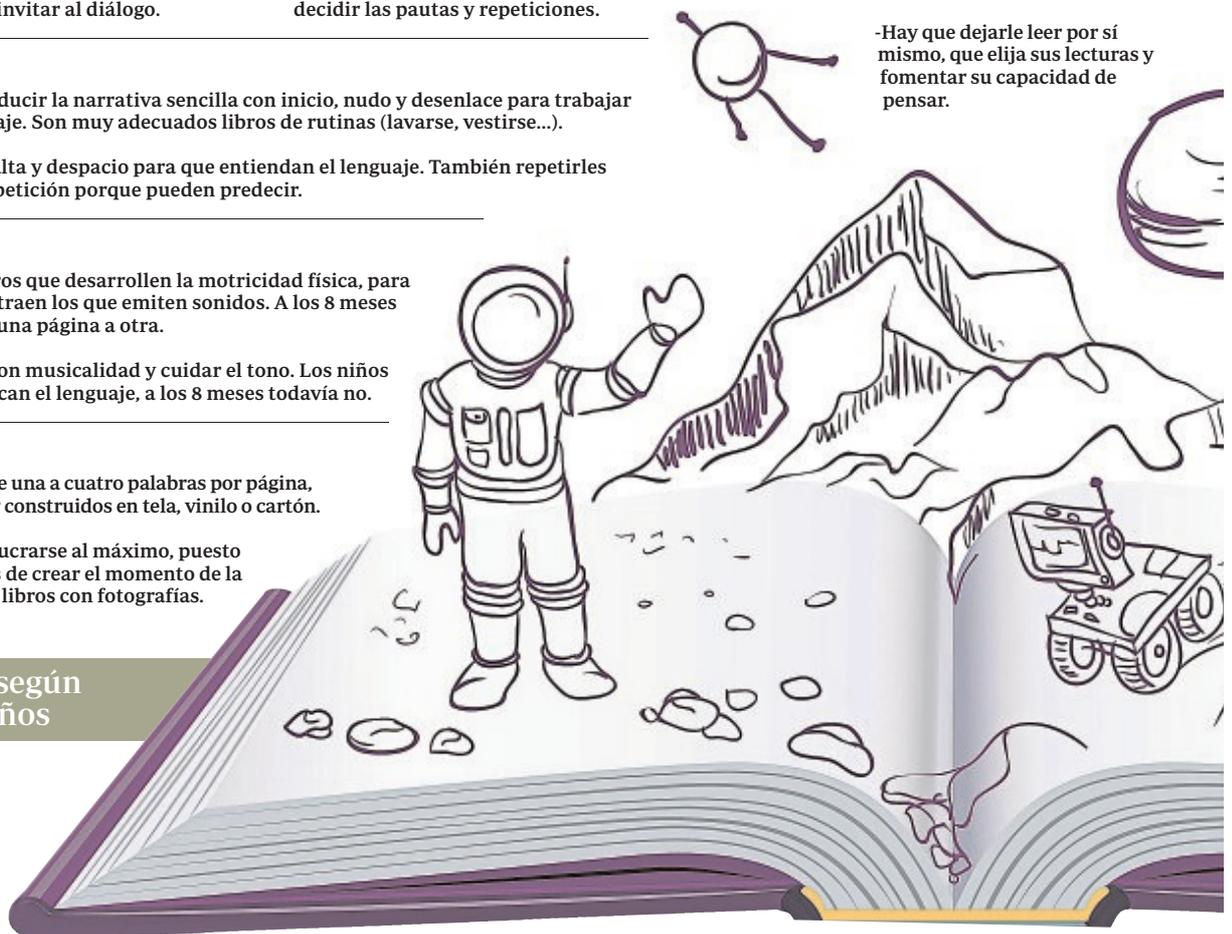
### 6-8 años

-El niño aprende a leer, debe ser la base de su competencia y habilidad lectora.

-Hay que dejarle leer por sí mismo, que elija sus lecturas y fomentar su capacidad de pensar.

## Cómo proceder según la edad de los niños

Para que los más pequeños sientan atracción por la lectura, los padres deben saber elegir el libro más adecuado a su edad y desarrollar las dinámicas apropiadas.





## Errores más habituales de los padres

- Obligarles a leer contra su voluntad. Sustituir el tiempo de otras aficiones por la lectura. Leer debe ser una afición más y hay que concederle su tiempo entre las rutinas diarias. No debe ser solo una tarea escolar más.
- Imponer las lecturas que les gustan a los padres y criticar las suyas.
- No tener en cuenta la edad y maduración de los niños.
- Empeñarse en excluir las nuevas tecnologías frente a la lectura tradicional. Se pueden compatibilizar.
- Corregirles continuamente si no leen perfectamente.
- No compartir la lectura con ellos.

jos a bibliotecas y disfrutar ojeando libros juntos y seleccionando un buen título. Además, es muy positivo regalarles un libro ante un buen comportamiento, como premio, para alejarles de la idea de que la lectura es una obligación».

Desde la AEPap, Esther Serrano añade que hay que respetar sus gustos para que elijan sus propias historias. «También los padres deben estar dispuestos a compartir lecturas, animarles a leer y escuchar sus experiencias. El debate también es positivo. Otra forma de atraerlos es leerles en voz alta y cuando él lo haga no corregirle continuamente. No importa que se equivoque, no está en el colegio. En ese momento lee para pasarlo bien».

Sven Huber, socio fundador de Boolino, añade que para que no pierdan el hábito en la adolescencia «se les puede proponer un libro de ciencia ficción o cómics, que, aunque resulten menos educativos, los hay de gran calidad y les invitan a seguir con la lectura, lo que les ayudará a combatir el estrés de una época de muchos cambios vitales y a luchar contra el aburrimiento propio de estas edades».

### 8-10 años

-Al álbum ilustrado y al libro de conocimiento hay que sumarles lecturas que contengan más texto. Sus primeras novelas.

-Se incrementa el rol de escucha de los padres. El niño puede pedir que se le sigan leyendo libros. Se debe poder combinar ambas situaciones y hacerlas mixtas: si el padre lee debe involucrar al niño; cuando lea él, el padre hace preguntas.

### 10-12 años

-Debe leer temas diversos con los que el niño esté en contacto y le recuerden a su entorno.

-Los padres deben dejar de lado el rol de escuchar en voz alta y tener una actitud más dialogante. Hay que preguntarle por la lectura a posteriori y dejarle leer a su ritmo.

### Más de 12 años

-Es importante que en esta etapa los hijos sientan el respeto de sus progenitores hacia las lecturas que eligen.

-Los padres deben ayudar al niño a relacionar las lecturas con aspectos de la realidad, como actividades de ocio, adaptaciones teatrales, la escuela...

