

## Cuentos para Dormir y Sus Beneficios



[Cuentos para dormir](#), sus beneficios en el desarrollo de su niño.

Por mucho tiempo se ha conocido que la lectura de **cuentos infantiles para dormir** promueva una conexión emocional más fuerte entre los padres e hijo(a)s a la hora de dormir.

Mientras usted lee de las aventuras de Zarco, [Tropical](#) u otros personajes de “Los Cuentos Infantiles” usted le aumenta la capacidad mental de su hijo(a).

*“La investigación neural demuestra que cuando los padres y tutores interactúan verbalmente con niños – incluyendo leerles – los niños aprenden mucho más de lo que se había pensado”* - dijo G. Reid PhD doctora del departamento de desarrollo y comportamiento infantil del **Instituto Nacional de Salud Infantil y Desarrollo Humano (NICHD)** en Bethesda, MD.

Este aumento en capacidad mental incluye; el talento de utilizar la lógica hasta niveles de tensión más bajos. Pero, quizás el beneficio más importante que se ha descubierto en los años más

recientes es que los **cuentos infantiles para dormir** pueden reconectar la mente de los niños para acelerar el dominio del lenguaje lo antes posible.

- *"Hay una clara indicación de una diferencia neurológica entre los niños a los cuales les han leído cuentos infantiles y los niños a los cuales no se le ha leído", - dice la doctora Lyon.*

Las buenas noticias son que las discrepancias no tienen que ser permanente. En los estudios de NICHD llevados a cabo por la Universidad de Yale en New Haven, CT y la Universidad de Texas en Austin, los investigadores han encontrado que imágenes electrónicas del cerebro de niños considerados a leer poco demuestra muy pequeña actividad en las áreas de procesamiento verbal. Pero después de que los investigadores pasan una o dos horas al día, durante ocho días leyéndole a estos niños y envolviéndolos en otras actividades similares, la actividad de sus cerebros cambia y se parece a la imagen de los niños a los cual se les ha leído anteriormente.

Aquí le presentamos como funciona esta reconexión: cuando tú lees un *cuento infantil para dormir* a su niño o niña, exagerando los sonidos y dibujando las palabras en el aire, usted estaría estimulando las conexiones en el cerebro que interpreta los sonidos del lenguaje (la corteza auditiva). Los idiomas tienen diferentes sonidos conocidos también como fonemas. Mientras más frecuentemente un bebe oye estos sonidos, más temprano él bebe aprenderá a procesarlos. Entonces cuando el niño es un bebe tratando de [aprender lenguajes](#), el niño se le hará mas fácil escuchar la diferencia entre palabras que suenan similares. Una vez este niño o niña llegue a la escuela por primera vez, entonces va a reconocer muchos de los sonidos que están en sus libros escolares infantiles.

- *"Para romper las palabras desconocidas en pedazos mas pequeños, usted tiene que saber en primer lugar cuales son las piezas, " – dice la doctora Lyon*

### La construcción de un Diccionario Interno

- "Para mejorar las habilidades lingüísticas de un niño aún más, los padres pueden utilizar la hora del [cuento para dormir](#) como trampolín a la conversación" - dice la doctora Lise Eliot, PhD, profesora asistente de neurología en la Escuela de Medicina de Chicago y autora del libro "¿Que está pasando ahí? Como el cerebro y la mente se desarrollan en los primeros cinco años de vida". Por ejemplo, si una madre menciona la gorra de béisbol del "Curious George" y le pregunta a su hijo: " ¿Tienes una gorra de ese tipo?", ella le está ofreciendo la práctica del uso de la lengua correctamente.

Sin embargo, la Dr. Eliot advierte a los padres que no corrijan los errores de su hijo o hija continuamente. *"Mi propio hijo siempre está diciendo lo suyo, como en 'Ese es el sombrero de suyo'" - dice ella. "Pero no le digo 'No, debes decir el sombrero de suyo' porque no quiero desalentarlo. En lugar de eso sólo contesto repitiendo la frase correcta '¡Sí! Es su sombrero!' " –*

Con el tiempo, la lectura al niño amplificara su [vocabulario](#) aún más que simplemente hablar con

ellos. Eso es porque los libros de cuentos se pueden introducir a los niños nuevas ideas y objetos - como gachas o canguros – animales que están directamente fuera de su entorno y, por lo tanto fuera de la conversación del día a día. Busque cuentos que contienen un lenguaje particularmente rico o colorido.

### **“! Una Vez Más!”**

Esta frase es conocida a lo largo y ancho como el esfuerzo transparente de un niño para retrasar la hora de acostarse. Pero lo que los niños y sus padres no saben es que la lectura de un libro en repetidas ocasiones puede ayudar a un niño a desarrollar sus habilidades de la lógica.

- *“La primera vez que los niños escuchan un cuento, ellos no capturan todos los detalles y descripciones del cuento” - dice Virginia Walter, Ph.D., profesora adjunto en la escuela de graduados de estudios de educación e información en la Universidad de California, Los Angeles. - “Pero en la medida que escuchan el cuento una y otra vez, ellos comienzan a notar patrones y secuencias” –*

También aprenderán a predecir lo que sucederá a continuación en base a sus conocimientos previos ( "Uh oh! El lobo quiere volar la casa abajo! ") . Más tarde, estas lecciones en el reconocimiento de patrones y la comprensión de secuencias les ayudara a predecir resultados en otras áreas como las matemáticas, ciencias de la música y la escritura. La lectura en voz alta no necesariamente tiene que parar una vez los niños pueden leer por su cuenta, de hecho, a esa edad es cuando desarrollan la habilidad de la comprensión de la lectura, dice la Dra. Walter. Para practicar, pídale a su niño que piense en que va a suceder a continuación o como va a terminar el [cuento para dormir](#).

Los expertos sugieren que los padres continúen con la tradición de la lectura antes de dormir incluso hasta entrar en los años de la adolescencia. Seleccionando libros con una literatura que esté por encima del nivel de habilidad de un adolescente, usted continuará exponiéndolo a nuevas palabras que el podrá añadir a su [vocabulario](#). En adición, la lectura en voz alta puede proporcionar temas para la conversación familiar. – *“Es mucho más fácil hablar de un tema difícil fuera de contexto de su vida inmediata ”*, explica el Dr. Walter. "Si el problema entonces surge en vida personal, usted puede decir: " ¿Recuerdas que hablamos de eso? ". Esto lo puede utilizar para hablar con sus adolescentes acerca de la muerte y otros temas serios e importantes como la droga adicción y el racismo.

Cuando le lea un libro de [cuentos cortos para dormir](#) a su niño o niña recuerde que usted quiere que ellos perciban y asocien la lectura con emociones relacionadas a cosas divertidas y entretenidas. Cuando los niños se sienten acogidos y cómodos, la lectura en voz alta incluso les puede reducir sus niveles de tensión.