

LOS BENEFICIOS DE LA LECTURA EN EL DESARROLLO INFANTIL Y HÁBITO LECTOR

Dra. Lidia Negrete Esqueda¹

¹Pediatra, Capítulo León

Bol Cient Cult Col Ped Gto 2025;3(3):6-7

La lectura es la interacción del ser humano con un texto o serie de imágenes, los interpreta, les da significado y los hace suyos; es un diálogo lector-autor, actividad mediante la cual adquiere conocimientos a través de la construcción y re-construcción de ideas y conceptos, lo que le permite crecer intelectualmente como individuo y como sociedad (1)

La lectura es una habilidad aprendida relacionada con el neurodesarrollo, requiere de la integridad de la función del sistema nervioso (cerebro), de los órganos de los sentidos: audición, visión, incluso sentido del tacto importante para el sistema Braille en personas con discapacidad visual. Es una actividad indispensable para la adquisición del conocimiento, relacionada con la neuroplasticidad que es la capacidad de respuesta y adaptación del cerebro humano a los diversos estímulos, con modificaciones en su estructura y función para la adquisición de habilidades cognitivas, emocionales y sociales (2,3)

Durante la lectura se activan en el cerebro áreas del lenguaje, relacionadas con las emociones y el placer de la lectura; la exposición a la lectura de calidad origina mayor activación cerebral. La lectura y el lenguaje son capaces de modificar la estructura cerebral (4, 5).

BENEFICIOS DE LA LECTURA.

- 1.- Favorece el desarrollo cognitivo y el éxito escolar a mediano y largo plazo,
- 2.- Mejora el aprendizaje del lenguaje, incrementa el vocabulario
- 3.- Permite el acceso al conocimiento y la formación de juicio crítico.
- 4.- Disminuye el riesgo de déficit de atención, favorece la memoria.
- 5.- Estimula la creatividad, despierta la imaginación.
- 6.- Mejora la dinámica familiar, incrementa los lazos afectivos en las familias
- 7.- Facilita la expresión de sentimientos y el desarrollo emocional.
- 8.- Disminuye la ansiedad y el riesgo de déficit de atención, favorece el sueño.
- 9.- Facilita la percepción de la belleza, el desarrollo de la sensibilidad.
- 10.- Habilita para la comprensión de textos más complejos.
- 11.- Incrementa el desarrollo de habilidades mentales.
- 12.- Aumenta la reserva cognitiva, protege del deterioro mental y enfermedades como Alzheimer. El hábito lector contribuye a la salud cerebral (6,7).

HÁBITO LECTOR: Principia desde el embarazo y los primeros años, mediante la lectura en voz alta por los padres y familiares. Requiere de:

- **AMBIENTE LECTOR:** Comienza en el hogar con fácil acceso a libros, permitiendo a los niños que los manipulen, destinar tiempos determinados y lugares agradables para la lectura en familia. En la escuela: acceso a lecturas en voz alta, a libros con respeto a preferencias, no impuestos o por obligación.
- **PRÁCTICA Y EJEMPLO.** Los niños hacen lo que ven hacer; si las personas que los rodean practican la lectura ellos lo harán. La lectura compartida permite a los niños socializar y expresarse mejor (7). Una de las mejores herramientas es la **Lectura de cuentos**, despierta la imaginación, ayuda al aprendizaje de valores y a gestionar emociones; aumenta la sensibilidad y favorecen el sueño, es una demostración de amor que no se olvida. El cuento puede considerarse como un juguete y acercarse a él por placer (8).

BIBLIOGRAFIA

- 1.- Garrido Felipe. Manual del buen Promotor. Una guía para promover la lectura y la escritura. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, México, D.F. 2012, Ed Educal, S.A. de C.V. pp19-30 ISBN 978-607-455-993 4
- 2.- Fernández-Domínguez JJ. El proceso lector: implicaciones y contribuciones de la neurociencia y la neuroeducación. Revista Internacional de Apoyo a la Inclusión, Logopedia,

Sociedad y Multiculturalidad.2021; 7(1):92-103.

<https://dx.doi.org/10.17561/riai.v7.n1.6>

3.-Wolf, M. (2008). *Como aprendemos a leer*. Barcelona: Ediciones BSA

4.- Hutton JS, Phelan K, Horowitz-Kraus T, Dudley J, Altaye M, DeWitt T, Holland SK. Shared Reading Quality and Brain Activation during Story Listening in Preschool-AgeChildren. JPediatr.2017; 191: 204-211

En: [Shared Reading Quality and Brain Activation during Story Listening in Preschool-Age Children - PubMed](#)

5.- Hutton JS, Dudley J, Horowitz-Kraus T, DeWitt T, Holland SK. Associations between home literacy environment, brain white matter integrity and cognitive abilities in preschool-age children. Acta Paediatr. 2020;109:1376–1386.

<https://doi.org/10.1111/apa.15124>

En:

<https://www.wileyonlinelibrary.com/journal/apa>

6.-Hoyos-Londoño MC, La literatura infantil y sus beneficios en el desarrollo del pensamiento y del lenguaje. Katharsis-ISSN0124-7816. 2015(19):73-98

En:

<https://www.researchgate.net/publication/319500738>

7.- Mata Anaya J. Lectura, emociones, salud. En AEPap (ed) Curso de actualización pediatría 2014. Madrid: Exlibris Ediciones; 2014. P 17-23

8.- Pedregosa PR. Emociones e inteligencia emocional a través del cuento. R Est Inv Psico y Educ [Internet]. 2017 Dec. 15 [cited 2025 Dec. 3]; (05):009-12.

En: <https://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2017.0.05.2139>