

Importancia de que los padres lean cuentos a los niños desde que nacen

Margarita Monge Zamorano, *Santiago López Mendoza

Centro de Salud de Tacoronte. *Departamento de Pediatría, Hospital Nuestra Señora de Candelaria. Tenerife

Resumen

Los pediatras deben animar a los padres a leer a sus hijos todos los días, porque estimula el desarrollo cerebral y fortalece las relaciones padre-hijo. El éxito educativo está fuertemente mediado por las habilidades de alfabetización temprana. Además, el estrés tóxico debido a la adversidad en la primera infancia puede disminuirse mediante la lectura.

Palabras clave: alfabetización, niños, leer, relación padre-hijo, pediatra

The importance of parents reading stories to their babies as soon as they are born Summary

Pediatricians should encourage all parents to read to their children every day, because it stimulates brain development and strengthens parent-child relationships. Educational success is strongly mediated by early literacy skills. In addition, toxic stress because early childhood adversity, may be decreased by reading.

Key words: health literacy, children, reading, parent-child relations, pediatrician

Leer junto con los hijos desde su nacimiento, es una de las recomendaciones para padres, que hace la Asociación Americana de Pediatría (AAP). Los tres primeros años de vida son el periodo más importante para el desarrollo del lenguaje. La plasticidad del cerebro a esta edad, hace que las experiencias de aprendizaje temprano sean muy eficaces para el futuro¹.

Desconocemos muchas cosas del desarrollo cerebral, pero se sabe que el recién nacido, e incluso el feto, pueden distinguir la voz de su madre de la de un extraño. Y que entre los seis y los doce meses, el cerebro comienza a volverse más sensible a los sonidos de su idioma materno; aunque con el tiempo, se puede perder la capacidad de discriminar los sonidos en los idiomas a los que no se esté expuesto.

Se sabe también, que hablar al bebé aumenta el flujo de sangre al lóbulo frontal del cerebro, y que las conexiones sinápticas se fortalecen con los sonidos; así, los niños que han pasado su primera década escuchando idiomas asiáticos, en los que los fonemas R y L son intercambiables, no pueden diferenciarlos. En este mismo sentido, las tomografías por emisión de positrones (PET) han demostrado que los sonidos R y L se decodifican en

partes separadas del cerebro en las personas de habla inglesa, pero, sin embargo, se procesan en la misma parte del cerebro en las personas en cuyo idioma nativo no se diferencian estos fonemas (asiáticos). De forma similar, las tomografías PET demuestran que, cuando un niño crece hablando dos idiomas, toda la actividad del lenguaje se encuentra en el mismo lugar del cerebro, mientras que los niños que aprenden un segundo idioma a una edad más avanzada, muestran dos focos de actividad lingüística. Probablemente esto es parte de la explicación de porqué, cuándo los dos idiomas se aprenden en la primera infancia, se hablan ambos con una construcción gramatical y un acento similar a los nativos, mientras que cuando el segundo idioma se aprende posteriormente, en la escuela o en la adolescencia, no se adquiere el acento ni la construcción gramatical de los nativos².

La vinculación entre analfabetismo y pobreza está bien documentada desde hace tiempo, y también la importancia de la alfabetización temprana en el éxito escolar posterior³ (figura 1)

En USA, uno de cada tres niños comienza la escuela sin las habilidades suficientes para aprender a leer. Entre los niños que viven bajo el umbral de la pobreza, el porcentaje

de los que no alcanzan suficiente comprensión lectora cuando termina el 3º grado (8-9 años), es del 80 % ⁴.

Además, cuando se ingresa al jardín de infancia con habilidades de lectura subóptimas, se tiene un riesgo significativamente mayor de ingresar también con habilidades peores de lectura y matemáticas al llegar a la escuela primaria y secundaria, y también de estar entre los que no completan la escuela secundaria⁵.

El nivel de lectura es tan importante porque permite adquirir nuevos conocimientos y desenvolverse en la sociedad. El 75 % de los trabajos actuales requieren al menos un nivel de lectura correspondiente al noveno grado (14-15 años, 4º ESO), y el empleo es un camino esencial hacia la seguridad económica. Se denomina alfabetización temprana, o prealfabetización, a las actividades relacionadas con la lectura y la escritura en el periodo que va, desde el nacimiento hasta que se logra la lectura en solitario; incluye manejar libros, mirar y reconocer imágenes en ellos, memorizar y repetir rimas o estribillos e inventar historias.

Se entiende por alfabetización el uso de información impresa y escrita en el idioma propio.

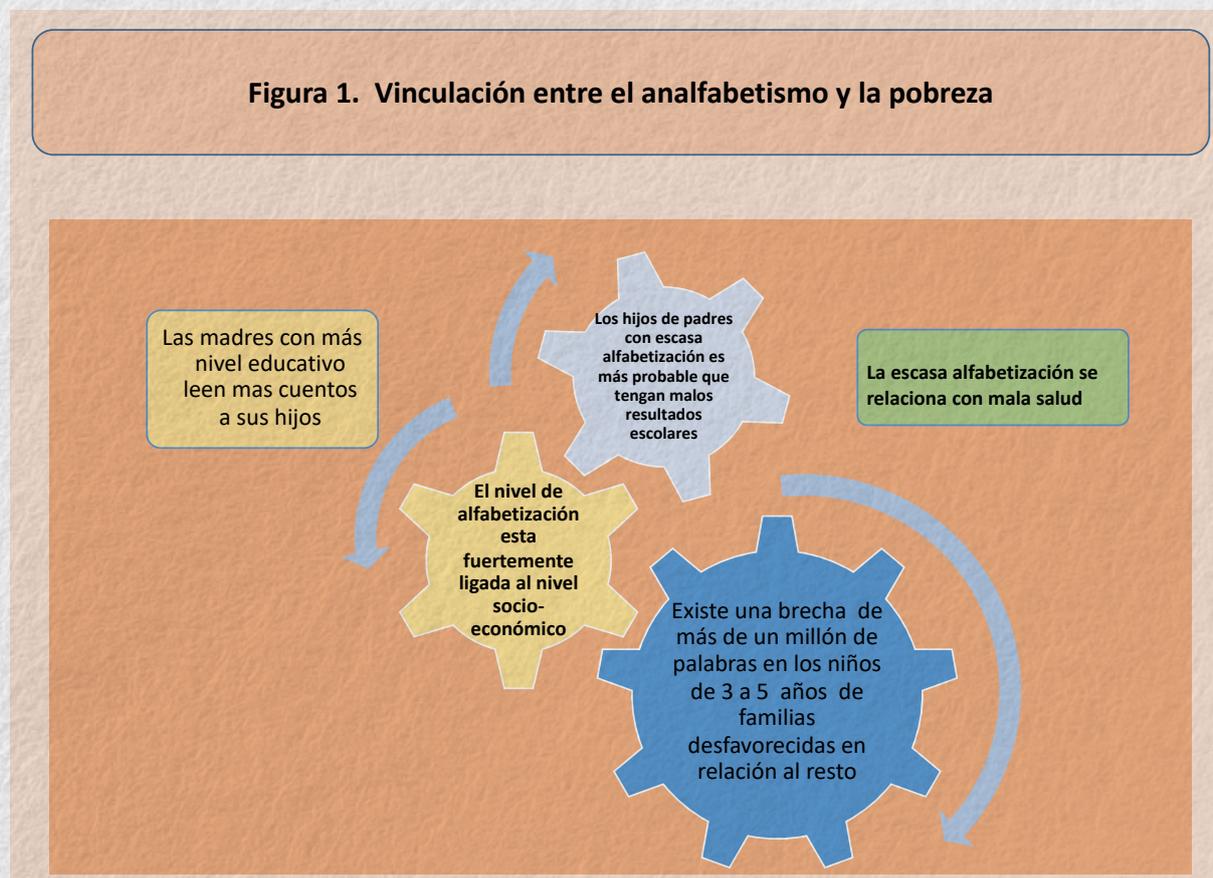
Es necesaria para funcionar en la sociedad, lograr las metas y desarrollar el conocimiento y el potencial propios⁶. Las habilidades de lectura, no están codificadas en una única área del cerebro y requieren la reutilización e inclusión de otros circuitos y habilidades para permitir el proceso de decodificación del texto.

Antes de los 3 años de edad, la mayoría de los niños no entienden la información que el texto impreso ofrece; después de los tres años, los niños que han estado expuestos a la información escrita generalmente entienden que la letra tiene un significado para ser descifrado, incluso sin conocer las letras, por eso es necesario aconsejar a los padres que lean cuentos a los niños. Además, los efectos de la lectura (desarrollo cerebral, mejora del lenguaje, la alfabetización y las habilidades socio-emocionales) perdurarán para toda la vida⁷.

El efecto que produce leer a los niños es tan importante, que el mayor índice de desventaja para un niño, no es la escasez de ingresos familiares, como podría parecer, sino con qué frecuencia le leen cuentos⁸.

Se calcula que los padres que leen con sus hi-

Figura 1. Vinculación entre el analfabetismo y la pobreza



jos todos los días, los exponen a unas 78.000 palabras cada año; esto supone que, a lo largo de los cinco primeros años de vida, escuchan 1,4 millones de palabras acumuladas más, que los niños a los que nunca se les lee; sin embargo, el 25 % de los padres o cuidadores nunca lee un libro a los niños⁹.

Es también un hecho conocido, que las madres con menor nivel cultural leen menos cuentos a sus hijos de forma rutinaria. Así, las probabilidades de que les lean en voz alta, aumentan con cada año de educación de las madres¹⁰.

La efectividad de que los padres lean en alto a los niños está fuertemente respaldada por múltiples estudios desde hace muchos años.

Además de la lectura de cuentos, hay otras cuatro actividades más que deben también recomendarse; forman las llamadas cinco "Rs" por sus iniciales en inglés: read, rhyme, rewards, routines, relationship (en español: leer; arrullarles, recompensarles cuando hacen algo bueno; establecer rutinas respecto a comidas, sueño, baño etc. y desarrollar una relación padre-hijo sólida). Estas cinco actividades ayudan a un desarrollo saludable del cerebro y disminuyen el estrés tóxico⁴.

En 2014, la AAP hizo un llamamiento a los pediatras a nivel nacional, para que incluyeran la alfabetización temprana como una actividad más, en la consulta del pediatra de Atención Primaria (AP), y aconsejaran a los padres leer en voz alta a los niños, como parte de su rutina diaria, desde el nacimiento hasta la entrada en el jardín de infancia (cinco años) como mínimo. También solicitaba la AAP a los pediatras que explicaran la eficacia de esta medida en la mejora del lenguaje, en la alfabetización posterior y en la mejora de las relaciones padre-hijo; y que se esforzaran en facilitar libros infantiles a las familias más desfavorecidas, bien a través de donaciones o de fondos gubernamentales³.

En España también la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap) ha hecho llamamientos a los pediatras para recordar a los padres la importancia de la lectura a los niños¹¹.

En relación a los libros electrónicos, cuando se seleccionan y utilizan correctamente, los niños desarrollan habilidades de alfabetización igualmente bien y, a veces, mejor que con los libros impresos¹².

En 1989 nació el movimiento *Reach Out and Read* (ROR) en el *Boston Medical Center Hospital* (entonces Boston City Hospital). Un grupo de pediatras liderados por Barry Zuckerman y, su entonces residente, Robert Needleman comenzaron un proyecto de investigación que consistió en un estudio retrospectivo que demostró que las madres que recibían libros en las visitas previas de salud de pediatría, tenían seis veces más probabilidades de leerles a sus hijos, en comparación con las madres que no recibieron libros. Basados en esta evidencia, crearon el movimiento ROR que se ha extendido por todo el país, y aprovechando el sistema de atención médica existente, distribuye 7,4 millones de libros nuevos a 4,8 millones de niños cada año. Su objetivo principal consiste en integrar el consejo de leer en voz alta a los niños, utilizando los controles rutinarios de salud. Así ha conseguido llegar a 4,2 millones de niños en todo EEUU; una cuarta parte de ellos pertenecen a familias de bajos ingresos¹³. Se ha calculado que el tiempo empleado en dar este consejo puede ser, entre 30 segundos y dos minutos². El éxito de esta intervención ha sido tan importante que tanto La Academia Americana de Pediatría, como la Sociedad Canadiense de Pediatría recomiendan a los pediatras que incorporen este consejo de leer a los niños en voz alta, en el programa de salud infantil, y se recomienda a los docentes de los futuros pediatras, que los formen y capaciten en la promoción de la alfabetización, ya que se ha convertido en un nuevo estándar de atención pediátrica¹⁴. A la vista del buen resultado con el consejo de la lectura, ROR ha comenzado a desarrollar un programa para facilitar a los niños el aprendizaje de las matemáticas¹⁵ (figura 2).

Los pediatras debemos conocer y ser conscientes de la importancia de que los padres lean cuentos a los niños de forma rutinaria, y hacer la recomendación en nuestras consultas desde las primeras visitas.

Bibliografía

1. Council on Early Childhood; High PC, Klass P. Literacy promotion: an essential component of primary care pediatric practice. *Pediatrics* 2014; 134:404-409. doi: 10.1542/peds.2014-1384
2. Zuckerman B, Khandekar A. Reach Out and Read: evidence based approach to promoting early child development. *Curr Opin Pediatr* 2010; 22:539-544. doi: 10.1097/MOP.0b013e32833a4673
3. Willis E, Kabler-Babbitt C, Zuckerman B. Early literacy interventions: reach out and read. *Pediatr*

- Clin North Am 2007; 54:625-642. doi: 10.1016/j.pcl.2007.02.012.
4. Early literacy. American Academy of Pediatrics. Accesible en: <https://www.aap.org/en/patient-care/early-childhood/early-childhood-health-and-development/early-literacy/>. Último acceso 20-02-2023
 5. Hernandez DJ. Double Jeopardy: How third-grade reading skills and poverty influence high school graduation. Annie E. Casey Foundation 2011. Accesible en: <https://eric.ed.gov/?id=ED518818> Último acceso 20-feb 2023
 6. Literacy. UNESCO. Accesible en <https://uis.unesco.org/node/3079547>. Último acceso 15-02-2023
 7. Council on early childhood, High PC, Klass P. Literacy promotion: an essential component of primary care pediatric practice. Pediatrics 2014; 134:404-409. doi: 10.1542/peds.2014-1384
 8. Navsaria D, Sanders LM. Early literacy promotion in the digital age. Pediatr Clin North Am 2015; 62:1273-1295. doi: 10.1016/j.pcl.2015.06.002
 9. Logan JAR, Justice LM, Yumuş M, Chaparro-Moreno LJ. When children are not read to at home: The million word gap. J Dev Behav Pediatr 2019; 40:383-386. doi: 10.1097/DBP.0000000000000657
 10. Raikes H, Pan BA, Luze G, Tamis-LeMonda CS, Brooks-Gunn J, Constantine J et al. Mother-child bookreading in low-income families: correlates and outcomes during the first three years of life. Child Dev 2006; 77:924-953. doi: 10.1111/j.1467-8624.2006.00911.x
 11. Los pediatras de Atención Primaria recuerdan la importancia de la lectura para favorecer el desarrollo cognitivo desde la infancia. AEPap. Accesible en https://www.aepap.org/sites/default/files/noticia/archivos-adjuntos/np_fomento_lectura_def.pdf
 12. López-Escribano C, Valverde-Montesino S, García-Ortega V. The impact of e-Book reading on young children's emergent literacy skills: An analytical review. Int J Environ Res Public Health 2021; 18:6510. doi: 10.3390/ijerph18126510. PMID: 34208785; PMCID: PMC8296384
 13. Zuckerman B. Promoting early literacy in pediatric practice: twenty years of reach out and read. Pediatrics 2009; 124:1660-1665. doi: 10.1542/peds.2009-1207
 14. Kinney JE, Jimenez ME, Mandel Morrow L, Pai S. Training pediatric residents in literacy promotion: Residency directors' perspectives. Teach Learn Med 2020; 32:45-52. doi: 10.1080/10401334.2019.1598866
 15. ROR counts. Accesible en: <https://reachoutandread.org/wp-content/uploads/2020/07/ROR-Counts-Overview-for-Clinicians.pdf>. Último acceso: 20-02-2022

Figura 2. Iniciativa REACH OUT AND READ (ROR)

