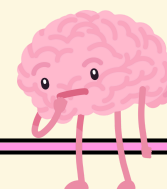
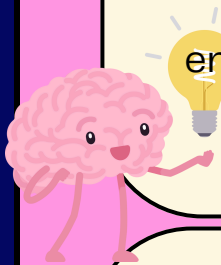


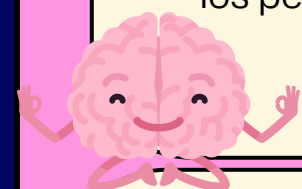
LECTURA Y COGNICIÓN

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LEER PARA LA COGNICIÓN?

Aumenta las conexiones neuronales, disminuye el declive cognitivo debido a la edad y reduce el riesgo de padecer enfermedades degenerativas como el Alzheimer o el Parkinson.

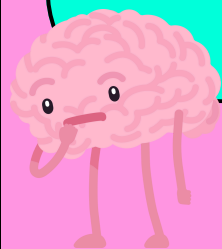


Permite percibir y comprender diversas situaciones que experimentan los personajes, entendiendo mejor sus sentimientos y estados emocionales.



La lectura privilegia la asociación de ideas y desarrolla funciones mentales superiores que contribuyen a la construcción del conocimiento. Esto posibilita crear diversos escenarios para tomar decisiones, aún y cuando no se tenga experiencia previa al respecto.

PROCESOS COGNITIVOS INVOLUCRADOS EN LA LECTURA



Leer libros ayuda a desarrollar habilidades lingüísticas al:

- Exponer al lector a mensajes que mejoran su vocabulario y la comprensión de conceptos.
- Involucrar la imaginación. Ya que permite conocer el mundo al recrear los ambientes descritos.
- Ayudar a entender los sentimientos propios y de otros.
- Facilitar las conversaciones entre las personas que leen, debido a su gran diversidad literaria, de temas y abordaje de emociones.



BENEFICIOS COGNITIVOS

- Facilita el proceso de expresión escrita.
- Se adquiere un repertorio más amplio de vocabulario
- Se asimila la estructura y sintaxis de la lengua.
- La literatura supone en sí misma un momento de relajación interna y externa.
- El análisis del mensaje, obliga al lector a realizar un trabajo de reflexión y pensamiento crítico.

Referencias:

- Aithor. Brodowicz, M. (2024) La importancia de la lectura sobre el desarrollo cognitivo y emocional en los estudiantes. [Large language model] <https://aithor.com/essay-examples/la-importancia-de-la-lectura-sobre-el-desarrollo-cognitivo-y-emocional-en-los-estudiantes>
- Ignite Healthwise (2023) Cómo la lectura ayuda al desarrollo del lenguaje. <https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/cmo-la-lectura-ayuda-al-desarrollo-del-lenguaje-ta7018>
- Rodríguez, Nora (4 abril 2023) Beneficio de la lectura para el cerebro. Neurociencia. <https://neuronup.com/neurociencia/cerebro-neurociencia/beneficios-de-la-lectura-para-el-cerebro/>