

A close-up photograph of a baby's face, smiling and looking slightly to the left. The baby is wearing large, silver, over-ear headphones. The background is a plain, light color.

Los beneficios de *la música* y su influencia en los bebés y niños

Es muy importante la educación auditiva para que el niño vaya captando de forma ordenada la expresión sonora que le rodea, tanto sonidos como música. Es fundamental educar el criterio musical y desarrollar su capacidad para la discriminación sonora para poder comprender la música. Si queremos que los niños disfruten de la música, deben entenderla.

La música une a las personas. El niño que está en contacto con la música aprende a convivir de mejor manera con otros niños. Estimula su oído a través de canciones acompañadas de gestos y facilita el aprendizaje de otros idiomas potenciando su memoria.

Les da seguridad emocional, confianza, se sienten comprendidos al participar en las canciones. Al escuchar música se mueven instintivamente y ese movimiento corporal contribuye a la mejora del control rítmico de su cuerpo. A través de la música, el niño puede mejorar su coordinación.

Hay varios estudios que demuestran que los bebés en el útero reconocen sonidos, por lo que son capaces de reconocer una canción o una nana que su madre ha escuchado o cantado todos los días durante el embarazo, incluso ésta puede calmarles cuando han nacido.

Los primeros meses de vida disfrutan con canciones suaves y melódicas, les gusta el balanceo y los movimientos lentos. Será a partir de los dos años cuando empezarán a pedir canciones con más ritmo para bailar e imitar los gestos.

Es muy importante cantar a los niños desde bebés. Hay estudios que demuestran que los bebés prefieren las voces de sus madres y padres, además les llama mucho la atención el movimiento y disfrutan viendo a la gente moverse al ritmo de la música, las canciones infantiles que nos cantaban nuestras abuelas les encantan, como los cinco lobitos, los dedos de la mano, Pimpón... Y hoy en día las canciones infantiles son muy pegadizas y con ritmo, además en muchas de ellas se gesticulan para captar más la atención de los niños. Es una forma de aprender jugando.

La música es también una gran manera de expresarse, tanto para los niños como para los padres. Hace que conecten con sus sentimientos y comprendan mejor lo que les rodea.

¿Cómo reacciona un bebé con la música?

0 a 9 meses:

- Al nacer, un bebé puede identificar la voz de su madre entre otras voces, a los pocos días pasa lo mismo con la voz del padre.
- Buscan rápidamente el sonido de voces, especialmente cuando son de tonos elevados, y rítmicas.
- Responden a la música mirando hacia la fuente de la que sale el sonido y moviendo brazos y piernas a la vez que intentar imitar los sonidos.
- Les gusta usar objetos para golpearlos y producir sonidos.
- Balbucean respondiendo a sonidos o música a su alrededor.

9 a 18 meses:

- Una canción conocida les ayudará a sentirse seguros en un ambiente desconocido.
- Les encanta compartir la música con la gente que tienen alrededor, usan los sonidos, movimientos y para interactuar.
- La música juega un papel muy importante en el momento de adquirir rutinas. Cantarle la misma canción todas las noches a la hora de irse a dormir se

convierte en parte de la transición entre estar despierto y dormir, o cantar la misma canción para recoger, les ayuda a llevar la acción a cabo.

- Se inventan la letra de las canciones si aún no saben pronunciar bien muchas palabras.

18 a 36 meses:

- Les encanta inventar canciones, cantarán en cualquier momento del día.
- Frecuentemente se cantan a sí mismos para relajarse.
- Pedirán que les cantemos sus canciones favoritas una y mil veces, les da seguridad.

¿Qué debemos hacer nosotros?

- Cantarle una canción de cuna para que se duerma, aprenderá a relacionarla con la hora de irse a dormir. Los niños no saben si cantamos bien o no, pero ante todo les encanta oír las voces de sus padres.
- Bailar con los niños y tocar instrumentos musicales, sonajeros, campanas, tambores, flauta, etc. Cualquier instrumento les llama mucho la atención y les encanta aprender a tocarlo. Si además tocamos los instrumentos al ritmo de la música lo pasaréis muy bien todos juntos.
- Si veis vídeos de canciones gesticula con él y haz un juego de una canción.
- Inventar canciones nuevas con los niños les ayuda a estimular su creatividad.

Redacción: María Algueró, Especialista infantil. Experta en atención temprana. www.atencionycuidadosdelbebe.com

