



CUIDAR A TRAVÉS DE LOS LIBROS

Desde los primeros meses de vida nos invitan a confiar en el poder mágico de las palabras compartidas. Algunas nos ayudan a dormir y a disfrutar de la noche mientras nos cantan "luna, lunera, cascabelera", otras simplemente nos divierten y se convierten en puro juego al son de "una, dole, tele, cato-le, quile, quilete..." e incluso algunas nos curan cuando nos hacemos daño porque alguien que nos quiere se acerca para decirnos "sana, sana, culito de rana, si no sanas hoy, sanarás mañana".

Estas palabras compartidas, que deberían ser imprescindibles para el desarrollo cognitivo, sensorial y afectivo del niño, se recogen en los libros manteniendo su magia. Así, cuando decimos que leer abre las puertas de nuevos mundos, que nos ayuda a conocernos mejor o a desarrollar la imaginación y la creatividad, estamos diciendo también que compartir lecturas es invitar a descubrir el entorno que nos rodea, es imaginar cómo cambiarlo y cuidarnos a través de las palabras.

Desde los libros es posible encontrar un canal de comunicación entre el niño y el adulto que les vincule y les ayude a compartir momentos, crear rituales e incluso encontrar en ellos respuestas a momentos complicados. Podemos cuidarnos con un cuento, una canción o un poema, y encontrar en los textos o imágenes que los componen una manera de explicar situaciones conflictivas para las que a veces es difícil encontrar las palabras.

Este valor "terapéutico" de la lectura, que tiene nombre propio, Biblioterapia, es especialmente esencial en entornos hospitalarios donde la comunicación con los pacientes, especialmente si hablamos de pacientes infantiles, tiene que ser cuidada al máximo. De hecho, la biblioterapia es una NIC o intervención enfermera, concretamente la 4680, un dato bastante desconocido.

Ayudar al paciente infantil a comprender su situación implica compartir lecturas vinculadas con situaciones de enfermedad de forma creativa, como en el álbum *Felipe tiene gripe* (Gracias Iglesia. Il. Sara Sánchez. Miau, 2015) en el que el elefante protagonista no quiere tomarse la medicina y prueba un montón de alternativas que no le van a curar; o el cuento de



Ramón Preocupón (Anthony Browne. FCE, 2010) en el que el niño protagonista está siempre angustiado por todo, hasta que con la ayuda de su familia encuentra una forma de estar tranquilo.

Pero también implica promover la salud a través de historias que nos ayuden a entender la importancia de llevar una alimentación saludable, hacer deporte o cuidar nuestra higiene. Algunos ejemplos muy creativos los encontramos en *La Rebelión de las Verduras* (David Aceituno. Il. Daniel Monedero. Beascoa, 2016) donde los vegetales se ponen en huelga porque están cansados de que los niños se quejen siempre al comerlos, o *Para nada sucias* (Wanja Olten. Il. Manuela Olten. Takatuka, 2017) que ayuda a descubrir la importancia de las manos y la existencia de las bacterias, esas pequeñas bestezuelas que nos pueden hacer enfermar y acabar en el hospital.

El libro, por tanto, se convierte en un soporte en el que el niño pueda apoyarse y sentirse reconocido como protagonista de la historia. Además, las formas de aplicar la biblioterapia pueden ir más allá del mero acto de leer un ejemplar impreso. Se puede partir de una lectura en voz alta y desarrollar una conversación a partir de ella, o complementarla con actividades artísticas como el dibujo, diseño gráfico, dramatizaciones o propuestas similares. La biblioterapia puede ser un contexto posible y efectivo para lograr la mejora de actitudes infantiles enfrentadas a problemáticas no infantiles. Es una forma de demostrar que la lectura puede transformarse en un medio para que el lector se conozca mejor y además se utilice con un fin terapéutico.

* Rebeca Martín García
Promotora de lectura y creatividad
www.unpuntocurioso.com