

Afinándose

La poderosa
influencia
de la música
en el desarrollo
de los niños



Generosamente patrocinado por la Fundación MetLife

¡Música!

Empieza a caer la noche y es hora de irse a la cama. El bebé, recién salido de su baño, se acomoda con su mamá en una mecedora. Mamá le canta suavemente una canción conocida mientras la mecedora se balancea hacia atrás y hacia delante, hacia delante y hacia atrás. El bebé suspira, cierra sus ojitos, y se va dejando llevar por el sueño...

Miguel, de veintisiete meses de edad, está oyendo música. El se levanta de un brinco y empieza a bailar y cantar al ritmo de "Naranja Dulce". Su papá sonríe al ver cómo disfruta su hijo y se le une. Miguel toma las manos de su papá y los dos dan vueltas juntos alrededor de la habitación.

La música tiene un poder que va más allá de las palabras. El placer de compartir la música genera conexiones entre padres e hijos a medida que los sonidos y los ritmos rodean al niño en un mundo de sensaciones y sentimientos. La música también ofrece una placentera y provechosa experiencia de aprendizaje y alimenta la imaginación y la creatividad de los niños.

La música está en todas partes: en un aplauso con las manos, en el balbuceo de un bebé, en el sonido del viento moviéndose entre los árboles, en las gotas de lluvia cayendo sobre el tejado y más que todo en las canciones que su familia atesora. No se necesitan lecciones especiales ni equipos sofisticados para disfrutar de la música. Toda está allí... en usted y en su bebé... esperando ser compartida.



“Donde fracasan las palabras, la música habla.”

– Hans Christian Andersen

El lenguaje del amor:

Estableciendo vínculos con sus hijos a través de la música

Los primeros tres años de la vida de un niño son un período muy especial durante el cual los padres y los bebés pueden hacer una música hermosa juntos, y pueden usar esta música para construir poderosas conexiones entre sí. El gozo mutuo experimentado por padres e hijos mientras comparten momentos musicales fortalece sus vínculos. Ese vínculo será el modelo para las relaciones cercanas del niño durante toda su vida. Establecer esos lazos con su bebé de manera musical simplemente se da como algo natural. En todo el mundo, cuando los padres les hablan a sus pequeños, ajustan sus voces para hacerlas más líricas, más rítmicas... en resumen, más musicales. Cuando su bebé responde se produce una especie de dúo, reforzando el amor y la confianza que ustedes comparten.

La música es también una manera única y poderosa para que los niños creen vínculos con sus raíces. Una canción espiritual Afro-Americana, una canción de cuna Yidish o Irlandesa, una canción folklórica Mexicana.... todas introducen a su bebé a la herencia familiar en una manera que va más allá de las palabras o las fotografías. Y conectarse con sus raíces es otra forma de lograr que un niño se sienta a salvo y más seguro.

Sintonizándose con sí mismo

Estas preguntas pueden ayudarle a ver cómo la música ha influido en su vida

- **¿Tiene usted recuerdos de cómo le cantaban o cómo escuchaba usted música cuando era niño? Si es así, ¿cómo era? ¿Quién le cantaba? ¿Qué le cantaban?**
- **¿Cómo cree usted que sus primeras experiencias con la música influyen en la manera en que usted canta y comparte la música con su hijo?**

Sintonizándose con su hijo

Estas preguntas le ayudarán a entender cómo compartir la música de la mejor manera con su hijo

- **¿Cómo responde su hijo a la música? ¿Establece contacto visual con usted cuando le canta? ¿Cómo mueve su cuerpo? ¿Emite sonidos respondiéndole a usted? ¿Le hace saber cuando ya ha sido suficiente, por ejemplo arqueando su espalda o volteándose hacia otro lado?**
- **¿Qué tipo de cantos prefiere su hijo: suaves, en tonos altos o bajos, rápidos o lentos? ¿Cómo hace para que usted lo sepa?**



Qué debe esperar

0 a 9 meses:

- Muy pronto después del nacimiento, un bebé puede identificar la voz de su mamá entre otras voces y luego, muy poco tiempo después, la de su papá. La expectativa por oír las voces de sus padres es una señal de la conexión con los padres y de su confianza en ellos.
- Los bebés buscan activamente el sonido de voces humanas, especialmente cuando son más silenciosas, de tonos elevados, y rítmicas.
- Los bebés atraen la atención de sus padres imitando sus sonidos.
- Los bebés responden a la música de muchas maneras, tales como a través del establecimiento de contacto visual cuando usted le canta, moviendo sus brazos y piernas, o volteando su cabeza hacia otro lado cuando necesitan un descanso.

9 a 18 meses:

- A los niños les encanta compartir la música con otros. Ellos usan los sonidos, movimientos y expresiones faciales para interactuar.
- Una canción conocida le ayudará al bebé a sentirse a salvo y seguro en un ambiente que desconoce. En cierto sentido, las canciones se vuelven tan importantes y poderosas como el osito de peluche o la frazada que adoran.
- La música juega un papel muy importante en el establecimiento de 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.

18 a 36 meses:

- A los niños de esta edad les encanta inventar canciones por sí solos y junto con otros.
- Los niños a menudo se cantan a sí mismos para reconfortarse. Usted puede oírlos cantando una canción de cuna, por ejemplo, después de que usted les ha dado el besito de las buenas noches. Esa es su manera de mantenerlos a ustedes a su lado.
- Los niños de esta edad les pedirán que les canten sus canciones favoritas una y otra vez, de la misma forma en que quieren que les lean sus libros favoritos muchas veces.

Lo que usted puede hacer

- Ante todo, ¡cántele y tararéela a su bebé! Los estudios demuestran que los bebés prefieren las voces de sus madres y padres por encima de cualquier otra voz. No importa cómo crea usted que suena, su bebé será su público más expectante y adorable.
- A los bebés les gusta ver a la gente moviéndose al ritmo de la música. Actúe las canciones que usted le canta con sus manos y con movimientos corporales. Por ejemplo, cuando le cante "Tortitas de manteca", use sus manos para mostrarle cómo hacer las tortitas. A medida que su bebé va creciendo, ensaye con otras canciones tales como "Pimpón".
- Cántele una canción de cuna especial a su bebé antes de que se duerma, quizás alguna que usted recuerde de su infancia. El bebé aprenderá a relacionar esta canción de cuna con la hora de dormir. Esta es también una forma de compartir las historias, ritmos y melodías de generación en generación.
- Baile con su hijo. Toque algunos objetos musicales —hasta un sonajero— y baile llevando el ritmo.
- Si su hijo ve videos musicales, mírelos con él y únase a la actividad -cantando y bailando. Usted también puede usar los videos para ayudarle a hacer transiciones. Por ejemplo, dígame que usted se irá a trabajar tan pronto se acabe la canción del trencito.

Música y desarrollo: *Aprendiendo por medio de melodías y movimientos*

La música puede ser la chispa que enciende todas las áreas del desarrollo -intelectual, social y emocional, motoras, de lenguaje y de capacidad integral de lectura y escritura. De hecho, la música es una gran organizadora que ayuda a que el cuerpo y la mente trabajen juntos. Los niños sienten atracción hacia los patrones y estructuras musicales. Lo demuestran de muchas maneras, como aplaudiendo al finalizar una canción o haciendo movimientos con las manos durante partes especiales, como por ejemplo cuando el pollito pía en “Los Pollitos”.

Igualmente, la música introduce a los niños a los sonidos y significados de las palabras y ayuda a fortalecer sus habilidades de la memoria. Las canciones de las vocales o de los números tales como “La marcha de las letras” ayudan a los niños a recordar las secuencias de letras y de números. Canciones tales como “San Seremín” ayudan a los niños a entender cómo funcionan las cosas.

La música brinda una oportunidad para que su hijo interactúe con otros niños y con personas queridas de manera alegre. Debido a que la música es una experiencia de aprendizaje tan completa, mientras más involucre a sus hijos con ella, más aprenderán.

Qué debe esperar

0 a 9 meses:

- Los bebés son capaces de reconocer melodías conocidas mucho antes de poder entender los significados de las palabras.
- En una especie de “conversación” musical, los bebés imitan los sonidos de sus padres por medio de sus propios balbuceos y vocalizaciones. Ellos esperan su turno y responden durante las pausas en el “diálogo”.
- Los bebés a menudo responden cuando les cantan y les hablan moviendo sus brazos, pateando con sus pies, y sonriendo. Estas son las primeras y muy significativas comunicaciones de los bebés acerca de sus pensamientos (“Papito, esto me encanta. No te detengas”) y sentimientos (“Mamita, estoy tan feliz. Adoro estar contigo”).
- Los bebés aprenden rápidamente, identificando los patrones de movimiento que acompañan a las canciones y bailes.

Sintonizándose con sí mismo

Estas preguntas pueden ayudarle a ver cómo la música ha influido en su vida

- ¿Cómo se siente usted con respecto a cantar?
- ¿Tiene usted conciencia de su propia voz?
- ¿Cómo impacta esto en cómo le canta
—o en si lo hace o no— a su hijo?

Sintonizándose con su hijo

Estas preguntas le ayudarán a entender cómo compartir la música de la mejor manera con su hijo

- ¿Cuál es la canción favorita de su hijo?
- ¿Qué tipo de experiencias musicales le gustan más? ¿Cómo lo sabe usted? ¿Cómo hace el niño para mostrarle qué sigue?



9 a 18 meses:

- Tan pronto como pueden hacerlo, los niños empiezan a moverse siguiendo el ritmo.
- Hacer música juntos — cantar a dúo con ellos, por ejemplo — es una manera divertida para que los niños de esta edad se conecten entre sí, y para aprender acerca de los patrones y secuencias de la música y del lenguaje en general.
- A los niños de esta edad les encanta llenar los vacíos de las canciones conocidas: “¡Arroz con___!”
- Los niños de esta edad adoran explorar todas las formas en que pueden hacer sonidos con sus propias voces y con objetos. Esta es una gran manera para que ellos puedan sentirse confiados al ver que pueden hacer que sucedan cosas.

18 a 36 meses:

- La música desarrolla habilidades de memoria, como cuando un niño aprende a repetir las palabras de una canción.
- A los niños de esta edad les encanta bailar con otros niños, lo que refuerza tanto el movimiento como la socialización.
- Los niños de esta edad también bailan con muñecos y animales de peluche, imitando el tipo de interacción que tienen con quienes los están criando.
- Los niños a menudo inventan canciones para acompañar sus actividades.
- Los niños de esta edad asocian rápidamente canciones específicas con actividades e imágenes específicas. (Por ejemplo, cantando “Buenos Días... cómo estás?...” cuando levanta a su niño en la mañana para prepararlo y llevarlo a su niñera). Esta habilidad para asociar canciones con actividades significa que los niños están dando un gran salto en su aprendizaje. Ahora entienden mejor cómo se conectan las cosas y pueden usar la música ellos mismos como una manera de lidiar con las transiciones.

Lo que usted puede hacer

- Cuando le cante a su bebé, observe cómo aprende. ¿Lo imita y espera con entusiasmo su próximo gesto o sonido? Escuche cómo su niño copia las subidas y bajadas de la melodía, e incluso partes de la letra de la canción.
- La música y el baile van de la mano. Baile con su hijo oyendo una grabación favorita. Hágalo más interesante cambiando los movimientos cuando cambia la música.
- A los niños que ya caminan les encantan los juegos en círculos tales como “Matarile Rile Ron”. Es especialmente divertido cuando usted invita a uno o dos de sus amigos para que jueguen con él.
- Disfrute de juegos musicales con los niños, tales como “Estatua” o “Congelado”. Haga una línea de conga por el salón con quien quiera que esté disponible. ¡Use su imaginación!
- La música es una gran forma de hacer que las actividades cotidianas sean más divertidas y fáciles. Invéntese canciones acerca del cepillado de los dientes, el proceso de vestirse y la ida al baño.
- Cuando lea libros que rimen, “cante” las palabras. Los cuentos pueden volverse más musicales con efectos de sonido y con instrumentos.

La verdad sobre Mozart

No se han hecho estudios con criaturas o niños que muestren ganancias intelectuales de largo plazo debido a una temprana exposición a la música clásica. Lo que sí alimenta el desarrollo es contar con personas sensibles que cuiden a su niño, y que los expongan a diferentes tipos de sonidos y de música, y que interpreten lo que ellos disfrutan. Los niños y sus padres pueden disfrutar de todo tipo de música juntos, desde rock and roll, hasta música folklórica o religiosa.



¡Sólo imagínese lo!

La conexión

música - creatividad

El intercambio musical entre los bebés y sus padres es un trampolín para la creatividad y la imaginación. A los niños les encanta inventarse palabras sin sentido y nuevos sonidos para ajustarlos a melodías conocidas, y a menudo se inventan canciones para acompañar actividades. Todo esto les ayuda a desarrollar sus jóvenes mentes y contribuye en gran medida a nutrir un amor por el sonido musical y el lenguaje.

Inventarse canciones nuevas con los bebés es una manera perfecta para estimular la creatividad. Por ejemplo, las canciones que acompañan las rutinas cotidianas — tales como “Cuando vayas al mercado” — usan la imaginación para hacer más divertidas estas actividades.

La música es también una gran manera de expresarse, tanto para los niños como para los padres. Los niños pueden desahogar la ira, explotar de alegría, y todos los estados de ánimo intermedios. Y muchos padres descubren que cantar con sus hijos los ayuda a calmarse también. La música también puede servir como una gran diversión, como cuando usted canta una tonada sin sentido mientras acomoda a su reacio niño en su silla del carro.



Qué debe esperar

0 a 9 meses:

- Los bebés se manean, patean y se estiran al ritmo de los sonidos que escuchan.
- A los bebés les gusta usar cosas para producir sonidos, como cuando golpean unos objetos con otros.
- Los bebés pueden balbucear en respuesta a sus cantos y a lo que oyen en la radio o la televisión.

Sintonizándose con sí mismo

Estas preguntas pueden ayudarle a ver cómo la música ha influido en su vida

- ¿Qué efecto tienen la música y el cantar sobre usted?
- ¿Cómo usa usted la música? ¿Para relajarse? ¿Para levantar el ánimo?

Sintonizándose con su hijo

Estas preguntas le ayudarán a entender cómo compartir la música de la mejor manera con su hijo

- ¿Cómo hace su hijo su propia música?
- ¿De qué otras maneras, además de cantando, introduce usted la música en la vida de su hijo?

9 a 18 meses:

- La música construye habilidades creativas. Cuando un niño olvida la letra de una canción, por lo general se inventa su propia letra. ¡Sus letras pueden ser una mejora de la original, o, como mínimo, una señal de creatividad!
- Los niños se están volviendo cada vez más móviles y pueden bailar de maneras nuevas y creativas.
- Los niños pequeños cantan mientras juegan, usando sus voces para acompañar sus actividades.
- Ellos crearán e imitarán patrones musicales, tales como “doo da, doo da”.

18 a 36 meses:

- Para muchos niños de esta edad, la vida es una función musical. Ellos convertirán cualquier cosa en una canción.
- Los niños mayores a menudo se juntan en juegos libres con instrumentos para formar una especie de banda. Esto es una señal del desarrollo de importantes habilidades sociales en la medida en que los niños trabajan juntos y construyen amistades.
- Los niños de esta edad experimentarán inventando sus propias canciones y conectándolas a canciones que ya han aprendido. Por ejemplo, “Yo canto... Aserrín Aserrán”.

Lo que usted puede hacer

- Haga música de maneras nuevas y diferentes. Cante lo que quiere decir; baile en lugar de caminar hacia la cama.
- Estimule a su hijo para que baile al oír sus canciones favoritas.
- La música puede ser una buena manera para hacer fluir los sentimientos de los niños. Si están molestos, pueden desahogarse haciendo un baile de “Déjame mostrarte qué tan bravo estoy”, con gritos, alaridos y pataleos.
- Invéntese nuevas letras para canciones conocidas. (“¡Naranja agria!, ¡Pimpón era un perrito!”).
- Ofrézcale muchos materiales para crear instrumentos, por ejemplo, tambores con las cajas de avena, cornetas con los rollos de las toallas de papel, botellas plásticas llenas de arroz.
- Toque instrumentos mientras escucha cintas de audio o CD's y muévase al ritmo de la música.
 - Prepare “accesorios” para estimular movimientos creativos, tales como bufandas y batutas.



Construya momentos musicales juntos



La música juega un papel poderoso en las vidas de los niños pequeños y de sus padres. A través de la música, los niños se conectan con sus sentimientos y llegan a entender y deleitarse en el mundo que los rodea. Lo hacen desde sus primeras comunicaciones con sus padres, hasta sus juegos musicales con amigos. El canto, y la música en general, es una manera para que los amigos y familiares, independientemente de su edad, sean juguetones y divertidos, gentiles y dulces, alegres y amorosos cuando están juntos.





ZERO TO THREE promueve el desarrollo saludable de los bebés y los niños de nuestra nación a través del apoyo y el fortalecimiento de las familias, las comunidades y de aquellos que trabajan en su favor.



Recursos adicionales de ZERO TO THREE:

Cuidado de bebés y niños menores de tres años:

Práctica apropiada para el desarrollo – Esta guía está diseñada para ayudar a los profesionales en primeros cuidados y en educación a identificar los conocimientos y habilidades especiales que se necesitan para ofrecerle un ambiente de cuidado en grupo formativo a niños muy jóvenes.

La magia de la vida cotidiana™* – Esta serie de folletos le ofrece a los padres sugerencias para edades específicas sobre cómo sacar el máximo provecho de los momentos cotidianos para impulsar el desarrollo de sus hijos.

Aprendiendo y creciendo juntos: Entendiendo y apoyando el desarrollo de su hijo* – El primer libro de crianza de ZERO TO THREE ofrece herramientas que capacitan a los padres y encargados del cuidado infantil a ser su mejor recurso, ayudándolos a entender el temperamento de sus hijos y a pensar de nuevas maneras. También es un excelente recurso para ambientes de grupo.

Hojas de sugerencias para aprender y crecer juntos – Las hojas de sugerencias le dan ideas a los profesionales en cuidado infantil para poner en práctica los conceptos de Aprender y Crecer Juntos, para mejorar sus programas y las habilidades del personal para brindarle apoyo a las familias.

Pequeños oyentes en un mundo incierto: Estrategias para usted y su hijo para enfrentar la situación después del 11 de Septiembre – Este folleto ofrece sugerencias para ayudar a los niños pequeños a lidiar con el terror y sus secuelas, ayuda a los padres y ofrece ideas sobre cómo los padres y los encargados del cuidado infantil pueden manejar su propio estrés y ansiedad.

Este folleto y otros recursos de ZERO TO THREE están disponibles en www.zerotothree.org o llamando al (800) 899-4301. Los folletos de la magia de la vida cotidiana™ están disponibles llamando al 877-JNJ-LINK o en línea en el sitio web de ZERO TO THREE.

* Disponible también en Español

Queridos Padres:

Las artes, incluyendo la música, juegan un papel importante en el mejoramiento de la calidad de vida para personas de todas las edades y antecedentes.

Recientes investigaciones muestran que la música también contribuye al desarrollo saludable de los niños pequeños. La música crea un ambiente rico que fomenta la auto estima y promueve el desarrollo social, emocional e intelectual.

Los niños pequeños son expuestos primero a la música a través de su relación con usted. Por medio de actividades como cantar, escuchar, bailar y jugar, usted le ayuda a su hijo a crecer de maneras importantes.

Este folleto plantea las muchas formas en las que la música puede enriquecer la vida de su hijo y ofrece sugerencias prácticas para llevar la música a su hogar. La Fundación MetLife se enorgullece de asociarse con ZERO TO THREE para ofrecerle este folleto y apoyarle mientras usted cría a su hijo durante los meses y años por venir.

Sinceramente,



Sibyl Jacobson
Presidente
Fundación MetLife

MetLife Foundation

Publicado por:



Suite 200
2000 M Street, NW
Washington, D.C. 20036-3307
Teléfono: (202) 638-1144

Propiedad literaria 2002 ZERO TO THREE
Todos los derechos reservados.
Impreso en los Estados Unidos de América.
ISBN 0-943657-68-7

Escritores: Levine-Gelb Communications,
Claire Lerner, L.C.S.W., y Lynette A. Ciervo
Diseño: Metzger Publication Design

ZERO TO THREE agradece y reconoce a la Fundación MetLife por haber hecho posible este folleto.

Hacemos extensivos nuestros agradecimientos especiales a los miembros de la junta directiva de ZERO TO THREE que ayudaron a darle forma y a editar este folleto.

Alicia Lieberman, Ph.D.
Ann Pleshette Murphy
Kyle Pruett, M.D.
Marilyn Segal, Ph.D.
Bernice Weissbourd, M.A., Presidente

También agradecemos la contribución de
Lori A. Custodero, D.M.A.

Director ejecutivo: Matthew E. Melmed

Créditos Fotográficos: Portada por Ronnie Kaufman / Corbis; página 3, David Kreider; página 4, Nancy Guadagno; página 6, Digital Vision / Getty Images; página 8, Nancy P. Alexander; página 9, James Groundwater; página 10, arriba, Rubber Ball, abajo, Nancy Guadagno; página 11, Ross Whitaker.