



Leer en voz alta mejora el neurodesarrollo de los recién nacidos prematuros y reduce la ansiedad de los niños y niñas ingresados en la UCIP

La evidencia científica demuestra que la lectura compartida y la voz de los padres tienen efectos directos sobre la salud y el desarrollo de los recién nacidos y los niños ingresados en cuidados intensivos. Con el objetivo de mejorar el bienestar emocional de las familias y convertir la palabra en un aliado del cuidado, el Servicio de Pediatría del Hospital Universitari Dexeus ha puesto en marcha la "Biblioteca dels Somnis" (Biblioteca de los Sueños). Ubicada entre la UCI Neonatal y la UCI Pediátrica del hospital, esta iniciativa busca humanizar la estancia hospitalaria y ofrecer a las familias una herramienta activa para acompañar y cuidar a sus hijos durante el ingreso.

La biblioteca reúne cuentos infantiles para los niños ingresados, libros pensados para que madres y padres lean en voz alta a los recién nacidos prematuros, títulos para hermanos durante las visitas y también lecturas para adultos. Para este espacio, la editorial Cruïlla, referente desde hace más de cuarenta años en la promoción de la lectura infantil y juvenil y comprometida con la lengua, la cultura y la educación catalanas, ha realizado, a través de la Fundación SM, una donación de libros adaptados a las diferentes edades. Gracias a esta colaboración, la biblioteca ofrece recursos pensados para acompañar emocionalmente a pacientes y familias durante su estancia hospitalaria. El objetivo es crear momentos de calma, conexión y desconexión emocional dentro de un entorno altamente tecnológico que las familias a menudo describen "como estar en otro mundo". Frente a esta realidad, la lectura compartida trae un pedazo del hogar al hospital, restaurando la normalidad mediante una actividad cotidiana. Además, los libros ofrecen a las familias una alternativa significativa frente al uso de dispositivos móviles (tecnointerferencia), fomentando momentos de atención conjunta y proporcionando un lenguaje compartido que facilita la comunicación entre los padres y el equipo médico.

Los beneficios médicos de la lectura compartida

Un ensayo clínico internacional publicado en 2025 demostró que los recién nacidos prematuros (24-31 semanas de edad gestacional) expuestos con mayor frecuencia a la voz materna leyendo cuentos mostraban una mayor maduración de las áreas cerebrales relacionadas con el lenguaje. Otros estudios también señalan que los programas de lectura favorecen una mayor interacción verbal entre padres e hijos y ayudan a preservar capacidades auditivas y del habla entre los 9 y los 18 meses.

En el caso de los pacientes pediátricos ingresados en la UCIP, escuchar historias también tiene beneficios fisiológicos y emocionales medibles. Según un estudio publicado en la revista PNAS (publicación oficial de la Academia Nacional de Ciencias de Estados Unidos) escuchar historias durante 30 minutos aumenta significativamente los niveles de oxitocina y disminuye el cortisol. Como consecuencia, los menores reportan menos dolor y describen de forma más positiva su experiencia hospitalaria.

Por otro lado, ensayos controlados aleatorizados de 2025 refuerzan que las técnicas de narración reducen los niveles de ansiedad y miedo en niños de entre 7 y 12 años en la UCI. Asimismo, muestran una eficacia terapéutica superior a la de otros tipos de juegos o distracciones y logran un efecto sostenido en el tiempo.

Esta apuesta por la humanización complementa los avances asistenciales alcanzados el pasado mes de enero con la apertura de la nueva UCI pediátrica, que permitió triplicar la capacidad de atención de pacientes críticos infantiles, y la ampliación de la UCI neonatal de nivel IIIC, el grado de máxima complejidad, y la única en la sanidad privada con estas características.