



MARIA D'FONSECA

# Beneficios de la Lectura

[www.mdfonseca.com](http://www.mdfonseca.com)



Leer es mucho más que una diversión. La lectura desarrolla las destrezas del conocimiento, estimula y agiliza la salud mental y se aprende del mundo alrededor.



# Enfoque

La lectura exige atención total y enfoque adiestrando al cerebro en largos períodos de concentración, mejorando la habilidad de poder enfocar y atender otras áreas de la vida.



# Estimula la imaginación

Cada lectura, sea real o de ficción, nos transporta a un mundo nuevo, fomentando la imaginación y la creatividad, ayudando a ver hacia el mundo desde diferentes perspectivas.



# Aumenta el Vocabulario

La lectura continua expone a nuevas palabras y expresiones. Según se añaden estas nuevas palabras y expresiones en el vocabulario diario, se mejora la habilidad de comunicación efectiva al hablar y al escribir.

# Reduce el estrés

Leer un buen libro produce efectos relajantes y positivos en el cuerpo y en la mente. La lectura es una forma de escape, ayudando a reducir momentos de estrés y ansiedad, proveyendo una distracción positiva.





# Fomenta Empatía

Al leer sobre la vida y experiencias de otros, como aquéllos personajes en los libros, se desarrolla un alto nivel de empatía. Esto ayuda al mejor entendimiento de las emociones y situaciones de la vida de las personas alrededor.

# Mejoramiento de la Memoria

La lectura envuelve el recordar personajes, sucesos y detalles importantes, los cuales estimulan la memoria a corto y a largo plazo. Mientras más se lee, más fácil es retener y recordar información importante.



# Conclusión

Leer tiene un impacto profundo en las vidas de las personas. No es solo entretenimiento, sino desarrolla las destrezas del conocimiento, emocionales y sociales.

Adoptando el hábito de leer, mejora el enfoque, la imaginación, el vocabulario y la empatía, enriqueciendo finalmente la vida diaria.



MARIA D'FONSECA

# ¡Leer y Aprender!

