

# ¿Por qué es importante leer?

**En estos días que estamos pasando encerradas/os en casa, una de las actividades que pueden ser más gratificantes y que nos invitan a ir más allá de nuestras paredes es la lectura.**

¿No te gusta leer? ¿Te parece aburrido? Conoce los beneficios que trae a tu vida éste hábito.

**La lectura es una de las piedras angulares para la adquisición de conocimiento.** Leer, la lectura, es una de las mejores habilidades que podemos adquirir. Ella nos acompañará a lo largo de nuestras vidas y permitirá que **aumentemos nuestro saber**, y que **entendamos el mundo y todo lo que nos rodea**. También que podamos viajar a cualquier sitio sin desplazarnos a ningún lugar o que podamos ser la persona que queramos ser por un momento. Y es que **leer nos abre las puertas del conocimiento y da alas a nuestra inspiración e imaginación.**

Te muestro los **beneficios que trae a tu vida este hábito.**

1. Nos mantiene informados.
2. Despierta nuestra imaginación.
3. Alimenta la inspiración y hace que surjan ideas.
4. Nos permite conectar y ponernos en la piel de otras personas / personajes.
5. Ejercita a nuestro cerebro: despierta vías neuronales, activa la memoria...
6. Nos hace recordar, conocer y aprender.
7. Libera nuestras emociones: alegría, tristeza, cólera, miedo, sorpresa, amor...
8. Nos mantiene ocupados, entretenidos y distraídos.
9. Permite que desconectemos y que nos evadamos del mundo.
10. Permite conocer / descubrir / explorar mejor dicho mundo.
11. Nos permite conocernos mejor a nosotros mismos.
12. Hace que podamos compartir / recomendar nuestras lecturas: noticias, libros, artículos...
13. Ayuda a la comprensión de textos, mejora la gramática, el vocabulario y la escritura.
14. Facilita la comunicación.
15. Hace que podamos sentirnos activos.
16. Y que podamos concentrarnos.
17. Permite la relajación, el descanso e incluso es capaz de reducir el estrés.
18. Hace que podamos investigar sobre los temas que más nos interesan.
19. Nos permite crecer como personas.