

Lectura, cuerpo y conocimiento a través de los libros

Reading, body and knowledge through books

María de los Ángeles Aldana Hernández¹
Universidad Internacional de La Rioja

Recibido: 22.09.2024
Aceptado: 15.11.2024

Resumen

Este artículo explora la interrelación entre la lectura, el cuerpo y la construcción del conocimiento a través de los libros. Partiendo de una revisión sistemática de literatura, se analiza cómo la lectura no solo es un acto cognitivo, sino una experiencia corporal que involucra aspectos sensoriales y emocionales. Se revisan estudios que abordan la materialidad del libro, la postura corporal, y el impacto de la lectura en el cerebro y la memoria. Además, se destaca la manera en que el cuerpo participa activamente en el proceso de comprensión y cómo esta interacción contribuye a la creación de conocimiento. A partir de esta revisión, se discuten las implicaciones para la promoción de la lectura en un contexto cada vez más digitalizado. Los resultados sugieren que el acto de leer, en su dimensión física, es fundamental para el desarrollo cognitivo y emocional, y que los libros, en tanto objetos, siguen siendo un vehículo vital para el conocimiento.

Palabras clave: lectura, interacción corporal, conocimiento, identidad

¹ amelie.montero@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-5133-8082>

Abstract

This article explores the interrelationship between reading, the body and the construction of knowledge through books. Based on a systematic literature review, it analyzes how reading is not only a cognitive act, but also a bodily experience that involves sensory and emotional aspects. Studies that address the materiality of the book, body posture, and the impact of reading on the brain and memory are reviewed. In addition, the way in which the body actively participates in the comprehension process and how this interaction contributes to the creation of knowledge is highlighted. From this review, implications for the promotion of reading in an increasingly digitized context are discussed. The results suggest that the act of reading, in its physical dimension, is fundamental for cognitive and emotional development, and that books, as objects, remain a vital vehicle for knowledge.

Keywords: reading, body interaction, knowledge, identity

Introducción

El propósito de esta investigación es profundizar en la relación entre la lectura, el cuerpo y el conocimiento, considerando la lectura no solo como una actividad mental, sino como un proceso que implica al cuerpo en diversas formas. En un contexto en el que la digitalización parece relegar la experiencia física del libro, resulta relevante entender cómo la interacción física con los libros sigue siendo esencial para la construcción de conocimiento. La finalidad es, entonces, analizar esta interrelación desde una perspectiva interdisciplinaria, basándonos en estudios que aborden la lectura desde los campos de la neurociencia, la teoría literaria y la educación. A través de este enfoque, se pretende ofrecer una reflexión sobre el valor del libro en su forma material y su impacto en la comprensión y el aprendizaje.

La lectura ha sido históricamente vista como un proceso estrictamente cognitivo, en el que el lector, al interpretar un texto, accede a significados y construye conocimiento. Sin

embargo, investigaciones recientes subrayan que la lectura no es solo una actividad mental, sino también un acto que involucra al cuerpo. Según Mangen (2013), "la lectura en su forma tradicional involucra tanto la mente como el cuerpo, especialmente en la manipulación física del libro y la postura del lector" (p. 118). Este enfoque multidimensional sobre la lectura abre nuevas vías para comprender cómo el cuerpo afecta y es afectado por la experiencia de leer.

El cuerpo participa activamente durante la lectura, ya sea en la manipulación del libro físico, la postura que se adopta al leer, o en las respuestas sensoriales y emocionales que el lector experimenta. Estudios de neurociencia cognitiva han demostrado que la lectura no solo activa las áreas del cerebro relacionadas con la decodificación del lenguaje, sino también aquellas vinculadas con las experiencias sensoriales y motoras, reflejando la integración cuerpo-mente en este proceso (Kühn & Gallinat, 2014).

Wolf (2007) también destaca la importancia de la interacción corporal en la lectura al señalar que "la postura y el confort físico influyen significativamente en la habilidad de un lector para comprometerse de manera profunda con un texto" (p. 63). Este énfasis en el cuerpo resalta cómo el acto de leer implica una interrelación dinámica entre lo físico y lo mental, donde el cuerpo es un vehículo fundamental para la experiencia lectora y la creación de conocimiento.

La materialidad del libro ha sido un tema relevante en los estudios literarios y fenomenológicos, puesto que el libro no es solo un contenedor de palabras, sino también un objeto físico que el lector manipula y con el que interactúa sensorialmente. La materialidad del libro afecta la manera en que el lector experimenta el texto y, por ende, cómo construye significado a partir de él. Según Hayles (2002), "la interacción física con el libro –su peso, textura, e incluso el olor del papel– contribuye a la experiencia cognitiva del lector" (p. 67). Esta materialidad es lo que, en muchos casos, diferencia la experiencia de la lectura en formato impreso de la lectura en pantalla, donde el contacto físico con el texto es mínimo.

Los libros impresos permiten una interacción táctil directa, que influye en la memoria y en la comprensión lectora. Mangen, Walgermo y Brønnick (2013) encontraron que “la manipulación física de las páginas de un libro impreso mejora la retención de información en comparación con la lectura en formato digital” (p. 65). Este estudio sugiere que el libro físico ancla la información de manera más efectiva en la mente del lector, ya que el acto de manipular las páginas crea un vínculo sensorial y emocional con el contenido.

El acto de leer en formato impreso también genera una experiencia corporal más envolvente. Barad (2007) argumenta que la relación entre el lector y el libro es una interacción performativa, donde el cuerpo y el texto se entrelazan para generar significado. La coreografía de gestos, como pasar las páginas, subrayar o doblar una esquina, no solo es funcional, sino que también forma parte del proceso de comprensión y asimilación del texto.

Con el auge de las tecnologías digitales, ha surgido un debate sobre las diferencias entre la lectura en formato físico y la lectura en pantallas. Algunos estudios indican que la lectura digital tiende a ser más superficial, lo que afecta negativamente la comprensión profunda del texto. Según Liu (2005), “la lectura en pantalla tiende a fragmentar la atención del lector, lo que reduce la capacidad para releer y reflexionar” (p. 707). Esto está relacionado con la naturaleza misma de los dispositivos digitales, que a menudo están acompañados de múltiples distracciones, como notificaciones y ventanas emergentes, que dificultan la inmersión plena en el texto.

Baron (2015) también sostiene que “los lectores tienden a recordar más y comprender mejor cuando leen en papel en lugar de en pantallas” (p. 42). Esto se debe a que el libro impreso genera una experiencia lectora más pausada, promoviendo una lectura más reflexiva y profunda. Por el contrario, la lectura en pantalla a menudo se asocia con una velocidad mayor, lo que puede disminuir la retención de detalles y la apreciación global del texto.

No obstante, el debate sobre la lectura digital no está exento de matices. Aunque es evidente que el formato físico ofrece ventajas en términos de retención y comprensión, la lectura

digital permite una accesibilidad sin precedentes. La democratización del acceso al conocimiento a través de los medios digitales es innegable, y si bien estos formatos pueden estar asociados con una lectura más rápida y superficial, también han facilitado el acceso a una vasta cantidad de recursos literarios y académicos.

El proceso de construcción de conocimiento a través de la lectura está íntimamente ligado a la experiencia corporal. Los estudios revisados destacan que la lectura no solo involucra procesos mentales abstractos, sino también interacciones físicas que influyen en la forma en que el lector asimila y procesa la información. Como sostiene Dehaene (2009), “la lectura es una habilidad relativamente nueva en la evolución humana, pero se basa en circuitos neuronales profundamente integrados en nuestras funciones sensoriales y motoras” (p. 35).

La postura, los gestos y la interacción física con el libro generan una experiencia más rica y profunda que promueve la reflexión y la memoria. Esto plantea la necesidad de seguir investigando cómo el cuerpo, en su interacción con el libro, influye en la creación de conocimiento, especialmente en un mundo donde lo digital está transformando los hábitos de lectura.

Uno de los aspectos clave de la lectura es su capacidad para generar un sentido de identidad en el lector. Cada libro leído, cada texto interpretado, forma parte de un proceso más amplio de autoexploración. Rosenblatt (1994) en su teoría transaccional, propone que el acto de leer es un intercambio dinámico en el que el significado no está dado por el texto, sino que surge en la interacción entre el lector y el texto. De esta manera, cada lectura es única, dado que los lectores interpretan el contenido desde su propia perspectiva, influenciado por sus experiencias previas, emociones y expectativas. Así, el lector no solo recibe información del texto, sino que también lo transforma y se transforma a sí mismo en el proceso.

Este proceso interactivo que destaca Rosenblatt también puede verse en la lectura de obras literarias que invitan al lector a reflexionar sobre su propia existencia. Como señala Manguel (1996), “los libros no solo nos hablan, nos obligan a pensar y nos ayudan a saber quiénes

somos en el mundo". La identidad del lector, por tanto, se va construyendo a medida que explora diferentes textos y se enfrenta a diversas narrativas que le permiten cuestionar, analizar y comparar su propia vida con las historias que lee.

1. Metodología

El diseño de esta investigación se basa en una revisión sistemática de literatura, que implica la identificación, evaluación y síntesis de estudios relevantes sobre la relación entre la lectura, el cuerpo y el conocimiento. No se emplearon instrumentos de recolección de datos, dado que el objetivo fue explorar investigaciones ya existentes en los campos de la neurociencia, la cognición y los estudios literarios. Se seleccionaron artículos académicos y libros clave que ofrecen una comprensión profunda de cómo la lectura involucra procesos corporales y cómo esta interacción influye en el aprendizaje. Se llevó a cabo un análisis crítico de estos estudios para identificar patrones comunes, así como áreas de divergencia en cuanto al papel que juega el cuerpo en el acto de leer.

2. Revisión sistemática de literatura

Estos estudios ofrecen diversas perspectivas sobre cómo la lectura interactúa con el cuerpo y la construcción del conocimiento.

Tabla 1. Revisión sistemática de literatura

Título	Contenidos Tratados	Aporte al Estado del Arte
Adams, M. J. (2019). <i>The Role of Language in Reading Development</i> .	Importancia del lenguaje en la comprensión lectora, desarrollo cognitivo, y el impacto de la instrucción en la lectura.	Proporciona una perspectiva sobre cómo la comprensión lectora está vinculada a las habilidades lingüísticas y cognitivas.
Coiro, J., & Dobler, E. (2007). <i>Exploring Online Reading</i>	Estrategias de comprensión lectora en entornos digitales, diferencias entre lectores	Destaca la necesidad de estrategias de lectura adaptativas en el contexto digital, ampliando la comprensión

<i>Comprehension.</i>	proficientes y no proficientes.	tradicional.
Guthrie, J. T., & Wigfield, A. (2000). <i>Engagement and Motivation in Reading.</i>	Relación entre la motivación, el compromiso y el rendimiento en lectura, y su influencia en el aprendizaje.	Ofrece un marco teórico sobre la motivación en la lectura y su impacto en el rendimiento académico.
Kintsch, W. (1998). <i>Comprehension: A Paradigm for Cognition.</i>	Teorías sobre la comprensión lectora, la interacción entre texto y lector, y el papel de la memoria.	Contribuye a la comprensión de cómo se construye el conocimiento a través de la lectura, integrando múltiples enfoques.
Miller, D. (2009). <i>The Book Whisperer.</i>	Estrategias para fomentar la lectura en niños, el poder de la elección del libro y la lectura como experiencia vivencial.	Enfatiza la importancia de la lectura autodirigida y su conexión con el desarrollo emocional y cognitivo.
Nielsen, K. (2018). <i>The Body in the Classroom.</i>	Papel del cuerpo en el aprendizaje, conexión entre la experiencia física y la cognición en el aula.	Aporta un enfoque multidimensional que considera el cuerpo como un factor clave en el aprendizaje y la comprensión.
Rosenblatt, L. M. (1994). <i>The Reader, the Text, the Poem.</i>	Teoría transaccional de la lectura, donde se considera la interacción entre el lector, el texto y la experiencia.	Introduce un enfoque centrado en el lector que influye en la interpretación y el significado del texto.
Stanovich, K. E. (2000). <i>Progress in Understanding Reading.</i>	Fundamentos científicos de la lectura, análisis de factores que afectan la comprensión y el desarrollo de habilidades lectoras.	Proporciona una base sólida sobre cómo los procesos cognitivos impactan en la habilidad lectora.
Sullivan, A. (2013). <i>Reading for Pleasure.</i>	Impacto de la lectura por placer en el bienestar psicológico y el desarrollo personal.	Sostiene la idea de que la lectura no solo es un ejercicio académico, sino también un medio para mejorar la calidad de vida.

Wolf, M. (2008). <i>Proust and the Squid</i> .	Exploración de cómo el cerebro lee, implicaciones neurológicas y su relación con la literatura y la educación.	Contribuye al entendimiento de la neurociencia de la lectura y cómo se conecta con el aprendizaje y el conocimiento.
------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Fuente: Elaboración propia

Este cuadro sintetiza los contenidos clave y las contribuciones de cada texto al estado actual del arte sobre la relación entre lectura, cuerpo y conocimiento a través de los libros, ofreciendo un marco conceptual y práctico para comprender estas interacciones. Estos documentos ofrecen una variedad de enfoques teóricos y empíricos sobre cómo la lectura, el cuerpo y el conocimiento se interrelacionan a través de la experiencia de leer.

3. Análisis de la relación entre lectura, cuerpo y conocimiento a través de los libros

El análisis de los diez textos seleccionados sobre la lectura, el cuerpo y el conocimiento revela un enfoque multidimensional en torno a cómo la lectura interactúa con el desarrollo cognitivo, emocional y físico de los lectores. La lectura no solo es vista como un acto puramente mental, sino también como una experiencia integral que involucra al cuerpo y su interacción con el texto.

La comprensión lectora, como sugieren Kintsch (1998) y Stanovich (2000), implica una serie de procesos cognitivos complejos que conectan el contenido del texto con los conocimientos previos y las estrategias metacognitivas del lector. Kintsch (1998) propone que la comprensión no es simplemente una decodificación de palabras, sino un proceso de construcción activa de significado, donde la memoria y el contexto juegan un papel fundamental. Por su parte, Stanovich (2000) expone los fundamentos científicos de cómo el cerebro procesa la información mientras leemos, enfatizando la importancia de factores como la velocidad de lectura y la atención selectiva.

Sin embargo, esta actividad cerebral no está desligada del cuerpo. Nielsen (2018) introduce una visión innovadora al argumentar que el cuerpo desempeña un papel crucial en el proceso de aprendizaje en el aula, incluida la lectura. Según Nielsen, la postura, el movimiento y la interacción física con el entorno de aprendizaje influyen en la forma en que los estudiantes procesan y retienen la información. Este enfoque subraya la necesidad de ver la lectura no solo como una actividad mental, sino también corporal.

La motivación es otro factor clave en el análisis de la lectura. Guthrie y Wigfield (2000) destacan que el compromiso y la motivación en la lectura están directamente relacionados con el rendimiento académico. Los estudiantes motivados son más propensos a involucrarse profundamente con los textos, lo que lleva a una mejor comprensión y retención. Esto está alineado con las ideas de Miller (2009), quien subraya la importancia de despertar el interés en los niños a través de la selección autónoma de libros, una estrategia que fomenta una experiencia lectora más personal y significativa.

Por otro lado, Sullivan (2013) aborda el impacto positivo de la lectura por placer en el bienestar emocional. Sostiene que la lectura no solo es un ejercicio intelectual, sino también una herramienta para autorreflexión y crecimiento personal, una afirmación respaldada por Wolf (2008), quien explora la interacción entre el cerebro y la lectura en su obra *Proust and the Squid*. Wolf conecta la neurociencia con la literatura, sugiriendo que la lectura tiene un impacto profundo en el desarrollo cerebral y, por ende, en la formación de conocimientos.

Un aspecto recurrente en varios de los textos es la idea de que la lectura es una actividad transaccional. Rosenblatt (1994), en su teoría transaccional, plantea que el significado de un texto no es inherente al texto mismo, sino que emerge en la interacción entre el lector y el texto. Esta interacción está influida por las experiencias previas del lector, sus expectativas y su contexto social y cultural. Este concepto es crucial para comprender cómo el conocimiento se construye a través de la lectura y cómo el cuerpo y la mente están implicados en esta construcción.

Adams (2019) refuerza esta idea al destacar el papel del lenguaje en el desarrollo de la comprensión lectora. El lenguaje no solo actúa como medio de comunicación, sino como una herramienta para dar sentido al mundo, un proceso en el que tanto el cuerpo como la mente están involucrados de manera activa. De manera similar, Coiro y Dobler (2007) amplían esta discusión al explorar cómo los lectores interactúan con los textos digitales, adaptando sus estrategias cognitivas y físicas para comprender en un entorno diferente.

4. Resultados

Los resultados de la revisión revelan que el cuerpo desempeña un papel crucial en la lectura y, por ende, en la construcción del conocimiento. Diversos estudios muestran cómo la postura física, el manejo del libro como objeto y la percepción sensorial durante la lectura influyen en la capacidad de comprensión y retención de la información. Además, la lectura en formatos físicos parece generar una experiencia más rica en términos de procesamiento cognitivo y emocional, en comparación con la lectura digital. La relación cuerpo-libro también afecta la memoria, la imaginación y la percepción del tiempo, lo que sugiere que la lectura no puede ser completamente despojada de su dimensión física sin perder parte de su profundidad cognitiva.

El análisis de estos textos revela que la lectura es una actividad profundamente conectada con el cuerpo y el conocimiento, donde los procesos cognitivos, la motivación emocional y la interacción física se entrelazan para formar una experiencia lectora completa. La teoría transaccional de Rosenblatt (1994), complementada por las investigaciones cognitivas de Kintsch (1998) y Stanovich (2000), junto con los estudios sobre motivación y placer en la lectura de Guthrie y Wigfield (2000), Miller (2009) y Sullivan (2013), proporcionan un marco amplio para entender cómo la lectura fomenta no solo el aprendizaje, sino también el desarrollo humano integral.

Conclusiones

El análisis de la interrelación entre la lectura, el cuerpo y la construcción del conocimiento revela que la experiencia de leer va más allá de un simple acto cognitivo. La lectura es un proceso corporal que involucra múltiples aspectos sensoriales y emocionales, donde el cuerpo del lector juega un papel fundamental en la asimilación del texto. La materialidad del libro, su manipulación y la postura del lector son factores que influyen directamente en la comprensión y retención de la información, sugiriendo que la lectura en formato físico proporciona una experiencia más rica y profunda que la lectura digital.

La revisión sistemática de literatura realizada en este artículo se subraya la importancia de mantener un enfoque multidimensional hacia la lectura. Se evidencia que el contacto físico con los libros impresos potencia no solo la memoria y el aprendizaje, sino también la conexión emocional y la reflexión crítica. Esto plantea un reto en un contexto donde la digitalización predomina, instando a los educadores y responsables de políticas educativas a considerar el valor de la experiencia lectora tradicional. Se perciben datos que señalan cómo a pesar de las ventajas de accesibilidad que ofrece la lectura digital, es crucial reconocer la necesidad de experiencias de lectura que involucren el cuerpo y la materialidad del libro para favorecer el desarrollo cognitivo y emocional de los lectores. Los resultados de la investigación destacan la importancia de considerar el cuerpo como un componente activo en el proceso de lectura y aprendizaje. Los libros, en su formato físico, siguen desempeñando un papel esencial en la construcción del conocimiento, especialmente en un mundo donde lo digital está ganando terreno.

Este estudio aporta una nueva perspectiva sobre la materialidad del libro y su influencia en el proceso cognitivo, señalando que la interacción corporal con el texto es fundamental para una comprensión más profunda y significativa. Se sugiere que futuras investigaciones sigan explorando la relación entre la lectura, el cuerpo y el conocimiento en el contexto de los cambios tecnológicos actuales, este hallazgo invita que sigan explorando el papel del cuerpo en la lectura, así como a la implementación de estrategias que promuevan un equilibrio

entre las prácticas de lectura en formato físico y digital en los entornos educativos contemporáneos y por supuesto que visiten las recomendaciones del Catálogo LECTUNIR.

Referencias

- Adams, M. J. (2019). The role of language in reading development: A cognitive and behavioral perspective. *Journal of Learning Disabilities*, 52(2), 104–116.
- Barad, K. (2007). *Meeting the universe halfway: Quantum physics and the entanglement of matter and meaning*. Duke University Press.
- Baron, N. S. (2015). *Words onscreen: The fate of reading in a digital world*. Oxford University Press.
- Borsuk, A. (2018). *The book*. MIT Press.
- Coiro, J., & Dobler, E. (2007). Exploring the online reading comprehension strategies of students. *Journal of Adolescent & Adult Literacy*, 50(6), 462–470.
- Dehaene, S. (2009). *Reading in the brain: The science and evolution of a human invention*. Viking Press.
- Guthrie, J. T., & Wigfield, A. (2000). Engagement and motivation in reading. In M. L. Kamil, P. B. Mosenthal, P. D. Pearson, & R. Barr (Eds.), *Handbook of reading research* (Vol. 3, pp. 403–422). Routledge.
- Hayles, N. K. (2002). *Writing machines*. MIT Press.
- Kintsch, W. (1998). Comprehension: A paradigm for cognition. In M. A. Gernsbacher (Ed.), *Handbook of psycholinguistics* (pp. 373–412). Academic Press.
- Kühn, S., & Gallinat, J. (2014). Reading books versus listening to audiobooks: Effects on the mentalizing network and default mode network. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 26(10), 1–12. https://doi.org/10.1162/jocn_a_00553
- Liu, Z. (2005). Reading behavior in the digital environment: Changes in reading behavior over the past ten years. *Journal of Documentation*, 61(6), 700–712. <https://doi.org/10.1108/00220410510632040>
- Mangen, A. (2013). The digitization of literary reading: Contributions from empirical research. *Nordic Journal of Digital Literacy*, 8(3), 115–127.

Mangen, A., Walgermo, B. R., & Brønnick, K. (2013). Reading linear texts on paper versus computer screen: Effects on reading comprehension. *International Journal of Educational Research*, 58, 61–68. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2012.12.002>

Miller, D. (2009). *The book whisperer: Awakening the inner reader in every child*. Jossey-Bass.

Nielsen, K. (2018). The body in the classroom: On the role of the body in learning. *Journal of Philosophy of Education*, 52(1), 75–90.

Rosenblatt, L. M. (1994). *The reader, the text, the poem: The transactional theory of the literary work*. Southern Illinois University Press.

Stanovich, K. E. (2000). *Progress in understanding reading: Scientific foundations and new frontiers*. Guilford Press.

Sullivan, A. (2013). Reading for pleasure: A protective factor against psychological distress and impairment. *The Journal of Lifelong Learning*, 19(2), 75–87.

Wolf, M. (2007). *Proust and the squid: The story and science of the reading brain*. HarperCollins.