

Guía pedagógica de los ritmos del mundo

por *Bebé Escritora*



PRÓLOGO

“Hola... soy Bebé Escritora. Tal vez te sorprenda que una bebé te escriba un prólogo, pero yo he aprendido tantas cosas con la música que mi corazón chiquitico quiere contártelas.

Cuando era más pequeñita todavía, no sabía decir palabras, pero sí sabía sentir las. Mi cuerpo entendía antes que mi boca: los tambores que me hacían mover los pies, las canciones que me calmaban, los ritmos que me despertaban la risa, y las melodías que me hacían mirar a mi familia con más amor.

Yo no sé de teoría musical... pero sé de abrazos, de miradas, de brazos que me cargan, de voces que me cantan, de manos que me acompañan cuando suena la música.

Por eso escribo este pedacito para ti, que eres grande. Porque todo lo que tú haces —aunque parezca pequeño— se queda guardado en nosotros, los bebés. Y cuando tú eliges un ritmo, cuando bajas el volumen, cuando marcas el pulso con tu mano, cuando bailas conmigo, cuando me miras mientras escuchamos... yo aprendo.

Aprendo del mundo, de la cultura, de la calma, del movimiento, de la alegría, y de ti.

Este libro no es para que te vuelvas experto. Es para que te sientas acompañado, igual que yo me siento acompañada cuando tú estás cerca.

Yo te cuento lo que sentí, lo que descubrí, y lo que creo que puede ayudar a otros bebés como yo. Tú pones el amor... y yo pongo las palabras.”**

ÍNDICE

1. Introducción

- Qué es esta guía
- Por qué los ritmos del mundo son importantes
- Cómo usar este libro
- Qué aporta a bebés, niños y familias

2. La canción base

- Identidad
- Propósito
- Cómo se transforma en ritmos
- Cómo escucharla con bebés

3. Ritmos del mundo

- Nombre del ritmo
- País o cultura de origen
- Instrumentos típicos
- Qué aprende el niño
- Qué estimula en bebés
- Cómo acompañar la escucha
- Cómo usarlo en movimiento
- Cómo usarlo en calma
- Cómo usarlo en juego
- Cómo integrarlo en la rutina diaria
- Curiosidad cultural
- Curiosidad musical

4. Cómo crear momentos musicales en casa

- Rutinas
- Juegos
- Actividades
- Rituales

5. Cómo observar al niño mientras escucha

- Señales de interés
- Señales de calma
- Señales de sobreestimulación
- Cómo ajustar el ritmo

6. Recursos adicionales

- Playlist
- Videos
- Audiolibros
- Material descargable

7. Cierre

- La música como puente
- La diversidad como abrazo
- La familia como escenario

INTRODUCCIÓN

***“Hola... soy Bebé Escritora. Yo sé que soy chiquitica, pero he escuchado tanta música desde que nací, que quiero contarte lo que descubrí mientras crecía entre canciones, ritmos y abrazos.

Este libro es para ti, que eres grande. Aquí no vengo a enseñarte teoría, sino a mostrarte — con mis palabras de bebé— cómo los ritmos del mundo pueden acompañar a los más pequeños.

En estas páginas te cuento: cómo una misma canción puede viajar por muchos ritmos, cómo cada ritmo tiene un país, una historia y un sonido especial, y cómo tú puedes usar esa música para jugar, calmar, mover, abrazar y acompañar.

Yo te explico lo que sentí cuando escuché cada ritmo, lo que mi cuerpo hizo sin que yo se lo pidiera, y lo que creo que puede ayudar a otros bebés como yo.

Este libro es sencillo, pero está lleno de cosas importantes: cómo observar a un niño cuando escucha, cómo elegir un ritmo según el momento, cómo crear rutinas musicales en casa, y cómo la diversidad de sonidos abre la mente y el corazón.

Ojalá estas páginas te acompañen. Yo pongo mi experiencia chiquitica... y tú pones tu amor grande.”**

2. LA CANCIÓN BASE

Identidad

“Mi canción base es como mi nombre musical. Es la primera que escuché muchas veces, la que me acompañó cuando todavía no sabía gatear, la que me hacía sentir segura aunque no entendiera las palabras.

Cada bebé tiene una canción que reconoce antes que otras. La mía nació para contar quién soy: que soy curiosa, que me gusta moverme, que me encanta escuchar, y que quiero viajar por el mundo con mis ritmos.

Esta canción es mi identidad musical. Es como mi carita, pero en sonido.”**

Propósito

“Mi canción base no es solo para cantar. Tiene un propósito grande, aunque yo sea chiquitica. Sirve para que los bebés aprendamos:

- a reconocer patrones,
- a sentir el pulso,
- a mover el cuerpo con intención,
- a anticipar lo que viene,
- a conectar con quien nos acompaña.

Cuando un adulto canta esta canción conmigo, yo siento que me está diciendo: ‘Estoy aquí. Te escucho. Te acompaño.’ Ese es su propósito más bonito.”**

Cómo se transforma en ritmos

***“Lo más mágico de mi canción es que cambia de ropa. A veces se viste de salsa, otras veces de flamenco, otras de cumbia, otras de pop, y hasta de ritmos suaves para hacer yoga.

Pero aunque cambie de ritmo, la canción sigue siendo la misma. Es como cuando yo me pongo un vestido rojo o uno azul: sigo siendo yo.

Cuando la canción cambia de ritmo, mi cuerpo aprende cosas nuevas: a moverse rápido, a moverse lento, a saltar, a balancearse, a respirar, a imaginar.

Por eso digo que mi canción viaja por el mundo. Porque cada ritmo le enseña algo distinto a mi corazón.”**

Cómo escucharla con bebés

“Escuchar esta canción con un bebé es muy fácil, pero también muy importante. Aquí te cuento lo que a mí me ayudó cuando era más pequeña:

- **Baja el volumen.** Los bebés escuchamos mejor cuando no nos asustan los sonidos fuertes.
- **Mírame mientras suena.** Tu mirada me dice que estamos juntos en esto.
- **Marca el pulso con tu mano.** En mi espalda, en mi piernita, en mi manito. Así aprendo sin palabras.
- **Muévete conmigo.** Si tú te balanceas, yo quiero imitarte.
- **Haz pausas.** Cuando la música se detiene, yo aprendo a esperar.
- **Cambia de ritmo conmigo.** Si la canción se vuelve rápida, me emociono. Si se vuelve lenta, me calmo.
- **Habla poquito.** La música ya me está diciendo muchas cosas.

Escuchar esta canción juntos es como jugar sin juguetes. Solo tú, yo... y el ritmo que nos abraza.”**

3. RITMOS DEL MUNDO

Multiples son los ritmos del mundo que gracias a mi familia he podido disfrutar, he escuchado mucho, entonces con la mayor seriedad del mundo, desde mis palabritas de bebe le sugiero a usted padre o educador, visite este capítulo para que conozca de cada ritmo: País o cultura de origen, sus Instrumentos típicos, lo que aprendemos los niños, qué estimula en bebés, cómo acompañar la escucha, cómo usarlo en movimiento, cómo usarlo en calma, cómo usarlo en juego, cómo integrarlo en la rutina diaria, y hasta un poco de curiosidad cultural y musical.



RITMOS PARA LA CALMA

(Yoga – Balada japonesa – Trova cubana – Balada romántica – Música andina – Música campesina)

1. Yoga inspirado en la India – “Respiración”

Nombre del ritmo

Yoga musical suave

País o cultura de origen

India

Instrumentos típicos

Sitar, tampura, flauta bansuri, cuencos, campanillas, armonio.

Qué aprende el niño

- A respirar más lento.
- A reconocer sonidos largos y sostenidos.
- A sentir su cuerpo sin moverse demasiado.
- A entrar en un estado de atención tranquila.

Qué estimula en bebés

- Regulación emocional.
- Descenso del ritmo cardíaco.
- Sensación de seguridad.
- Conexión profunda con el adulto.

Cómo acompañar la escucha

- Sostén al bebé cerca del pecho.
- Respira despacio para que él imite.
- Marca el pulso con tu mano en su espalda.
- Evita hablar: deja que la música haga el trabajo.

Cómo usarlo en movimiento

- Balanceo suave.
- Movimientos circulares lentos.
- Estiramientos acompañados.

Cómo usarlo en calma

- Antes de dormir.
- Después de un llanto.
- En momentos de sobrecarga sensorial.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “respira conmigo”.
- Tocar campanitas o sonidos largos.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Al despertar.
- Antes del baño.
- En la siesta.

Curiosidad cultural

En la India, la música para yoga se usa para unir cuerpo, mente y respiración.

Curiosidad musical

Los sonidos largos y sostenidos ayudan al cerebro infantil a organizar la calma.

2. Balada japonesa – “Brisa”

País o cultura de origen

Japón

Instrumentos típicos

Koto, shakuhachi, shamisen, cuencos metálicos.

Qué aprende el niño

- A escuchar silencios.
- A reconocer melodías delicadas.
- A sentir la música como viento suave.

Qué estimula en bebés

- Atención fina.
- Relajación profunda.
- Sensación de ligereza.

Cómo acompañar la escucha

- Mantén el ambiente con poca luz.
- Acaricia su frente o su mano.
- Respira al ritmo de la melodía.

Cómo usarlo en movimiento

- Movimientos lentos de brazos como “olas”.
- Balanceo mínimo.

Cómo usarlo en calma

- Para bajar revoluciones.
- Para acompañar momentos de sensibilidad.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “soplar brisas”.
- Mover pañuelos suaves.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Después del baño.
- Antes de leer un cuento.

Curiosidad cultural

La música japonesa valora el silencio tanto como el sonido.

Curiosidad musical

El shakuhachi imita el viento: por eso calma tanto.

3. Trova cubana – “Poesía”

País o cultura de origen

Cuba

Instrumentos típicos

Guitarra, tres cubano, voz suave, percusión mínima.

Qué aprende el niño

- A escuchar letras claras.
- A reconocer melodías narrativas.
- A sentir la música como cuento.

Qué estimula en bebés

- Lenguaje.
- Vínculo emocional.
- Atención sostenida.

Cómo acompañar la escucha

- Cántale tú también.
- Míralo a los ojos.
- Marca el ritmo con tu mano.

Cómo usarlo en movimiento

- Balanceo suave.
- Paseos lentos cargándolo.

Cómo usarlo en calma

- Para arrullar.
- Para acompañar emociones.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “eco”: tú cantas, él responde.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Antes de dormir.
- En momentos de conexión.

Curiosidad cultural

La trova nació para contar historias con guitarra.

Curiosidad musical

La voz suave y cercana activa zonas de apego en el cerebro infantil.

4. Balada romántica – “Ternura”

País o cultura de origen

Latinoamérica

Instrumentos típicos

Piano, cuerdas, voz suave, percusión mínima.

Qué aprende el niño

- A reconocer melodías largas.
- A sentir emociones suaves.
- A anticipar estribillos.

Qué estimula en bebés

- Afecto.
- Seguridad.

- Regulación emocional.

Cómo acompañar la escucha

- Abrázalo.
- Cántale bajito.
- Acaricia su espalda.

Cómo usarlo en movimiento

- Balanceo lento.
- Pasos cortos.

Cómo usarlo en calma

- Para dormir.
- Para consolar.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “te abrazo y te suelto”.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- En la noche.
- En momentos de nostalgia.

Curiosidad cultural

La balada es un género que nació para expresar ternura.

Curiosidad musical

Las melodías descendentes ayudan a relajar el sistema nervioso.

5. Música andina – “Altura”

País o cultura de origen

Perú, Bolivia, Ecuador

Instrumentos típicos

Quena, zampoña, charango, bombo.

Qué aprende el niño

- A diferenciar sonidos de aire.
- A escuchar melodías limpias.
- A sentir la música como paisaje.

Qué estimula en bebés

- Imaginación.
- Calma.
- Sensación de amplitud.

Cómo acompañar la escucha

- Mueve tus manos como si volaran.
- Respira profundo.
- Mantén el ambiente tranquilo.

Cómo usarlo en movimiento

- Balanceo amplio.
- Movimientos circulares.

Cómo usarlo en calma

- Para relajar después de juego intenso.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “montañitas” con telas.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- En paseos.
- En momentos de contemplación.

Curiosidad cultural

La música andina imita la naturaleza: viento, montañas, aves.

Curiosidad musical

Las zampoñas producen un sonido que recuerda al viento de altura.

6. Música campesina – “Tierra”

País o cultura de origen

Caribe, Cuba, Puerto Rico, República Dominicana

Instrumentos típicos

Guitarra, güiro, maracas, bongó.

Qué aprende el niño

- A reconocer ritmos orgánicos.
- A sentir la música como raíz.
- A escuchar patrones repetitivos.

Qué estimula en bebés

- Seguridad.
- Conexión con lo cotidiano.
- Sensación de hogar.

Cómo acompañar la escucha

- Cántale tú también.
- Marca el ritmo con palmitas suaves.
- Sonríe mientras suena.

Cómo usarlo en movimiento

- Balanceo rítmico.
- Pasitos cortos.

Cómo usarlo en calma

- Para acompañar actividades tranquilas.

Cómo usarlo en juego

- Juegos con maracas.
- Golpecitos suaves en la mesa.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- En la mañana.
- Mientras cocinas o haces tareas.

Curiosidad cultural

La música campesina nace del trabajo, la tierra y la vida cotidiana.

Curiosidad musical

El güiro imita el sonido de raspar la tierra.



RITMOS PARA LA ENERGÍA

(Reguetón – Conga – Merengue – Electrofunk/Poprock – Rock clásico – Salsa)

1. Reguetón puertorriqueño – “Flow”

País o cultura de origen

Puerto Rico

Instrumentos típicos

Bases electrónicas, percusión digital, sintetizadores, efectos vocales.

Qué aprende el niño

- A seguir patrones repetitivos.
- A anticipar cambios rítmicos.
- A coordinar movimientos rápidos.

Qué estimula en bebés

- Energía.
- Alegría.
- Movimiento espontáneo.

Cómo acompañar la escucha

- Marca el pulso con palmitas.
- Sonríe y muévete con él.
- Haz pausas para que el bebé “responda”.

Cómo usarlo en movimiento

- Saltitos suaves.
- Movimientos de cadera.
- Juegos de “sígueme”.

Cómo usarlo en calma

- Baja el volumen.
- Usa solo la base instrumental.
- Balanceo lento sobre el ritmo.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de imitación.
- Golpecitos rítmicos en la mesa.
- Bailes cortos.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Antes de actividades físicas.
- Para animar la mañana.
- Para limpiar o recoger.

Curiosidad cultural

El reguetón nació de la mezcla entre ritmos caribeños, hip hop y reggae.

Curiosidad musical

Su patrón rítmico principal se llama “**dembow**”, y es perfecto para que los bebés sigan el pulso.

2. Conga cubana – “Desfile”

País o cultura de origen

Cuba

Instrumentos típicos

Tambores de conga, campanas, trompetas, coros.

Qué aprende el niño

- A seguir ritmos marcados.
- A moverse en grupo.
- A sentir la música como celebración.

Qué estimula en bebés

- Coordinación.
- Risa.
- Participación social.

Cómo acompañar la escucha

- Camina marcando el ritmo.
- Usa palmitas fuertes.
- Invita al bebé a “desfilar”.

Cómo usarlo en movimiento

- Marcha.
- Pasos grandes.
- Golpes de pie.

Cómo usarlo en calma

- Baja el volumen.
- Usa solo la parte instrumental.
- Balanceo lento.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “desfile”.
- Golpear tambores suaves.
- Seguir al adulto en fila.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Para recoger juguetes.
- Para animar la tarde.
- Para caminar juntos.

Curiosidad cultural

La conga se baila en las calles durante carnavales.

Curiosidad musical

Su ritmo repetitivo invita al movimiento colectivo.

3. Merengue dominicano – “Explosión”

País o cultura de origen

República Dominicana

Instrumentos típicos

Tambora, güira, acordeón, saxofón.

Qué aprende el niño

- A seguir ritmos rápidos.
- A coordinar brazos y piernas.
- A moverse con energía.

Qué estimula en bebés

- Activación motora.
- Alegría intensa.
- Rápida respuesta corporal.

Cómo acompañar la escucha

- Marca el ritmo con la mano.
- Haz movimientos cortos y rápidos.
- Ríe y exagera los gestos.

Cómo usarlo en movimiento

- Pasitos rápidos.
- Saltitos.
- Movimientos circulares.

Cómo usarlo en calma

- Baja el volumen.
- Usa solo el acordeón.
- Balanceo suave.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “rápido-lento”.
- Imitar sonidos con la boca.
- Bailes cortos.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Para despertar.
- Para animar momentos de baja energía.

Curiosidad cultural

El merengue es Patrimonio Cultural de la Humanidad.

Curiosidad musical

La tambora marca un ritmo que invita a moverse sin pensarlo.

4. Electrofunk + Poprock – “Chispa”

País o cultura de origen

Estados Unidos, Europa

Instrumentos típicos

Guitarras eléctricas, sintetizadores, batería, bajo.

Qué aprende el niño

- A reconocer sonidos electrónicos.
- A diferenciar capas musicales.
- A moverse con energía controlada.

Qué estimula en bebés

- Curiosidad.
- Exploración.
- Movimiento creativo.

Cómo acompañar la escucha

- Haz gestos grandes.
- Marca el ritmo con los pies.
- Invita al bebé a “encender la chispa”.

Cómo usarlo en movimiento

- Saltos.
- Movimientos libres.
- Giros.

Cómo usarlo en calma

- Usa versiones acústicas.
- Baja el volumen.
- Balanceo suave.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “robot”.
- Imitar sonidos electrónicos.
- Bailes inventados.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Para animar tareas.
- Para jugar en la tarde.

Curiosidad cultural

El electrofunk mezcla funk tradicional con sonidos electrónicos.

Curiosidad musical

Los sintetizadores crean sonidos que estimulan la curiosidad auditiva.

5. Rock clásico – “Fuerza”

País o cultura de origen

Estados Unidos, Reino Unido

Instrumentos típicos

Guitarra eléctrica, batería, bajo, voz potente.

Qué aprende el niño

- A diferenciar sonidos fuertes y suaves.
- A seguir patrones de batería.
- A moverse con fuerza.

Qué estimula en bebés

- Energía.
- Expresión corporal.
- Descarga emocional.

Cómo acompañar la escucha

- Marca el ritmo con la cabeza.
- Golpea suavemente el suelo.
- Haz gestos exagerados.

Cómo usarlo en movimiento

- Saltos grandes.
- Movimientos de brazos.
- “Guitarra imaginaria”.

Cómo usarlo en calma

- Usa versiones acústicas.
- Baja el volumen.
- Balanceo lento.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “banda de rock”.
- Golpear cojines como batería.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Para liberar energía acumulada.
- Antes de actividades físicas.

Curiosidad cultural

El rock nació como una forma de libertad y expresión.

Curiosidad musical

La batería del rock marca patrones fáciles de seguir para los niños.

6. Salsa cubana – “Sabor”

País o cultura de origen

Cuba

Instrumentos típicos

Congas, bongó, timbal, piano, bajo, trompetas, claves.

Qué aprende el niño

- A seguir patrones complejos.
- A coordinar movimientos.
- A sentir la música como juego.

Qué estimula en bebés

- Alegría.
- Movimiento.
- Conexión social.

Cómo acompañar la escucha

- Marca el pulso con palmitas.
- Haz pasos laterales.
- Sonríe y exagera los gestos.

Cómo usarlo en movimiento

- Pasos de lado.
- Balanceo de caderas.
- Movimientos circulares.

Cómo usarlo en calma

- Usa partes instrumentales.
- Baja el volumen.
- Balanceo suave.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “sígueme”.
- Bailes en pareja.
- Golpecitos rítmicos.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Para animar la mañana.
- Para limpiar o recoger.

Curiosidad cultural

La salsa mezcla raíces africanas, caribeñas y latinas.

Curiosidad musical

La clave 3-2 o 2-3 organiza toda la música y es perfecta para el aprendizaje rítmico.



RITMOS PARA IMAGINAR

(Flamenco – Folklore ruso – Electro Swing – Pop infantil – Percusión africana)

1. Flamenco español – “Presencia”

País o cultura de origen

España (Andalucía)

Instrumentos típicos

Guitarra flamenca, palmas, cajón, taconeo, voz profunda.

Qué aprende el niño

- A sentir la música como emoción.
- A reconocer contrastes fuertes (silencio/estallido).
- A percibir la fuerza interior.

Qué estimula en bebés

- Atención intensa.
- Curiosidad.
- Sensación de “estar aquí”.

Cómo acompañar la escucha

- Marca palmas suaves.
- Haz pausas dramáticas.
- Mira al bebé con expresión clara.

Cómo usarlo en movimiento

- Golpecitos de pie.
- Movimientos de brazos “como alas”.
- Pasos marcados.

Cómo usarlo en calma

- Usa guitarras suaves.
- Baja el volumen.
- Balanceo lento con pausas.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “presencia”: aparecer/desaparecer.
- Palmas imitadas.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Para despertar energía creativa.
- Antes de actividades artísticas.

Curiosidad cultural

El flamenco nació como expresión profunda de identidad y emoción.

Curiosidad musical

Los silencios del flamenco son tan importantes como sus explosiones.

2. Folklore ruso – “Leyenda”

País o cultura de origen

Rusia

Instrumentos típicos

Balalaika, acordeón, domrá, voces corales.

Qué aprende el niño

- A escuchar melodías narrativas.
- A sentir la música como cuento antiguo.
- A reconocer patrones circulares.

Qué estimula en bebés

- Imaginación.
- Atención sostenida.
- Sensación de historia.

Cómo acompañar la escucha

- Mueve tus manos como si contaras un cuento.
- Cambia expresiones faciales.
- Haz gestos amplios.

Cómo usarlo en movimiento

- Pasos amplios.
- Movimientos circulares.
- Balanceo rítmico.

Cómo usarlo en calma

- Usa versiones instrumentales.
- Baja el volumen.
- Acaricia su cabeza.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “personajes”.
- Mover muñecos al ritmo.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Antes de leer cuentos.
- En momentos de imaginación libre.

Curiosidad cultural

El folklore ruso está lleno de historias de héroes, bosques y criaturas mágicas.

Curiosidad musical

La balalaika produce un sonido brillante que invita a imaginar paisajes fríos y luminosos.

3. Electro Swing con toque narrativo – “Estilo”

País o cultura de origen

Europa y Estados Unidos (inspirado en el swing de los años 20–40)

Instrumentos típicos

Vientos (trompeta, saxofón), contrabajo, batería, sintetizadores modernos.

Qué aprende el niño

- A reconocer mezclas entre lo antiguo y lo moderno.
- A seguir ritmos saltarines.
- A moverse con estilo propio.

Qué estimula en bebés

- Alegría.
- Creatividad.
- Movimiento espontáneo.

Cómo acompañar la escucha

- Haz gestos teatrales.
- Marca el ritmo con los dedos.
- Sonríe exageradamente.

Cómo usarlo en movimiento

- Saltitos.
- Movimientos de hombros.
- Giros pequeños.

Cómo usarlo en calma

- Usa versiones más suaves.
- Baja el volumen.
- Balanceo con pausas.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “época”: sombreros, pañuelos.
- Bailes inventados.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Para animar la mañana.
- Para jugar después de comer.

Curiosidad cultural

El electro swing revive el swing clásico con sonidos modernos.

Curiosidad musical

Su ritmo saltarín es perfecto para estimular la coordinación.

4. Pop infantil universal – “Juego”

País o cultura de origen

Global

Instrumentos típicos

Sintetizadores, percusión ligera, voces claras, efectos divertidos.

Qué aprende el niño

- A seguir melodías simples.
- A reconocer estructuras repetitivas.
- A cantar frases cortas.

Qué estimula en bebés

- Lenguaje.
- Alegría.
- Participación activa.

Cómo acompañar la escucha

- Canta con él.
- Haz gestos grandes.
- Marca el ritmo con palmitas.

Cómo usarlo en movimiento

- Saltos.
- Movimientos libres.
- Juegos de imitación.

Cómo usarlo en calma

- Usa versiones acústicas.

- Baja el volumen.
- Balanceo suave.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “eco”.
- Bailes inventados.
- Juegos de manos.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- En la mañana.
- Durante actividades de juego libre.

Curiosidad cultural

El pop infantil toma elementos de muchos géneros para hacerlos accesibles.

Curiosidad musical

Las melodías repetitivas ayudan al desarrollo del lenguaje.

5. Percusión africana – “Raíz”

País o cultura de origen

África occidental

Instrumentos típicos

Djembe, dunun, kalimba, shekere.

Qué aprende el niño

- A reconocer patrones rítmicos complejos.
- A sentir la música desde el cuerpo.
- A diferenciar sonidos graves y agudos.

Qué estimula en bebés

- Coordinación.
- Energía.
- Conexión profunda con el ritmo.

Cómo acompañar la escucha

- Marca el pulso con tus manos.
- Golpea suavemente el suelo.
- Haz gestos amplios.

Cómo usarlo en movimiento

- Saltos.
- Movimientos de piernas.
- Balanceo fuerte.

Cómo usarlo en calma

- Usa kalimba o percusión suave.
- Baja el volumen.
- Balanceo lento.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “tambores”.
- Golpecitos en la mesa.
- Imitar ritmos.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Para liberar energía.
- Antes de actividades físicas.

Curiosidad cultural

La percusión africana es una forma de comunicación comunitaria.

Curiosidad musical

Los patrones polirrítmicos estimulan la coordinación cerebral.



RITMOS PARA ABRAZAR

(Cumbia mexicana – Ranchera mexicana – Mexicano tradicional)

1. Cumbia mexicana – “Balanceo”

País o cultura de origen

México (con raíces en Colombia)

Instrumentos típicos

Acordeón, güiro, percusión suave, bajo eléctrico, trompetas.

Qué aprende el niño

- A seguir ritmos ondulantes.
- A coordinar movimientos suaves y repetitivos.
- A sentir la música como un vaivén.

Qué estimula en bebés

- Regulación emocional.
- Sensación de seguridad.
- Conexión afectiva con el adulto.

Cómo acompañar la escucha

- Balancea al bebé de lado a lado.
- Marca el ritmo con palmitas suaves.
- Sonríe mientras lo sostienes.

Cómo usarlo en movimiento

- Balanceo lento.
- Pasos cortos y circulares.
- Movimientos de brazos como “olas”.

Cómo usarlo en calma

- Baja el volumen.
- Usa versiones instrumentales.
- Acaricia su espalda al ritmo.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “arriba y abajo”.
- Mover pañuelos al ritmo.
- Bailes en pareja.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- Después del baño.
- Antes de dormir.
- En momentos de sensibilidad emocional.

Curiosidad cultural

La cumbia mexicana se volvió un símbolo de fiesta familiar y comunidad.

Curiosidad musical

Su ritmo ondulante imita el movimiento del agua, por eso relaja tanto.

2. Ranchera mexicana – “Pasión”

País o cultura de origen

México

Instrumentos típicos

Guitarra, vihuela, trompetas, violines, guitarrón.

Qué aprende el niño

- A reconocer emociones intensas en la música.
- A diferenciar melodías amplias y expresivas.
- A sentir la música como historia.

Qué estimula en bebés

- Expresión emocional.
- Atención profunda.
- Vínculo afectivo.

Cómo acompañar la escucha

- Cántale tú también.
- Mira al bebé con expresiones claras.
- Marca el ritmo con tu mano.

Cómo usarlo en movimiento

- Balanceo amplio.
- Movimientos de brazos “como alas”.
- Pasos marcados.

Cómo usarlo en calma

- Usa versiones suaves.
- Baja el volumen.
- Acaricia su cabeza.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “eco”: tú cantas, él responde.
- Movimientos teatrales.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- En momentos de conexión emocional.
- Antes de leer cuentos.
- En tardes tranquilas.

Curiosidad cultural

La ranchera expresa amor, identidad y valentía.

Curiosidad musical

Las trompetas rancheras producen un sonido que despierta emoción incluso en bebés.

3. Mexicano tradicional – “Orgullo”

País o cultura de origen

México

Instrumentos típicos

Guitarra, violín, trompetas, arpa, guitarrón, voces fuertes.

Qué aprende el niño

- A reconocer música ceremonial.
- A sentir la fuerza de la identidad cultural.
- A diferenciar ritmos solemnes y festivos.

Qué estimula en bebés

- Presencia.
- Seguridad.

- Conexión con raíces familiares.

Cómo acompañar la escucha

- Mantén al bebé cerca del pecho.
- Marca el pulso con tu mano.
- Habla poco: deja que la música hable.

Cómo usarlo en movimiento

- Pasos lentos y firmes.
- Balanceo con intención.
- Movimientos de brazos amplios.

Cómo usarlo en calma

- Usa partes instrumentales.
- Baja el volumen.
- Balanceo suave.

Cómo usarlo en juego

- Juegos de “sombbrero”.
- Movimientos de desfile.
- Imitar gestos ceremoniales.

Cómo integrarlo en la rutina diaria

- En celebraciones familiares.
- En momentos de orgullo cultural.
- Antes de actividades artísticas.

Curiosidad cultural

El mexicano tradicional honra raíces, historia y comunidad.

Curiosidad musical

Sus melodías amplias ayudan a los bebés a reconocer patrones largos.



4. CÓMO CREAR MOMENTOS MUSICALES EN CASA

“Hola... soy Bebé Escritora. Yo sé que soy chiquitica, pero he vivido tantos momentos musicales con mi familia que quiero contarte un secreto: la música no solo se escucha... también se vive.

A veces la música llega cuando me despiertan con un cantico suave, otras cuando jugamos y nos reímos, otras cuando me cargan y me balancean, y otras cuando me abrazan fuerte y me cantan bajito.

No necesitas instrumentos especiales, ni saber cantar perfecto, ni tener mucho tiempo. Solo necesitas estar conmigo... y dejar que la música entre como entra la luz por la ventana.

En este capítulo te cuento —con mis palabritas de bebé— cómo puedes hacer que la música viva en tu casa: en las rutinas, en los juegos, en las actividades, y en esos rituales que se quedan guardados en el corazón.

Yo te muestro lo que a mí me hizo sentir segura, lo que me ayudó a aprender, y lo que me hizo sonreír sin saber por qué. Tú pones el amor grande... y yo pongo mis descubrimientos chiquiticos.”

Y ahora entramos en la parte técnica, clara y útil para el adulto.



RUTINAS

La música hace que las rutinas se vuelvan predecibles, suaves y afectivas.

- **Despertar:** Canciones suaves, melodías lentas, voces cálidas. El bebé aprende que el día empieza con calma.
- **Baño:** Ritmos ondulantes, cumbia suave, música andina. El agua y la música se vuelven un juego.
- **Comida:** Canciones cortas y repetitivas. Ayudan a anticipar turnos y a mantener la atención.
- **Dormir:** Balada japonesa, trova suave, yoga musical. El cuerpo baja revoluciones.
- **Recoger juguetes:** Conga, salsa suave, pop infantil. La música convierte la tarea en juego.



JUEGOS

La música es un juguete invisible que siempre funciona.

- **Eco musical:** Tú cantas una frase, el bebé responde con sonidos.
- **Juego de manos:** Palmitas, golpecitos, ritmos simples.
- **Sombras y luces:** Música suave + movimientos de manos en la pared.
- **Bailes inventados:** El bebé crea movimientos y tú lo imitas.
- **Objetos sonoros:** Maracas, cucharas, cajas, pañuelos.



ACTIVIDADES

La música acompaña la exploración y el aprendizaje.

- **Pintar con música:** Ritmos lentos → trazos largos. Ritmos rápidos → puntos y saltos.
- **Caminar con ritmo:** Pasos cortos, largos, rápidos, lentos.
- **Explorar texturas:** Música andina + telas suaves. Percusión africana + objetos firmes.
- **Construcciones:** Música instrumental para concentrarse.



RITUALES

Los rituales son momentos que se repiten y se vuelven memoria.

- **Ritual de abrazo musical:** Una canción fija para abrazar siempre igual.
- **Ritual de despedida:** Una melodía suave antes de dormir.
- **Ritual de bienvenida:** Una canción para cuando llega mamá, papá o un cuidador.
- **Ritual de calma:** Respirar juntos con música de yoga.



5. CÓMO OBSERVAR AL NIÑO MIENTRAS ESCUCHA

“Hola... soy Bebé Escritora. Cuando yo escucho música, mi cuerpo habla aunque yo no tenga palabras. A veces mis ojos se abren mucho, a veces mis manos se quedan quietas, a veces me muevo sin pensarlo, y a veces necesito que me abracen.

Los bebés no decimos ‘me gusta’, ni ‘esto es muy fuerte’, ni ‘quiero más’. Pero sí lo mostramos.

En este capítulo te cuento —con mis palabritas chiquiticas— cómo puedes mirar mi cuerpo, mi carita y mis gestos para saber si la música me está ayudando, si me está emocionando, o si necesito que la cambies.

No es difícil. Solo tienes que mirarme con amor... y yo te digo todo sin hablar.”



SEÑALES DE INTERÉS

Cuando un bebé está interesado, su cuerpo se enciende suavemente.

- Ojos muy abiertos.
- Mirada fija en el adulto o en un punto.
- Sonrisa espontánea.
- Manos que se mueven como “probando el aire”.
- Piernas que patean suave.
- Sonidos cortos: “ah”, “eh”, “mmm”.
- Cuerpo inclinado hacia adelante.

Qué significa: “Me gusta esto. Quiero seguir escuchando.”



SEÑALES DE CALMA

La calma es un regalo que la música puede dar.

- Respiración más lenta.
- Cuerpo relajado.
- Manos abiertas.
- Cabeza apoyada en el adulto.
- Mirada suave o soñolienta.

- Movimientos ondulantes.
- Silencio tranquilo.

Qué significa: “Estoy bien. Me siento seguro. La música me abraza.”



SEÑALES DE SOBREENSTIMULACIÓN

A veces la música es mucha para un cuerpo chiquito.

- Girar la cabeza para otro lado.
- Fruncir el ceño.
- Manos tensas o puños cerrados.
- Movimientos bruscos.
- Llanto repentino.
- Bostezos que no son de sueño.
- Mirada perdida o inquieta.
- Intento de alejarse.

Qué significa: “Es demasiado. Necesito que bajes el volumen, cambies el ritmo o me abras.”



CÓMO AJUSTAR EL RITMO

Los bebés no cambian la música... pero tú sí puedes hacerlo por nosotros.

✓ Si el bebé está interesado

- Mantén el ritmo.
- Repite la canción.
- Añade un gesto nuevo.
- Invítalo a participar.

✓ Si el bebé está calmado

- Baja un poco el volumen.
- Mantén movimientos suaves.
- No hables demasiado.
- Permite que la calma dure.

✓ Si el bebé está sobreestimulado

- Baja el volumen inmediatamente.
- Cambia a un ritmo más lento.
- Usa música instrumental.
- Cárgalo o abrázalo.
- Haz respiraciones profundas para que él imite.

✓ Si el bebé está confundido

- Mantén un solo estímulo (solo música, sin hablar).
- Marca el pulso con tu mano.
- Espera unos segundos antes de cambiar.

Cierre de esta sección

****“Cuando tú me miras mientras escucho música, yo siento que estoy acompañada. No importa si soy chiquita: mi cuerpo te dice todo.**

Tú solo mírame... y yo te cuento con mis gestos lo que mi corazón siente.”**



6. RECURSOS ADICIONALES

“Hola... soy Bebé Escritora. A veces, cuando ya escuché muchas canciones, quiero volver a mis favoritas, o ver un videíto, o escuchar un cuento con música, o abrir un librito que me acompañe.

Por eso te dejo aquí algunos recursos para que sigas jugando conmigo, aprendiendo conmigo, y acompañándome con música en cada momento.”



Playlist

“Aquí puedes encontrar todas las canciones y ritmos que escuché en esta constelación. Si un día quieres bailar, otro día quieres calmarme, o simplemente quieres que explore sonidos nuevos, la playlist te acompaña.”

“Para escuchar todas las canciones, visita: www.bebeescritora.com → Estación Orbital Rojo arcoiris → Constelacion Una canción, muchos ritmos, la sección del adultos



Videos

“A veces me gusta ver cómo se mueven los instrumentos, cómo bailan las personas, o cómo cambia la canción cuando cambia el ritmo. Los videos me ayudan a entender con los ojos lo que escucho con los oídos.”

Como, aunque pequeñita se que algunos padres disfrutan explorar, otros ya tienen plataformas favoritas, pues les motivo a buscar recursos que respondan a estas descripciones

- Videos de ritmos del mundo
- Videos de instrumentos
- Videos narrados por Bebé Escritora
- Videos de cuentos musicales

Y no olvide:

“En el sitio web de Bebe Escritora encontrará videos y audiolibros creados especialmente para esta constelación. Si aún no están disponibles, pronto llegarán.”



Audiolibros

“Cuando estoy cansadita, me gusta que me cuenten historias con música. Los audiolibros son como cuentos que viajan por mis oídos.”

- Audiocuentos de Bebé Escritora
- Narraciones suaves para dormir
- Historias musicales por ritmo

Visite el sitio Web Bebe Escritora...



Material descargable

“Si quieres jugar conmigo sin internet, puedes descargar estas cositas: dibujos, tarjetas, juegos, y hasta pequeñas guías para acompañarme.”

- Tarjetas de ritmos
- Mini-guía para acompañar la escucha
- Dibujos para colorear por ritmo
- Fichas de instrumentos
- Actividades para bebés y niños

Y no olvide:

“En el sitio web de Bebe Escritora, es un sitio vivo, que crece y se desarrolla, constantemente encontrarás nuevos artículos, ejercicios, fichas, bibliografía, creados especialmente para esta constelación y para otras que pudieran relacionarse. Si aún no están disponibles, pronto llegarán.”

7. CIERRE

“Gracias por llegar hasta aquí. Yo soy chiquitica, pero tú me acompañaste en un viaje grande: un viaje por ritmos, culturas, emociones y abrazos.”



La música como puente

“La música me une contigo. Aunque yo no hable, aunque tú estés cansado, aunque el día haya sido largo... cuando suena una canción, nuestros corazones se encuentran en el mismo ritmo.”



La diversidad como abrazo

“Cada ritmo que escuchamos viene de un lugar distinto del mundo. Y aunque yo sea pequeña, mi corazón entiende que todos los sonidos son importantes, que todas las culturas tienen algo que enseñarme, y que la diversidad es un abrazo que viaja lejos.”



La familia como escenario

“No importa si estamos en la sala, en la cocina, en el carro, o en el cuarto antes de dormir. Cuando tú estás conmigo y la música nos acompaña, la casa se vuelve un escenario donde yo aprendo, crezco, y me siento amada.”



Despedida final

“Gracias por escuchar conmigo. Gracias por mirarme mientras suena la música. Gracias por acompañarme en cada ritmo. Yo pongo mis pasitos chiquitos... y tú pones el mundo.”



Bebé Escritora